

MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA QIZLAR  
FUTBOL DARSLARINI TASHKIL ETISH METODIKASI

Pirnazarova Nafosat

*Jizzax shahr 32-DMTT Jismoniy tarbiya yo'riqchi*

Normatova Aziza

*32-DMTT tarbiyachisi*

To'ychiyeva Nigora

*32-DMTT tarbiyachisi*

**Annotatsiya:** *Maqolada hozirgi kunda vatanimizda dolzarb bo'lib turgan xotin-qizlar futbolni rivojlantirish masalasi yuzasidan choratadbirlar ijrosini ta'minlash maqsadida maktabgacha ta'lim tarbiyalanuvchi qizlariga futbol elementlarini o'rgatishni amalga oshirish uchun yanada samarali bo'lgan maktabgacha ta'lim tashkilotlarida xotin-qizlar futbolni o'rgatish metodikasi haqida so'zyuritilgan.*

**Kalit so'zlar:** Xotin-qizlar futboli, bola qiziqishi, o'yin elementlari, mashg'ulot, tayyorlov qismi, koptok, xarakatli o'yinlar, kirish mashqlari, darvozbon, komanda, raqib tomon, xakam, tovonda yurish, koptok uzatish.

**Abstract:** *In the article, in order to ensure the implementation of measures related to the development of women's football, which is relevant in our country today, it is more effective to teach the elements of football to the girls of preschool education. teaching methodology is discussed. Advice and instructions were given on what to pay more attention to when teaching football to girls and how to organize training sessions.*

**Key words:** *Women's football, children's interest, elements of the game, training, preparatory part, ball, dynamic games, entrance exercises, goalkeeper, team, opponent's side, referee, walking on the heel, passing the ball.*

**Аннотация:** *В статье в целях обеспечения реализации мероприятий, связанных с развитием женского футбола, что актуально в нашей стране на сегодняшний день, эффективнее обучать азам футбола девочек дошкольного образования, рассматривается методика обучения. Были даны советы и указания, на что обратить больше внимания при обучении девочек футболу и как организовать тренировочные занятия.*



**Ключевые слова:** Женский футбол, детский интерес, элементы игры, тренировка, подготовительная часть, мяч, динамичные игры, входные упражнения, вратарь, команда, сторона соперника, судья, ходьба на пятке, передача мяча.

Sportmashqlarivao'yinlarinio'rgatishjarayonidaharakatlarniongliravishdao 'zlashtirishnita'minlashmuhimahamiyatgaega.

Qizlartomonidanharakatlarningma'nosinianglashko'nikmalarnishakllantirishjara yoninitezlashtiradi, keyingharakatlanishjarayonidasamaraliharakatlarnimus taqilravishdatanlashvaularndanmaqsgamuvofiqlfoydalanishqobiliyatinioshiradi.

Qizlarningharakatlargaonglivafaolmunosabatifaqatma'lumbirvaziyatdanimauc hunmuayyanharakatlarniqo'llash, ularnima'lumbiryo'nalishdaamalgaoshirishmaqsgamuvofiqliginibilganidapay dobo'ladi. Ammobuninguchuno'qituvchitomonidanstereotiplimashqlardaharakatlarnitushuntirishvanamoyishetishyetarliemas o'rganilganharakatlarniturlixilmotorharakatlaridaishlatishuchunsharoityaratishkerak.

Qizlarturlivaziyatlardaharakatlardanmustaqilravishdaerkinfoydalanishnio'rgansalargina, ijodiyfaoliyato'zininamoyonqiladi. Qizlarniijodqilishgaundashkerak. Maktabgachayoshdagiqizlarnifutbolo'ynashgao'rgatishuchbosqichgabo'linishikerak: tayyorgarlik, asosiyvayakuniy.

Tayyorgarlikbosqichidaasosiyvazifalar:  
umumiyjismoniytayyorgarliknioshirish; umumiychidamliliginioshirish;  
yugurishtexnikasinitakomillashtirish;  
sog'lig'ini yaxshilashvabirinchinavbatdayurakqontomirtizimivanafasolishtiziminingfaoliyati.

