

Muxammadov Mirkomil Gapir o'g'li

Alfraganus university

"Sport faoliyati" kafedrası p.f.b.f.d. (PhD)

ORCID:0009-0007-6500-479X

Email: mirkomilm431@gmail.com

FUTBOLCHI QIZLARING TAKTIK FIKIRLASH VA PSIXOLOGIK SIFATLARNI O'ZIGA XOS USULLARI

Annotatsiya. Ushbu maqolada 14-15 yoshli futbolchi qizlarning taktik fikirlash va shaxsiy psixologik sifatlarni o'ziga xos usullari aniqlashga qaratilgan ma'lumotlar keltirilgan. Mazkur maqoladagi ma'lumotlar murabbiylarga yosh futbolchi qizlarning taktik harakatlarini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulot samaradorligini aniqlash uchun uslubiy manba bo'lib xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: Futbol, sport, qizlar, psixologiya, zarba, taktik, texnika, to'p, mashg'ulot.

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТАКТИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТОК

Аннотация. В данной статье представлены данные, направленные на выявление специфических методов тактического мышления и личностных психологических качеств футболисток 14-15 лет. Информация в данной статье служит методическим ресурсом для тренеров по определению эффективности тренировок, направленных на развитие тактических действий юных футболисток.

Ключевые слова: Футбол, спорт, девушки, психология, удар, тактика, техника, мяч, тренировка.

SPECIFIC METHODS FOR DEVELOPING TACTICAL THINKING AND PSYCHOLOGICAL QUALITIES OF FEMALE FOOTBALL PLAYERS

Abstract. This article presents data aimed at identifying specific methods of tactical thinking and personal psychological qualities of 14-15-year-old female football players. The information in this article serves as a methodological resource for coaches to determine the effectiveness of training aimed at developing the tactical actions of young female football players.

Key words: Football, sports, girls, psychology, shot, tactics, technique, ball, training.

Kirish. So'nggi yillarda ayollar futbolining jadal rivojlanishi, xalqaro maydonda raqobatning kuchayishi futbolchi qizlarning o'yin faoliyatiga nisbatan yangi talablarni yuzaga keltirmoqda. Bunda o'yin vaziyatlarini tezkor baholash, to'g'ri qaror qabul qilish, jamoaviy harakatlarni muvofiqlashtirish kabi taktik fikrlash elementlari bilan bir qatorda, stressga chidamlilik, emotsional barqarorlik va yuqori motivatsiya darajasi kabi psixologik sifatlar muhim ahamiyat kasb etadi.

Tadqiqotning dolzarbligi futbolchi qizlarning o'yin faoliyatida yuqori samaradorlikka erishish, ularning taktik tafakkuri va psixologik barqarorligini uyg'un rivojlantirish zarurati bilan belgilanadi. Mazkur ishda taktik fikrlash va psixologik sifatlarini shakllantirishning o'ziga xos usullarini ilmiy asoslash orqali futbolchi qizlar tayyorgarligini takomillashtirishga qaratilgan nazariy va amaliy yondashuvlar ishlab chiqiladi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti va Xukumatimiz olib borayotgan odilona siyosat mamlakatimiz sportini gullab yashnashiga hissa qo'shmoqda. Bugungi kunga kelib sport turlarini rivojlantirish uchun bir qancha qaror va qonunlar ishlab chiqilmoqda. O'zbekiston Respublikasining 2025-yil 21-avgustdagi PQ-262-son «O'zbekistonda futbol sohasini raqamlashtirish va ommaviyligini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida» gi qarorining chiqarilishi,

O'zbekiston futbolining yanada rivojlanishida katta ahamiyat kasb etmoqda.

Ishning maqsadi. Yosh futbolchi qizlarning taktik fikrlash va shaxsiy psixologik sifatlarini o'rganish.

Tadqiqot metodologiyasi. Mazkur tadqiqot futbolchi qizlarning taktik fikrlash va psixologik sifatlarini shakllantirish jarayonini ilmiy asosda o'rganishga qaratilgan bo'lib, unda zamonaviy pedagogik va psixologik yondashuvlarning integratsiyasi ta'minlandi. Tadqiqotning metodologik negizi sifatida sport pedagogikasi va sport psixologiyasining nazariy qoidalari, shuningdek, futbol tayyorgarligining konseptual asoslari qabul qilindi.

