

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI SPORTNI  
RIVOJLANTIRISH VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA  
MUTAXASSISLARNI QAYTA TAYYORLASH VA  
MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI**

**Maktabgacha Ta’lim Tashkilotlarida  
FUTBOL**

*(Metodistlarga, yo‘riqchilarga, o‘rta, katta va tayyorlov guruh tarbiyachilari  
uchun)*



## **Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida futbol elementlarini o'rgatish.**

Futbolni rivojlantirishni maktabgacha ta'lim tashkilotlari muassasalarining tarbiyalanuvchilaridan boshlab o'rgatish. Bolalarni futbolga qiziqtirish bolaning o'ziga xos rivojlanish xususiyatlari va salohiyatlarini hisobga olib, futbol sport turi texnik elementlari ishtirokidagi harakatli va estafetali o'yinlar orqali ta'lim berish va rivojlantirish, bola salomatligini asrash va mustahkamlash, uning harakatlanish ehtiyojlarini qondirishdan iborat. Tarbiyalanuvchilarga jismoniy tarbiya va ko'ngilochar mashg'ulotlarda bola organizmining fiziologik, antropometrik, morfofunktsional rivojlanish jihatlari va xavfsizlik nuqtai-nazardan optimal standartlarni joriy etish hamda ulardan oqilona foydalanish zarur.

Maktabgacha ta'lim muassasalarining 5-6 yoshli katta guruh va 6-7 yoshli tayyorlov guruhi tarbiyalanuvchilarini futbolga qiziqtirish hamda tarbiyalanuvchilarni futbol sport turi bilan nazariy tanishtirish barobarida bolalarning yoshidan kelib chiqib futbol to'pi bilan muomala qilish, to'pni aniq va to'g'ri yo'llay bilish, masofani his qilish, jamoaviy o'yinda sherikni ko'ra bilish, bir-birini tushunish, raqibning qarshiligini yengib o'tish, maydonga moslashish kabi jihatlarni futbol elementlari mavjud harakatli o'yinlar orqali o'zlashtiradi.

2018 yilgi BMT Bolalar jamg'armasi YuNISEFning O'zbekistondagi vakolathonasi texnik ko'magida yaratilgan "Ilk qadam" maktabgacha ta'lim tashkilotining Davlat o'quv dasturi bolaning o'ziga xos rivojlanish xususiyatlari va salohiyatlarini hisobga olish, o'yin orqali ta'lim berish va rivojlantirish, bola salomatligini asrash va mustahkamlash, uning harakatlanish ehtiyojlarini qondirish kabi tamoyillarni o'z ichiga oladi.

Dasturda ko'rsatilganidek 5 dan 7 yoshgacha bo'lgan bolaning to'siqdan hatlashi yoki aylanib o'tishi, yugurishning har xil ilon izi, egri-bugri, mokisimon, to'siqlarni yengib o'tish kabi turlarini bajarishi, koptokni yuqoriga otishi, uni ilib olishi, qopchani nishonga irg'ita olishi, klyushka bilan koptokni

to'siqlar orasidan olib o'ta olishi singari harakatlarining rivojlanishini hisobga olib tayyorlov guruhlarida futbol elementlaridan tashkil topgan harakatli o'yinlar orqali futbol sport turini texnik elementlariga o'rgatishni yo'lga qo'yish, hamda futbol festivalini muntazam o'tkazish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Maktabgacha ta'lim muassasalarida tarbiyalanuvchilarga jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida futbolni o'rgatish bolalarni futbolga bo'lgan qiziqishini ortirishi, tur haqida tushunchalarga ega bo'lishi, o'yin qoidalarini bilishlarini ta'minlashi bilan birga, mutaxassislarga yangi vazifalarni yuklaydi. Futbol o'yini asosan ochiq havoda chim yotqizilgan maydonlarda, moslashtirilgan sport zal yoki usti yopiq suniy chim yotqizilgan maydonchalarda o'tkaziladi.

Maktabgacha ta'lim muassasalari tarbiyalanuvchilarida ko'nikma va malaka jismoniy tarbiya mashg'ulotlari va harakatli o'yin daqiqalari jarayonida hosil qilinadi. Bunga esa mashqlarni qayta-qayta bajarish orqali erishiladi, takroriylik o'z navbatida, butun a'zo tizimlari faoliyatiga ta'sir etadi.