Ushbubosqichniamalgaoshirishmaktabgachayoshdagiqizlarningkundalik, qizlarningmustaqilharakatfaoliyatipaytida, bevositajismoniytarbiyavasporto'yin-kulgilaripaytidaamalgaoshiriladi.

Ushbubosqicho'zvaqtidabirnechaoydanyarimylgachayokiundanko'proqdavometishimumkin.

Kirish qismi – bu isinish, uning maqsadi – qizlarning tanasinidarsning asosiy qismida intensivlashga tayyorlash. Kirish qisminingmazmuni yurishning har xil turlarini (oyoq barmoqlarida, poshnalarda, oyoqning tashqi tomonida, tovondan to oyoq tomonga dumalab, balandtizzalar bilan, pastki oyoq orqa tomoni bilan qoplanishi bilan, tizzaostidagi paxta bilan va hokazo) yurishni o'z ichiga olishi mumkin. (ustundabirma-bir, juft-juft qilib tiklash bilan, "ilon",



diagonal bilan, boshqaharakatlar bilan birgalikda yugurish, orqaga qarab, signal atrofida o'zini aylantirish va h.k.), shuningdek, sakrash, nafas olish mashqlari va ochiq o'yinlar. Katta maktabgacha yoshdagi qizlar uchunkirish qismining davomiyligi 3-4 daqiqagacha. Shunday qilib, darsning kirish qismidagi mashqlar darsning asosiy qismidagi harakatlarni o'rganishga yetakchi mashqdir. Darsning asosiy qismining mazmuni har xil. Bu umumiy rivojlanish mashqlari yoki ochiq o'yinlarning kichik to'plamidan boshlanadi. Darsning ushbu qismida kuchliroq mashqlar unchalik intensiv bo'lmagan mashqlar bilan birlashtirilib, bu katta yoshdagi maktabgacha yoshdagi qiz bolada jismoniy va aqliy yukning maqbul darajasini ta'minlaydi.

Harakatlar baquvvat, teztanlanadi, chidamlilikni talab qiladi, shuningdek, tananing funktsional holatini oshiradi. Umumiy rivojlanish mashqlari kompleksini 4-5 sessiya davomida o'rganish va bajarish mumkin, bundan ortiq emas. Oldindan o'rganilgan va o'zlashtirilgan harakatlarni muvofiqlashtirilgan tarzda amalga oshirish, qizlar tanasida yangi yukni ishlab chiqishga tayyorgarlik ko'rishga imkon beradi, va o'qituvchi – harakatlarning asosiy turlarini bajarishda o'z kuchlarini eng oqilona va samarali taqsimlash. Amaliyot shuni ko'rsatadiki, maktabgacha yoshdagi qizlarga futbol o'ynashning texnik asoslarini o'rgatayotganda, mashg'ulot deb nomlangan mashqlardan foydalanish maqsadga muvofiqdir, ya'ni, tuzilishi bo'yicha ma'lum bir harakat texnikasining asosiy elementlariga o'xshash harakatlar. Masalan, to'pni oyoqning ichtomoni bilan urishni o'rganayotganda, xuddi shu harakatning taqlid harakteridagi mashqlari yetakchiga aylanishi mumkin; to'pni taglik bilan to'xtatishni o'rganishda to'pni taglik bilan oldinga va orqaga aylantirish, bir joydaturish va hokozo. Xotin-qizlar futbolda o'ng va chap oyoqlari bilan mashq bajaradilar. Shu bilan birga, bolalar tomonidan mashqlarning ongli ravishda o'zlashtirilishini ta'minlash va ularni ijodkorlik bilan cheklamaslik zarur va bu jihat, qizbola qachon va qanday sharoitlarda olingan ko'nikma va ko'nikmalarni qo'llashi mumkinligini bilganda erishiladi. Masalan, bolalar bog'chasida futbol o'ynashning boshlang'ich texnikasini o'zlashtirgan maktabgacha yoshdagi qizlar ushbu o'yinni maktabda katta yoshdagi xotin-qizlar jamoasida, hovlida yoki biror joyda ta'tilda va hokazolarda o'ynashlari mumkin bo'ladi.