Tadqiqotda tizimli, faoliyatli hamda shaxsga yo'naltirilgan yondashuvlar ustuvor metodologik tamoyillar sifatida tanlandi. Ushbu yondashuvlar futbolchi qizlarning individual xususiyatlari, yosh va jinsga xos psixofiziologik omillarini hisobga olgan holda ularning taktik fikrlashi va psixologik sifatlarini o'zaro bog'liqlikda rivojlantirishni nazarda tutadi.

Metodologik konsepsiya doirasida taktik fikrlash sportchining o'yin faoliyatida yuzaga keladigan vaziyatlarni tezkor anglash, tahlil qilish va maqbul qaror qabul qilish jarayoni sifatida talqin etildi. Psixologik sifatlar esa sport faoliyatining samaradorligini belgilovchi muhim omillar — emotsional barqarorlik, motivatsion yo'nalganlik, diqqatni boshqarish va

stressga chidamlilik kabi komponentlar majmui sifatida qaraldi.

Tadqiqot jarayonida futbolchi qizlarning taktik fikrlashi va psixologik sifatleri o'zaro uzviy bog'liq holda, yagona integrallashgan tizim sifatida tahlil qilindi. Ushbu tizim sportchining o'yin faoliyatidagi samaradorligini ta'minlovchi ichki mexanizmlar va tashqi ta'sir omillari birligida ko'rib chiqildi.

Shuningdek, tadqiqotda rivojlantiruvchi ta'lim konsepsiyasiga asoslanib, futbolchi qizlarning mustaqil fikrlashi, qaror qabul qilish qobiliyati va emotsional barqarorligini shakllantirish jarayoni uzluksiz va bosqichma-bosqich rivojlanadigan tizim sifatida asoslandi.

Mazkur metodologiya futbolchi qizlarning taktik fikrlashi va psixologik sifatlarini shakllantirish jarayonini kompleks, tizimli va ilmiy asoslangan holda tashkil etishga xizmat qiladi hamda ularning sport faoliyatidagi natijadorligini oshirish uchun zarur nazariy poydevor vazifasini bajaradi.

Adabiyotlar sharhi. Ilmiy manbalar tahlili shuni ko'rsatadiki, futbolchi qizlarning taktik fikrlash va psixologik sifatlarini rivojlantirish masalasi yetarli darajada kompleks o'rganilmagan bo'lib, mavjud tadqiqotlar ko'proq alohida komponentlarga qaratilgan. Shu bois, mazkur jarayonni integrallashgan holda o'rganish, o'ziga xos usullarini ishlab chiqish hamda amaliyotga joriy etish dolzarb ilmiy muammo sifatida namoyon bo'lmoqda.

Mahalliy olimlardan I.A.Koshbaxtiyev, R.A.Akramov, R.I.Nurimov, A.I.Talipdjanov, Sh.T.Iseyevlar yillik mashg'ulot sikllarida futbolchilarni turli tayyorgarlik tomonlarini takomillashtirish bo'yicha turlicha taklif va tavsiyalarni keltirib o'tganlar. Biroq yuqoridagi mualliflarning ilmiy manbalarida integral tayyorgarlikni to'liq, izchil va mukammal tarzda yoritish masalasi biroz nazardan chetda qoldirilgan. Musobaqalar taqvimini va mavsumiy-iqlimiy o'zgarishlar yillik tayyorgarlik siklidagi mashg'ulot yuklamalariga ko'p ta'sir o'tkazadi. Ko'rsatib o'tilgan omillardan tashqari, o'quv yilining umumiy davriyligi (o'quv yuklamasi dinamikasi, uning choraklar bo'yicha tashkil qilinishi, ta'til muddatlari va h.k.) yosh futbolchilarning o'quv mashg'ulot mikrotuzilmasiga ta'sir qiladi.

Tadqiqot tahlili va natijalar.

Sport amaliyotida aynan yosh futbolchi qizlarda fikrlash jarayonlari amalga oshishi tezkorligini aniqlash imkonini beruvchi maxsus testlar ishlab chiqilmagan. Biroq, nafaqat yosh futbolchilarda, balki ma'lum bir yoshdagi bolarda xam fikrlash tezkorligini bilvosita baholash imkonini beruvchi umumiy holatdagi psixologik testlar mavjud hisoblanadi.