Jismoniy tarbiya instruktori tarbiyalanuvchilarga dastavval futbol to'pi bilan muomala qilish, oddiygina to'pni tepish, belgilangan nishonga (darvozaga) yaqin masofadan sekin-asta oraliq masofani uzaytirish bilan hamda qarshisidagi sherigiga to'pni aniq yo'llash kabi mashqlardan boshlash kerak bo'ladi. Quyida jismoniy tarbiya instruktorlari tomonidan tarbiyalanuvchilarga futboldan ilk odiy mashqlarni o'rgatish uchun namuna keltirilgan.

1. Tarbiyalanuvchilar juftlikda bir biridan 5-7 metr uzoqlikda turib olishadi. Birinchi raqamli koptokni qarshisidagi juftiga qarab oyoq uchida astagina tepishni amalga oshiradi. To'pning to'g'ri yo'naltirilganligini bilish uchun (*oyoq uchiga bo'r surtib qo'yiladi*) to'pning qaysi nuqtasiga zarba berilishi kerakligi kuzatiladi. Har bir oyoqda 7-10 martadan tepganida

qarshisidagi sherigiga necha marta to‘g‘ri yo‘llaganligi sanaladi. Aynan shu harakat bilan 5-7 m. masofaga kichik 75-100 sm.li darvoza yoki nishon (bayroqcha, to‘ldirma to‘p, kegli donachalari va h.k.)ga tepish amalga oshiriladi. 7-10 martadan keyin aniq amalga oshirilgan zarbalar sanaladi.

2.To‘pning markaziga emas, balki markazidan bir oz chap va o‘ng tomonga oyoq uchida 3-5 martadan tepish. To‘p qaysi tomonga xarakat qilishini kuzatish va to‘p nishonga tegishi uchun uni qaeriga tepish kerakligini esda tutish uqtiriladi. (1-rasm.)



(1-rasm).

3. Avvalo, tarbiyalanuvchilarga futbol sirini o‘zlashtirishda uchta texnik usul va usullarning qo‘shilmasini bajarishni o‘rgatish kerak:

-oyoq yuzasining ichki va tashqi qismlarida to‘p surish.(2-rasm)

-qarshi tomondan dumalab kelayotgan to‘pni oyoq yuzasining ichki tomoni bilan to‘xtatish. (3-rasm)

-yugurib kelib oyoq yuzasining o‘rtasi bilan to‘pni tepish. (4-rasm)

4.To‘pni tepishni amalga oshirishda harakatlar mutanosib to‘g‘ri bajarilishi uchun tayanch oyoqni to‘p bilan bir tekis qo‘yish va 4-5 qadam

naridan yugurib kelish kerak. Bu xarakat zanjirida beshta muhim vaziyatni hisobga olish zarur:

-yugurib kelayotganda o'zgartirilgan so'ngi qadam;

-boldir va tos oralig'ida eng o'tkir burchak yaratish, shuningdek tayanch oyoqni 10-15 sm yondan va to'p tekisligida to'g'ri tutish;

-oyoq to'pga tekkan vaqtida tizza bo'g'imida deyarli to'g'rilanishi va tizza go'yo to'p ustida osilib qolgandek bo'lishi lozim;

-zarba berish vaqtida oyoq (*tos–boldir-tovon*) “bukriga”cha aylanadi;

-zarba berilgandan keyin tepayotgan oyoq oldinga uzatilib ketadi.



(2-rasm).



(3-rasm).

O'yin jarayoniga yaqinlashtirilgan harakatlarni amalga oshirishda esa yugurish vaqtida “etakchi” oyoq yuzasi to'pga tegishdan oldin oyoq (*oyoq panjalari gumbazi*)ning ichki qismi yoki tashqi qismi sal tashqariga aylanib chiqadi. (2-3-rasmlar) Oyoqni to'pga ishonch va e'tibor bilan tekkazish kerak. Bunda gavda oldinga sal egilgan bo'ladi. To'pga doimo qarayverish kerak emas, chunki bu holatda boshqa o'yinchilar nima qilayotganini ko'rmay qolasiz. Shuningdek, to'pni doimo boshni ko'tarib butun maydonga qarayverib surish ham mumkin emas. Har galgidek bu gal ham mo'tadillik zarur, demak



o‘z oldingizdagi maydonga qarash kerakligi muhimligini tushuntirib va bajartirish lozim.