Asosiy qismning davomiyligi 20 daqiqagacha. Shunday qilib, darsning asosiy qismi har xil va mazmunan hayajonlib o'lib, o'qituvchigaberilgan vazifalarni amalga oshirishga imkon beradi. Darsning yakuniy qismida qizlarning tanasini nisbatan tinch va bir tekis holatga keltirish zarur. Bunga



quyidagilar yordam beradi: nafas olish mashqlari bilanbirgalikda yurish, gevşeme va gevşeme uchun mashqlar, tinch o'yin vahokozi.

Yakuniy qism 4-5 daqiqa davom etadi.Yakuniy bosqich – bu futbolo'ynashning texnik, elementar taktik mahoratini oshirish bosqichi,ya'nito'g'ridan-to'g'ri futbol uchrashuvining o'zi. Maktabgacha yoshdagi qizlarbilan futbol musobaqasining davomiyligi 25 daqiqani tashkiletadi, shujumladan dam olish va dam olish uchun 5 daqiqalik tanaffus o'tkazildi.

Xulosa qilib aytganda "Maktabgacha ta'lim tashkilotilarida qizlarfutbol darslarini tashkil etish metodikasi" maqolasida, qizlar futbolininrivojlanishiga yo'naltirilgan qizlar va ularni amaliyotda qo'llashga imkonberuvchi strategiyalar o'rganish va rivojlantirishga bag'ishlangantadqiqotlar taqdim etilgan. Bu maqola qizlar futbolining olg'usi va o'zigaxosligi to'g'risidagi sababli tushunchalarni ta'kidlab, qizlar futboliningrivojlanishiga yo'naltirilgan strategiyalar va qo'llanish usullariko'rsatilgan.Tadqiqotlar qizlar futbolining o'yin taktikalarini, psixologiktayyorgarliklarini, o'yin tashkilotlarini va ayollar tayyorgarliklarini tahlilqilishga imkon berdi va bu rivojlanishda katta ahamiyatga ega bo'lganayollar tayyorgarliklarini oshirishga olib kelmoqda.Xulosalarga ko'ra, maktabgacha ta'lim tashkilotida qizlar futbol darslarini tashkil etish metodikasini va ularni amaliyotda qo'llashga imkon beruvchi strategiyalar bilan qizlar futbolining sifati va miqdoriyaxshilanmoqda. Buninguchun, qizlar futboliga katta e'tibor berilishi, ularning o'ziga xos taktikalarini ishlab chiqarish va tayyorgarliklarini oshirish hamda o'yin tashkilotlari taraqqiyotiga intilish zarur bo'ladi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1.Salamov R.S., Aripov Y.Y. Basics of methods of physicaleducation of school-agechildren.T.:Молия,2011.

2.Babarakhimova B.P., Pardayev B.P., Abdullayeva B.P.Usinginformation andcommunication technologies in teaching process ofvarious primary school subjects European Journal of Research andReflection in Educational Sciences, 8 (10), 67.

3.Abdullayev F.T. Abdullayeva B.P Organization Of SwimmingLessons In Preschool

4. Ачиллов.А.М, Акрамов Ж.А, Гончарова О.В Болаларнинг жисмоний сифатларини тарбиялаш. Ўқув-қўлланма. Тошкент. 2009 йил,Б.95 .



5. Ахмаджонов У.М., Толибжонов А.И, Исеев Ш.Т, “Футболчиларни жисмоний тайёргарлиги” Ўқув-қўлланма. Илмий техника ахборот пресснашриёти. 2019 йил, Б.127.

6. Исеев Ш.Т. Футболчиларни йиллик циклда тайёрлашни режалаштириш - Т., Илмий техник ахборот пресснашриёти 2014.- Б. 239.