Yosh futbolchilarga 3 minut davomida tushirib qoldirilgan harflarga ega bo'lgan 40 ta so'z berilgan blankani to'ldirish masalasi taqdim etiladi. Har bir chiziq tortilgan soha bitta qoldirib ketilgan harfni ifodalaydi. So'zlar

otlardan iborat bo'lishi va birlikda keltirilishi talab qilinadi.

Javoblarni tahlil qilish natijalari ko'rsatishicha, test talablarini to'g'ri bajarishni 12 ta yosh futbolchi (60%) uddalashgan, ya'ni ular tomonidan so'zlardagi (31 tadan 35 tagacha) tushirib qoldirilgan harflar o'z o'rniga qo'yilishi bajarilgan. Sportchilarning bu guruhi tafakkurlashning yuqori darajada ifodalanishi bilan tavsiflanadi va ularda asab jarayonlari (AJ) harakatchanligi yuqori darajada kuzatiladi.

7 ta (35%) yosh futbolchilarda tafakkurlash va asab jarayonlari harakatchanligining o'rtacha darajasi qayd qilingan (21 tadan 26 tagacha so'zlar to'g'ri belgilangan).

1 ta (5%) futbolchida tafakkurlash va asab jarayonlari harakatchanligining past darajasi qayd qilingan (ya'ni, ular tomonidan 15 tadan 19 tagacha so'zlardagi tushirib qoldirilgan harflar to'g'ri belgilangan).

Ma'lumki, tafakkurlash odamning butun hayoti davomida, uning hayot faoliyati jarayonida rivojlanadi. Har bir yosh bosqichida tafakkurlash o'ziga xos xususiyatlarga ega bo'lishi qayd qilinadi. Erta yosh davrida bolalarda fikrlash aniq masalalarni hal qilishga yo'naltirilgan harakatlar shaklida: ya'ni, ko'rish maydonida joylashgan qandaydir predmetlarni olish, o'yinchoq piramidaga halqani kiydirish, qutichani ochish yoki yopish, yashirilgan narsalarni qidirib topish, stulni aylanib yurish, o'yinchoqni olib kelish va hakoza ko'rinishlarda namoyon bo'ladi.

Nutqni egallash orqali atrofdagi odamlar tomonidan bolalarda ko'rgazmali – amaliy fikrlash rivojlantirilishi amalga oshiriladi. Til orqali bolalar umumiy tarzda fikrlay boshlashadi. Fikrlashning navbatdagi rivojlanishi harakatlar, timsollar va so'zlar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar o'zgarishlarida o'z ifodasini topadi.

Biroq, tafakkurlashning gap bilan o'zaro chambarchas bog'liqligi – bu butunlay fikrlashning gaplarga bog'liqligidan dalolat bermaydi. Tafakkurlash va gaplar aynan bir xil tushunchalar emas. Fikrlash, bu demak o'zi haqida gapirib berishni anglatmaydi. Bu holat bir xil fikrlarning turli xil so'zlar vositasida ifodalanishi mumkinligi asosida tasdiqlanadi, shuningdek biz har doim xam o'z fikrlarimizni to'g'ri ifoday olish uchun kerakli so'zlarni topishga harakat qilamiz. Diqqat – e'tiborning taqsimlanishi va bir narsadan boshqasiga qaratilishi hajmini baholash uchun «Raqamli kvadrat» testidan foydalanildi. Bunda futbolchilarga 1,5 minut vaqt davomida kvadrat sohada mavjud bo'lmagan raqamni qayd qilish topshirig'i taqdim etildi.

Muhokama.

Sinovlarda qatnashgan 20 ta yosh futbolchilardan faqat 9 tasi (45%) berilgan topshiriqni to'g'ri bajarishganligi aniqlanib, ular 1 – guruhni tashkil qilishadi. Ikkinchi guruh tarkibiga 8 ta (40%) futbolchi kiritilib, ularda o'rtacha darajada qayd qilindi. Uchinchi guruhga 3 kishi (15%) kiritilib, bu sportchilarda diqqat – e'tiborning

taqsimlanishi va bir holatdan ikkinchi holatga o'tish hajmining past darajada ekanligi qayd qilindi.