**Xulosa va taklif:** O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 4 dekabrda PF-5887-son Farmoni ijrosini ta’minlash maqsadida maktabgacha ta’lim tashkiloti jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida sog‘lomlashtiruvchi va ko‘ngilochar mashg‘ulotlarida hamda **“Futbolimiz kelajagi”** futbol festivalini o‘tkazishda bola organizmining fiziologik, antropometrik, morfofunktsional rivojlanish jihatlari va xavfsizlik nuqtai-nazardan quyidagi standartlardan foydalanishni taklif qilamiz.

- Mashg‘ulot va musobaqalarda maktabgacha ta’lim tashkilotlari katta va tayyorlov guruhlar va tarbiyalanuvchilari ishtirok etadilar.

- Mashg‘ulot va musobaqalar tabiiy va suniy qoplamali maydonlarda va sport zallarda o‘tkaziladi.

- Musobaqalarini maktabgacha ta’lim tashkilotlarining jismoniy tarbiya uslubchilari va jismoniy tarbiya instruktorlari boshqarib boradi.

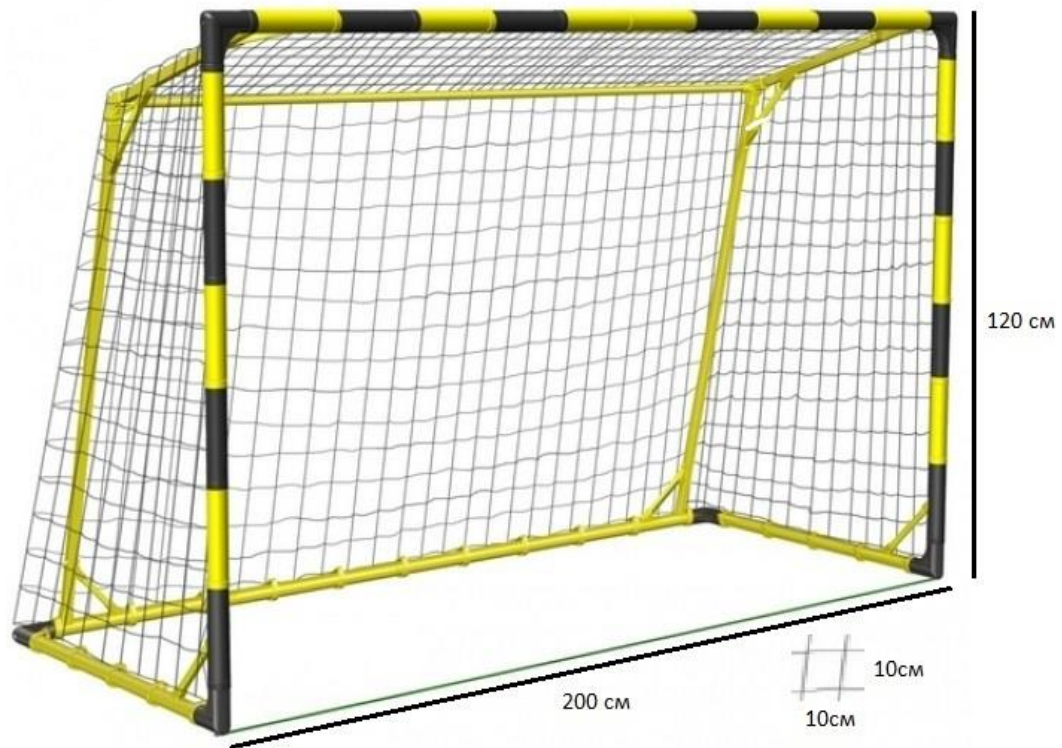
- Musobaqalarga bosh hakam va bosh kotib, hakamlar jamoasi, tibbiy hodim tayinlanadi.

-Futbol musobaqa bellashuvi ikki bo‘limdan iborat bo‘lib, har bir bo‘lim 10 daqiqani tashkil etadi. Bo‘limlar orasidagi tanaffus 5 daqiqa qilib belgilanadi va jamoalar o‘rin almashib olishadi. Uchrashuv belgilangan vaqtda o‘tkazilishi nazorat qilinadi hamda maydondagi hakam vaziyatdan kelib chiqib qo‘shimcha vaqtni belgilaydi.