9. Abdusamatov, H., & QURBANOVA, M. (2022). Some social and psychological advice for families who have been destroyed. In Conference Zone (pp. 22-24).

10. Mamurjonovna, N. D. (2020, June). The concept of psychological service and its controversial issues in family. In Archive of Conferences (Vol. 2, No. 2, pp. 34-36).

11. Nuraliyeva, D. M. (2020). Examining the orientation of women in the field of psychosocial service for the family and the empirical analysis of psychological qualities. In International scientific and practical conference Cutting Edge-science Primedia E-launch page115-116. USA Conference Proceedings (Vol. 6).

12. Nuraliyeva, D. M. (2020). THE PROBLEMS OF DEVELOPING SOCIAL PSYCHOLOGICAL MECHANISMS IN THE FAMILY. Theoretical & Applied Science, (1), 711-713.

13. Nuralieva, D. M. (2020). THE CONCEPT OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO THE FAMILY. In Психологическое здоровье населения как важный фактор обеспечения процветания общества (pp. 405-410).

14. Mamurjonovna, N. D., & Nurislom Ulug'bek o'gli, K. (2022). A STUDY OF THE SOCIAL PERCEPTIONS OF CHILDREN OF HAPPY AND CONFLICTED FAMILIES ABOUT THE FUTURE. In Conference Zone (pp. 9-11).

15. Нуралиева, Д. М. (2022). ОСОБЕННОСТИ ОБЩЕНИЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ В СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЯХ. Uzbek Scholar Journal, 6, 39-43.

16. Нуралиева, Д., & Абдусаматов, Х. (2021). Ajralish arafasidagi oilalarga psixologik xizmat ko'rsatishning ijtimoiy psixologik xususiyatlari. Общество и инновации, 2(10/S), 493-498

17. Mamurjonovna, N. D., & Abdukarimova, M. R. (2021, July). ON THE PSYCHOLOGICAL CRITERIA AND ORIGINAL FACTORS OF DISPUTES BETWEEN YOUNG PEOPLE. In Archive of Conferences (pp. 50-55).

Nuraliyeva, D. M. (2021). PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO FAMILIES ON THE VERGE OF DIVORCE. Экономика и социум, (10 (89)), 186-189.





18. Mamurjonovna, N. D. (2022). NIKOH OLDI OMILLARI VA OILA QURISH MOTIVLARINING IJTIMOY PSIXOLOGIK XUSUSIYALARI: Nuralieva Dildora Mamurjonovna Farg ‘ona davlat universiteti psixologiya kafedrası psixologiya fanlari bo ‘yicha falsafa dokori (PhD). Asqarova Odinaxan Mamatxonovna Psixologiya magistratura yo ‘nalishi 2-kurs talabasi. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (12), 312-316.

19. Нуралиева, Д. М. (2022). OILALARGA PSIXOLOGIK XIZMAT KO ‘RSATISHNING IJTIMOY PSIXOLOGIK XUSUSIYATLARI: Нуралиева Дилдора Мамуржоновна ФарДУ психология фанлари бўйича фалсафа доктори,(PhD). Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (11), 370-377.

20. Mamurjonovna, N. D. (2022). O‘SPIRINLARDA MA‘NAVIY QADRIYATLARNI SHAKLLANISHIDA OILA MUXITINI TUTGAN O‘RNI: Nuraliyeva Dildora Mamurjonovna FarDU psixologiya fanlari bo‘yicha falsafa doktori,(PhD) Kenjayeva Dilnozaxon Sadirdinovna Psixologiya (faoliyat turlari bo‘yicha) 2-kurs magistranti. Образование и инновационные исследования международный научно-методический журнал, (12), 293-298.

21. Axrorov, P. Q., & Nuraliyeva, D. M. (2022). AMERIKA PSIXOLOGIYA MAKTABI NAMOYONDALARINING ZAMONAVIY TADQIQOTLARINING OZIGA XOS JIHATLARI. Педагогика и психология в современном мире: теоретические и практические исследования, 1(10), 59-61.