Mantiqiy tafakkurlash darajasini baholash uchun Ravenn rasmlaridan foydalanildi. Bunda sinaluvchilarga o'zro ma'lum bir bog'liqlik asosida aloqadorlikka ega bo'lgan shakllarga ega rasmlar taqdim etildi. Rasmda bitta shakl yetishmaydi va u pastki qismda tasvirlangan 6 – 8 ta shakllar orasiga joylashtiriladi. Bunda blankada kerakli shakli iloji boricha tezroq topish va qayd qilish talab qilinadi.

Birinchi guruh tarkibiga belgilangan vaqt davomida yetishmaydigan rasm qismini to'g'ri topgan 11 ta (55%) yosh futbolchi kiritildi. Ikkinchi guruhga 4 ta (20%) futbolchi kiritilib, o'z navbatida ularda daraja o'rtacha yuqori qiymatga ega hisoblanadi. Uchinchi guruhga 3 ta (15%) sportchi kiritilib, ularda o'rtacha daraja qayd qilindi. To'rtinchi guruh tarkibiga 2 ta (10%) futbolchi kiritilib, ularda mantiqiy tafakkurlash darajasi o'rtachadan past hisoblanadi.

Ushbu guruh tarkibida mantiqiy jihatdan tafakkurlash bo'yicha katta qiymatdagi o'zaro farqlanishlar kuzatilishi bu holatda jamoadagi ma'lum bir aniq ma'suliyatga ega bo'lish bilan bog'liq holatda ularda intellektual sifatning ma'sus tarzda rivojlantirilishi hali to'liq amalga oshirilmasligidan dalolat beradi. Shu bilan bir vaqtda, o'z – o'zidan futbol bilan shug'ullanish fakti yosh futbolchilarda tafakkurlashning shakllaridan biri sifatida diqqat –

e'tiborning bir holatdan ikkinchisiga jalb qilinishi tezkorligi intensivligi ortishiga olib keladi. Bu holat esa – demak, ular harakatlar motorikasi ko'rsatkichlari bo'yicha maksimal tempda o'z tengdoshlaridan ilgarilab ketishi mumkinligini ko'rsatib beradi. Bunda motorika sifatlariga yoshga oid va shuningdek, sportga oid omillar bir xilda o'z ta'sirini ko'rsatadi.

O'rganilgan guruhlarda yakka tartibdagi sportchilar o'rtasidagi tafakkurlash tezkorligini tahlil qilishda o'zaro farqlanishlar mavjudligi qayd qilindi. Ma'lumki, tafakkurlash tezligi genetik jihatdan belgilangan bo'lib, ko'p jihatdan shaxsning neyrodinamik xususiyatlari bilan aniqlanadi. Ushbu psixik funksiyaga futbol mashg'ulotlarining ta'siri nisbatan kechroq yosh davrlarida namoyon bo'ladi.

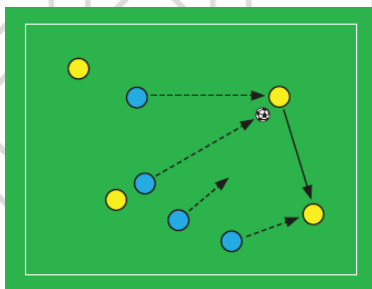
Yosh futbolchi qizlarda tafakkurlashning rivojlantirilishiga yo'naltirilgan joriy vositalardan biri – bu o'yin mashqlari hisoblanadi. Bunda asosiy shart – mashqda ishtirok etuvchi futbolchi qizlarning ko'p sonda bo'lmasligi va futbol maydoni o'lchamlarining cheklanishi belgilanadi. Futbolchi qizlarning vaqt yetishmasligini his qilishi lahzasida mashqni bajarishi uchun shart – sharoitni yaratish talab qilinadi. Bu holat kichik o'lchamdagi maydonda va kichik tarkibda (5 Ch 5; 3 Ch 3; 6 Ch 6) olib boriluvchi o'yin asosida tashkil qilinishi mumkin.

Mashg'ulotlar o'yinlari – bu o'yinni o'rganishning ajoyib imkoniyati

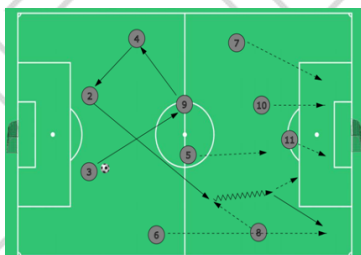
hisoblanadi. O'yinchi ma'lum bir o'yin vaziyatini qo'ldan boy berishi vaziyatida trenerda ushbu holatga oydinlik kiritish va xatolarni to'g'rilash imkoniyati yuzaga keladi.