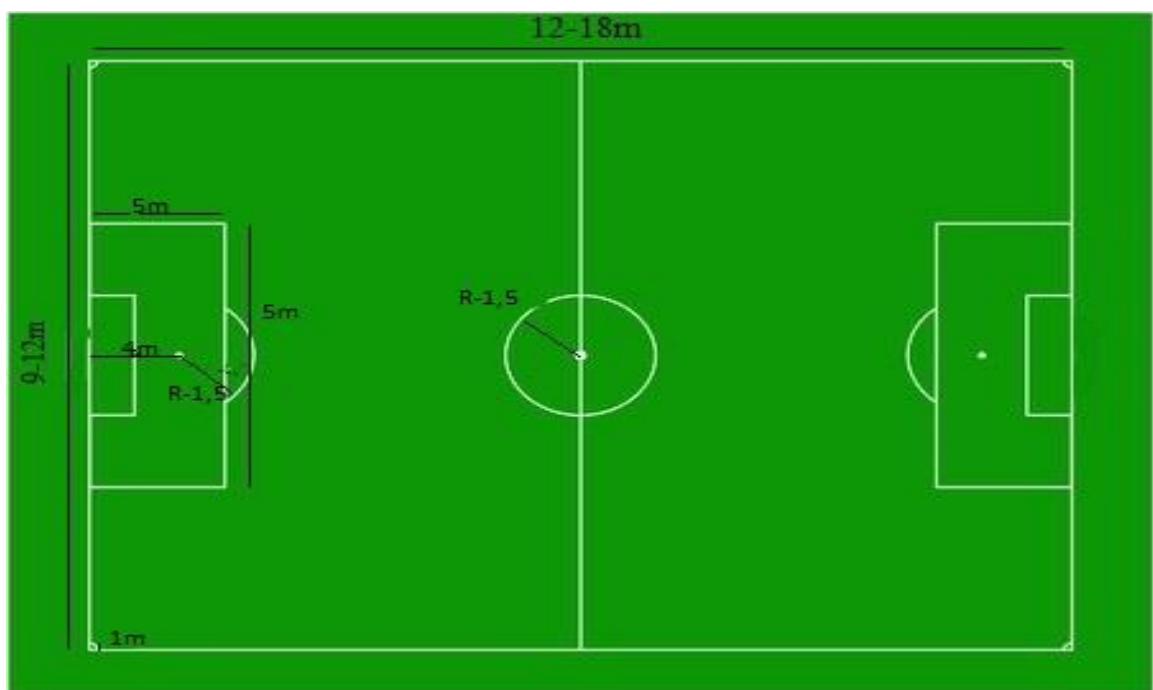
-Har bir jamoa ikki hil rangdagi sport formasida ishtirok etishi ta’lab etiladi.

-Jamoalar tarkibi 10 kishidan iborat bo‘lib 5 nafari asosiy o‘yinchi 1 nafari darvozabon va 4 nafar zaxiradagi o‘yinchilardan tarkib topadi.

O‘yin davomida maydonda 1 nafari darvozabon va 5 nafari o‘yinchi harakatlanadi.



Darvoza-o'lchami: 200x120sm. Darvoza 10x10sm/2 li to'r bilan qoplanadi.(darvoza ustuni va to'sini yengil plastik, yumshoq himoyalangan yoki havo to'ldirilgan maxsus darvoza o'rnatiladi. )

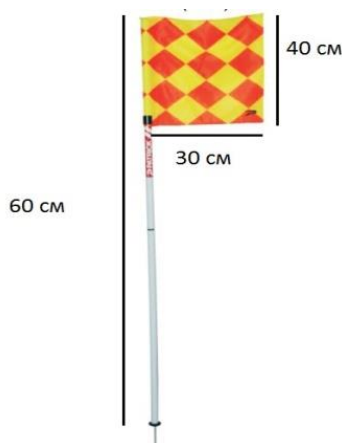


O'yin maydoni: o'yinlar (minimum) 9x12 metr, (maksimum) 12x18 metr o'lchamlardagi maydonchalarda o'tkaziladi. Jarima maydonlari o'lchami 5x5 metrni tashkil qiladi hamda jarima to'pi tepish joyi darvozadan 4 metr uzoqlikda belgilanadi. Jarima to'pi tepish nuqtasidan 1,5 metr radiusda jarima chizig'idan yoysimon chiziq chiziladi. Maydon markazidagi doira o'lchami R-1,5 metr. Maydon chiziqlari eni 5 sm va oq rangda bo'ladi..



Futbol koptogi: Maxsus 3-o'lchamli 3-9 yoshli bolalar uchun yumshoq (aylanasi 62-63.5sm, 270-290 gramm og'irlikda).koptokdan foydalaniladi.Koptokning og'irligi, o'lchami va qattiqligiga qa'tiy amal qilinishi shart.

-tibbiy xodim tibbiy tez yordam ko'rsatish vositalari bilan ta'minlangan holda o'yinchilarning xolatini muntazam nazorat qilib boradi.



-Maydon burchaklariga 30x40sm yorqin matoli, balandligi 60sm bo'lgan plastik bayroq o'rnatiladi.

-Maydon burchaklaridagi yoysimon chiziq 1 metrni tashkil etadi

- Musobaqalarda maktabgacha ta'lim tashkilotlari tayyorlov guruhleri va tarbiyalanuvchilari ishtirok etadilar.

- Musobaqalarini maktabgacha ta'lim tashkilotlarining jismoniy tarbiya uslubchilari va jismoniy tarbiya instruktorlari boshqarib boradi.

-Uchrashuvlar ikki bo'limdan iborat, har bir bo'lim 10 daqiqani tashkil etadi. Bo'limlar orasidagi tanaffus 5 daqiqa qilib belgilanadi va jamoalar o'rin almashib



olishadi. Uchrashuv belgilangan vaqtda o'tkazilishi nazorat qilinadi hamda maydondagi hakam vaziyatdan kelib chiqib qo'shimcha vaqtni belgilaydi.

- Musobaqalarga bosh hakam va bosh kotib, hakamlar jamoasi, tibbiy hodim tayinlanadi.

- Bosh hakam musobaqani boshqaradi. Musobaqalarga tajribali jismoniy tarbiya instruktorlari va hakamlarni jalb etadi, musobaqa dasturini ishlab chiqadi, o'yinlarni boshqarib borishda maydondagi hakamlarni taynlaydi, o'yin va tanaffuslar vaqtini nazorat qilib o'yinlar bilan bog'liq bo'lgan e'tirozlarni bartaraf etadi.

- Bosh kotib musobaqa xujjatlarini rasmiylashtirish, buyurtmalarni qabul qilish, o'yin jarayonidagi natijalarni monitoring qilib borish bilan shug'ullanadi.

-hakamlar jamoasi bir kishidan iborat bo'lib, o'yin davomida maydonda harakatlanadi va o'yinni boshqarib boradi.

Maktabgacha ta'lim tashkiloti jismoniy tarbiya instruktorlari tarbiyalanuvchilariga ilk futbol saboqlarini berishda aynan futbol trener-o'qituvchilari, jismoniy tarbiya va professor-o'qituvchi mutaxassislari tomonidan ishlab chiqilgan o'quv-uslubiy qo'llanma va darsliklardan foydalanish hamda amaliy tavsiyalar olish maqsadga muvofiq bo'ladi.