Quyida ayrim mashg'ulotlar mashqlari keltirilgan [2, 3, 17].

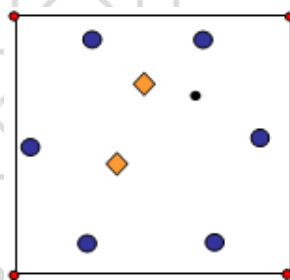
1. «4 Ch 4 kvadrat»da
1 – 2 urinmada.



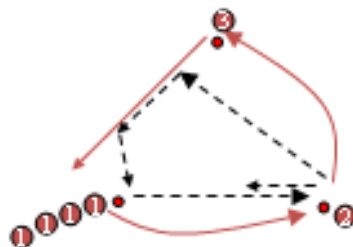
1- rasm. Kichik guruxlarda pressing ustida ishlash.



3-rasm. Boshlang'ish zarba sharoitida kanotlar orkali xujumning rivojlantirilishi



2- rasm. 6 ta futbolchidan uchta jamoa. Topni «kvadrat» da ushlab turish.



4-rasm. Uch burchakda ikkita topni uzatish.

2. «5 Ch 5 kvadrat»da
1 – 2 urinmada.

3. «4 Ch 3 kvadrat»da,
ikkita to'p bilan va 2
urinmada.

4. «3 Ch 1 kvadrat»da
1 urinmada.

5. «6 Ch 6 kvadratda
neytral o'yinchi bilan» 2
urinmada.

Fikrlash jarayoni insonning butun fikrlash jarayoni davomida mustaqil va bosh funksiya bo'lib hisoblanadi. Fikrlash pedagogik faoliyat va rahbarlik faoliyatida batafsil ko'rib chiqishni talab qiladi. Fikrlash odamning o'zini qanday tutishini yo'naltiruvchi funksiya bo'lib hisoblanadi, o'zini qanday tutish

berilgan sub'ektning ichki olamining haqiqiy manzarasini aks ettiradi. Pedagogik faoliyatda yosh psixologiyasini hisobga olish lozim bo'ladi. Rahbarlik faoliyatida har bir odamning individualligini va shu bilan birgalikda mazkur korxonada o'rnatilgan me'yorlarga mos kelishini

hisobga olish lozim bo'ladi. Fikrlash qobiliyati har kimda har xil rivojlangan bo'ladi, biroq tarkib topgan xulq-atvor me'yorlari va an'analardan chekinmaslik lozim bo'ladi. Ilmiy-texnik revolyusiya zamonaviy anglashning strukturasini doimo o'zgartirib turadi, fikrlash operatsiyalarini osonlashtiradi va yangidan-yangi g'oyalarni jamoatchilik hukmiga havola qiladi.

Xulosa Tadqiqotlar natijasida shu narsa aniqlanganki, yosh futbolchi qizlarga operativ fikrlash tezkorligining o'rtacha darajasi xos bo'ladi, biroq bunda uni baholaydigan testlarning ko'rsatkichlari bilan o'yin faoliyatining samaradorligi o'rtasida ishonchli o'zaro bog'lanishlar topilmagan; bu o'yin

faoliyatida yosh futbolchilarning intellektual imkoniyatlarini amalga oshirish darajasi past ekanligidan dalolat beradi.