# NIZOM

## 1.Umumiy qoidalar

- Musobaqalarda maktabgacha ta'lim tashkilotlari tayyorlov guruhleri va tarbiyalanuvchilari ishtirok etadilar.
- Musobaqalar tabiiy va suniy qoplamali maydonlarda va sport zallarda o'tkaziladi.
- Musobaqalarini maktabgacha ta'lim tashkilotlarining jismoniy tarbiya uslubchilari va jismoniy tarbiya instruktorlari boshqarib boradi.
- Musobaqalarga bosh hakam va bosh kotib, hakamlar jamoasi, tibbiy hodim tayinlanadi.
- **Bosh hakam** musobaqani boshqaradi. Musobaqalarga tajribali jismoniy tarbiya instruktorlari va hakamlarni jalb etadi, musobaqa dasturini ishlab chiqadi, o'yinlarni boshqarib borishda maydondagi hakamlarni taynlaydi, o'yin va tanaffuslar vaqtini nazorat qilib o'yinlar bilan bog'liq bo'lgan e'tirozlarni bartaraf etadi.
- **Bosh kotib** musobaqa xujjatlarini rasmiylashtirish, buyurtmalarni qabul qilish, o'yin jarayonidagi natijalarni monitoring qilib borish bilan shug'ullanadi.
- hakamlar jamoasi** bir kishidan iborat bo'lib, o'yin davomida maydonda harakatlanadi va o'yinni boshqarib boradi.
- Uchrashuvlar ikki bo'limdan iborat, har bir bo'lim 10 daqiqani tashkil etadi. Bo'limlar orasidagi tanaffus 5 daqiqa qilib belgilanadi va jamoalar o'rin almashib olishadi. Uchrashuv belgilangan vaqtda o'tkazilishi nazorat qilinadi hamda maydondagi hakam vaziyatdan kelib chiqib qo'shimcha vaqtni belgilaydi.
- Jamoalar** har bir jamoa ikki hil rangdagi sport formasida ishtirok etishi ta'lab etiladi.
- Jamoalar tarkibi** 10 kishidan iborat bo'lib 5 nafari asosiy o'yinchi 1 nafari darvozabon va 4 nafar zaxiradagi o'yinchilardan tarkib topadi. O'yin davomida maydonda 1 nafar darvozabon va 5 nafar o'yinchi harakatlanadi.
- O'yin maydoni:** o'yinlar (minimum) 9x12metr, (maksimum) 12x18 metr o'lchamlardagi maydonchalarda o'tkaziladi. Jarima maydonlari o'lchami 5x5metrni tashkil qiladi hamda jarima to'pi tepish joyi darvozadan 4 metr uzoqlikda belgilanadi. Jarima to'pi tepish nuqtasidan 1,5 metr radiusda jarima chizig'idan yoysimon chiziq chiziladi. Maydon markazidagi doira o'lchami R-1,5 metr. Maydon chiziqlari eni 5 sm va oq rangda bo'ladi. Maydon burchaklariga 30x40sm yorqin matoli, balandligi 60sm bo'lgan plastik bayroq o'rnatiladi. Maydon burchaklaridagi yoysimon chiziq 1metrni tashkil etadi.
- Darvoza**-o'lchami 200x120sm. Darvoza 10x10sm/2 li to'r bilan qoplanadi.
- Futbol koptogi:** 3-o'lchamli 3-9 yoshli bolalar uchun yumshoq (aylanasi 62-63.5sm, 270-290 gramm og'irlikda).
- tibbiy xodim** tibbiy tez yordam ko'rsatish vositalari bilan ta'minlangan holda o'yinchilarning xolatini muntazam nazorat qilib boradi.

## 2.MAQSAD VA VAZIFALARI.

-O'zbekistan Respublikasi Prezidentining 2019 yil 4 dekabrda

"O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5887-son Farmoni ijrosini ta'minlash maqsadida ishlab chiqilgan farmoni ijrosini amalga oshirish.

-maktabgacha ta'lim tashkiloti tarbiyalanuvchilari sog'ligini yaxshilash, jismoniy sifatlarini rivojlantirish, sportga bo'lgan qiziqishlarini yanada ortirish hamda vatanparvarlik ruxida tarbiyalash.

- futbol sport turiga bo'lgan qiziqishlarini, ko'nikma va malakalarini oshirish.

-Respublikamizda ommaviy sportni jamiyatimizning eng quyi bo'g'inidan boshlab rivojlantirish.

### **3. MUSOBAQALARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH.**

Musobaqalar maktabgacha ta'lim tashkiloti vazirligi, (Qoraqalpog'iston respublikasi) hamda viloyat shaharlari va tuman maktabgacha ta'lim tashkilotlari bo'limlari tomonidan tashkillashtirib, o'tkazilish joyi va vaqti belgilanadi.

### **4.MUSOBAQA ISHTIROKCHILARI VA MUSOBAQALARNI O'TKAZISH TARTIBI.**

**Musobaqalar 2 bosqichda o'tkaziladi.**

**1-bosqich.** Har bir maktabgacha ta'lim tashkilotlari tayyorlov guruhlar tarbiyalanuvchilari o'rtasida o'tkaziladi.

-Musobaqada har bir tayyorlov guruhidan 10 nafardan ishtirokchilar qatnashadi.

-Guruhlar o'rtasidagi musobaqalar "Olimpiya" yoki "Aylanma" tizimida o'tkaziladi.

-musobaqalarni tashkillashtirish va o'tkazishda MTT raxbariyati, jismoniy tarbiya instruktorigi, tibbiy xodim va guruh tarbiyachilari ishtirok etadi.

-Musobaqa hisoboti final bosqichlari videorolik shaklida CD yoki DVD diskda yig'ib boriladi.

-MTTning tayyorlov guruhlar o'rtasida g'olib chiqqan jamoa tuman yoki shahar bosqichiga chiqadi.

**2-bosqich.** Tuman, shahar birinchiligi MTT bo'limlari tomonidan tashkillashtiriladi va o'tkaziladi.

-Musobaqa o'tkazish uchun bosh hakam (futbol ixtisosligiga ega bo'lgan mutaxassis) tuman yoki shahar MTT bo'limlari tomonidan tayinlanadi.

-Musobaqani bosh hakam, bosh kotib, hakamlar jamoasi va tibbiy xodimlar boshqarib boradi.

-Musobaqaga qatnashish uchun har bir jamoa talabnomasida 10 nafar futbolchi, bir nafar murabbiy, bir nafar vakil hamda shifokor ko'rsatilishi shart.

-Musobaqada qatnashish uchun jamoalar soni sakkiztagacha bo'lsa bir davrada, sakkiztadan oshsa ikki davrada o'tkaziladi.

-Uchrashuvlar ikki bo'limda 10 daqiqadan o'tkaziladi. Tanaffus 5 daqiqa qilib belgilanadi.

-Uchrashuv belgilangan vaqtda o'tkazilishi shart.

-O'yin vaziyatidan kelib chiqib maydondagi hakam tomonidan o'yinga qo'shimcha vaqt qo'shilishi mumkin.

-musobaqaga 30 daqiqadan ortiq kechikkan jamoaga texnik mag'lubiyat yoziladi.

- Musobaqaning bosh hakami tartib buzarliliklar uchun jamoalarni jarimaga tortadi.
  - Uchrashuvlarda xavfsizlik uchun ma'sul bo'lgan ichki ishlar va tibbiyot xodimlarini ogohlantirish va ta'minlash bosh hakam zimmasida bo'ladi.
  - Jamoalar** musobaqada ishtirok etish uchun ikki hil rangdagi sport formasiga ega bo'lishi ta'lab etiladi.
  - Jamoalar tarkibi** 10 kishidan iborat bo'lib 5 nafari asosiy o'yinchi 1 nafari darvozabon va 4 nafar zaxiradagi o'yinchilardan tarkib topadi.
- O'yin davomida maydonda 1 nafar darvozabon va 5 nafar o'yinchi harakatlanadi.
- Musobaqa hisoboti final bosqichlari videotasvir shaklida CD yoki DVD formatdagi diskda saqlanib yig'ib boriladi.

## **5.HAKAMLAR.**

Musobakalarni maktabgacha ta'lim tashkiloti jismoniy tarbiya instruktorlari hamda futbol federatsiyasi yoki Bolalar o'smirlar sport maktabi tomonidan tayinlangan hakamlar boshqarib borishadi.

## **6. APILYATSIYA.**

Musobaqalar davomida kelib chiqqan noroziliklar videotasviri mavjud bo'lgan holatlarda qisqa fursat ichida yozma ravishda musobaqa yakuniga qadar bosh hakam tomonidan ko'rib chiqilib, tegishli choralar belgilanadi.

## **7. HARAJATLAR.**

Musobakani tashkillashtirish va o'tkazish harajatlari tuman yoki shahar MTT bo'limi hamda homiylar, reklama agentliklaridan tushgan mablag'lar hisobidan qoplanadi.

-ikkinchi bosqichga chiqqan jamoa musobaqada qatnashish uchun barcha xarajatlar jamoani safarbar qilayotgan tashkilot zimmasiga yuklanadi.

## **8.HUJJATLARNI RASMIYLASH TIRISH TARTIBI.**

-musobaqada qatnashish uchun talabnoma maktabgacha ta'lim tashkiloti jismoniy tarbiya instruktorigi yoki jamoa murabbiyi tomonidan musobaqadan 1 kun oldin muddatda taqdim etiladi;

-talabnomada ishtirokchilar soni, F.I.Sh. to'liq ko'rsatilib, tashkilot rahbari va tibbiy hodim, jismoniy tarbiya instruktorigi yoki murabbiy tomonidan tasdiqlangan bo'lishi shart.

## **9.MUSOBAQA YAKUNI VA TAQDIRLASH.**

Musobaqaning yakuniga ko'ra musobaqa g'oliblari hamda turli nominatsiyalar bo'yicha g'oliblar shahar yoki tuman MTT va homiylar tomonidan diplom, medal va qimmatbaho sovg'alar bilan taqdirlanadilar.