O'yin faoliyatining samaradorligini ta'minlaydigan shartlardan biri sportchilarning o'yinda vujudga kelgan vaziyatni klassifikatsiyalay olish qobiliyati bo'lib hisoblanadi. Bunig uchun 14-15 yoshli yosh futbolchilarning nazariy-taktik tayyorgarligining mazmunini taktik masalalarni yechishga qaratish maqsadga muvofiq bo'ladi; bunda taktik tayyorgarlik bo'yicha amaliy mashg'ulotlarda nazariy siklda ko'rib chiqilan vaziyatlar vujudga keladigan mashqlar bajarilishi lozim.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasining 2025-yil 21-avgustdagi PQ-262-son «O'zbekistonda futbol sohasini raqamlashtirish va ommaviyligini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risida» gi qarori.
2. Akramov R.A. Futbol/Darslik. – Toshkent: "O'zDJTI" nashriyot-matbaa bo'limi, 2006, - 406b.
3. Bog'ibekov, A. (2024). THE USE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PREVENTION OF STRUCTURE OF THE BODY OF STUDENTS AGED 7-10 YEARS. "Alfraganus" xalqaro Ilmiy Jurnal, 2(2).3
4. Oybek o'g, B. I. A. (2025). YOSH FUTBOLCHILARNING CHIDAMKORLIK SIFATINI OSHIRISHDA AYLANMA MASHG 'ULOTLARINING AHAMIYATI. PEDAGOG, 8(6), 44-49.
5. Bog'ibekov, A. (2024). THE USE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE PREVENTION OF STRUCTURE OF THE BODY OF STUDENTS AGED 7-10 YEARS. "Alfraganus" xalqaro Ilmiy Jurnal, 2(2).
6. Oybekovich, B. A. (2025). A SET OF SPECIAL EXERCISES TO INCREASE THE LEVEL OF SPECIFIC PHYSICAL PREPARATION OF FEMALE FOOTBALL REFEREES. World Scientific Research Journal, 46(1), 256-257.

7. Oybek o'g, B. I. A. (2025). YOSH FUTBOLCHILARNING CHIDAMKORLIK SIFATINI OSHIRISHDA AYLANMA MASHG 'ULOTLARINING AHAMIYATI. *PEDAGOG*, 8(6), 44-49.
8. Muxammadov M. G., Usmonov M. YOSH FUTBOLCHI QIZLARNING TEZKOR KUCH SIFATLARINI TAHLIL QILISH //Академические исследования в современной науке. – 2022. – Т. 1. – №. 18. – С. 28-30
9. Мухаммадов, М. Г. (2022). ЁШ ФУТБОЛЧИ ҚИЗЛАРНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИНИ АНИҚЛАШ ВОСИТА ВА УСУЛЛАРИ САМАРАДОРЛИГИ. *Fan-Sportga*, (7), 55-58.
10. Gapir o'g'li, M. M. (2025). YOSH FUTBOLCHILARNING ORGANIZMINING XUSUSIYATLARINI O 'RGANISH. *INNOVATIVE ACHIEVEMENTS IN SCIENCE* 2025, 122.
11. Sarvinoz, N. (2026). A SET OF SPECIAL EXERCISES TO INCREASE THE LEVEL OF SPECIFIC PHYSICAL PREPARATION OF FEMALE FOOTBALL REFEREES. *KELAJAK SARI YANGI O'ZBEKISTON: ILM-FAN, TEXNOLOGIYA VA TA'LIM*, 3(1), 397-399.
12. Abduraimova, N., Sharopova, N., Khujaev, M., Sapayev, V., Fattoyeva, O., & Yusufov, S. (2025). Economic development through analysis of the education and entrepreneurship impacts. *Economic Annals-XXI/Ekonomičnij Časopis-XXI*, 214(3/4), 84.
13. Isoxonovich, M. X. (2022). Middle Ages Movarounnahr Rulers in the Views OF Researchers. *European Journal of Innovation in Nonformal Education*, 2(6), 134-136.
14. Xujayev, M. I. (2018). THE COVERAGE OF THE PROBLEM OF NATIONALARITY AND ITS ROLE ON THE PRESENT DAY IN AHMAD ZAKI VALADI"S WORK. *Мировая наука*, (6 (15)), 61-63.
15. Azamov, R. M. (2025). THE IMPORTANCE OF COORDINATION AND STRENGTH TRAINING IN COMBINATION WITH METHODS OF SELF-REGULATION OF MENTAL STATES IN THE PREVENTION OF INJURIES IN RACING SKIERS. *World Scientific Research Journal*, 46(1), 252-255.
16. Akyürek, Z., Dügenci, A., & Davletyarova, L. B. (2026). The Mediating Role of Value Orientations in the Relationship Between Interest in Physical Education and Sports and Attitudes Toward Peers with Disabilities in Early Adolescence. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 8(2), 227-235.
17. Атамухамедова, Н. М., Уташев, Х. Н., & Рахмонов, Э. Т. (2010). Таълимни ривожлантиришда инновацион технологияларнинг тутган ўрни. In *Роль молодежи в развитии науки и инновационной деятельности.//Доклады научно-практической конференции (22 октября, 2010) (p. 49).*