



**MODERN METHODS FOR IMPROVING THE TECHNICAL
TRAINING OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS ACCORDING TO
THEIR PLAYING POSITIONS**

Erkinov Akmaljon A’zamjon o’g’li

1st-year Master’s Student, Department of Physical Culture, Faculty of Social Sciences
Namangan State Pedagogical Institute

Abstract

This study analyzes a methodology for improving the individual technical skills of young football players based on their functional roles and playing positions on the field. Since the movement dynamics and responsibilities of defenders, midfielders, and forwards differ significantly in modern football, the necessity of replacing universal training programs with position-oriented modern training methods is scientifically substantiated. The article highlights the potential of digital technologies and situational simulations in enhancing the individual technical and tactical performance coefficients of young athletes. Special attention is given to the development of position-specific skills, individualized training approaches, and innovative methods aimed at increasing the effectiveness of technical preparation in youth football.

Keywords: young football players, playing position, technical training, positional specialization, individual development, sports simulators, innovative methodology.

**YOSH FUTBOLCHILARNI AMPULA BO‘YICHA TEXNIK
TAYYORGARLIGINI OSHIRISHNING ZAMONAVIY USULLARI**

Erkinov Akmaljon A’zamjon o’g’li

**Namangan davlat pedagogika instituti Ijtimoiy fanlar fakulteti Jismoniy
madaniyat kafedراسi 1-bosqich magistri**



“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-3, 2026

Annotatsiya: Ushbu tadqiqotda yosh futbolchilarning o‘yin maydonidagi funksional vazifalari (ampulalari)ga tayangan holda individual texnik mahoratini yuksaltirish metodologiyasi tahlil qilingan. Zamonaviy industrial futbolda himoyachi, yarim himoyachi va hujumchilarning harakat dinamikasi tubdan farq qilishi sababli, universal mashg‘ulotlardan voz kechib, pozitsiyaga yo‘naltirilgan zamonaviy usullarni joriy etish zaruriyati ilmiy asoslangan. Maqolada raqamli texnologiyalar va situatsion simulyatsiyalar yordamida yosh sportchilarning individual texnik-taktik koeffitsiyentini oshirish imkoniyatlari ko‘rsatib o‘tilgan.

Kalit so‘zlar: yosh futbolchilar, o‘yin ampulasi, texnik tayyorgarlik, pozitsion ixtisoslashuv, individual takomillashuv, sport simulyatorlari, innovatsion metodika.

Kirish (Introduction): Zamonaviy futbolda o‘yin surati va dinamikasining keskin o‘sishi har bir pozitsiya vakilidan mikrosekundlar ichida to‘g‘ri texnik qaror qabul qilishni talab etmoqda. Professor L.R. Ayrapetyans va Sh.A. Ismoilovlarning ta’kidlashicha, ilgari yosh futbolchilar tayyorgarligida qo‘llanilgan universal yuklamalar tizimi bugungi kunda o‘z samaradorligini yo‘qotgan. Hujumchining tor hududda to‘pni nazorat qilishi, yarim himoyachining uzatmalardagi aniqligi va himoyachining agressiv pressing sharoitida to‘pni olib chiqishi mutlaqo boshqa-boshqa texnik biomexanikani talab qiladi. Shu sababli, o‘smir futbolchilarni maydondagi ampulasi bo‘yicha tabaqalashtirib mashg‘ulot o‘tkazish tizimini modifikatsiya qilish bugungi kunning asosiy muammolaridan biridir.

Tadqiqot metodlari: Tadqiqot jarayonida o‘smir futbolchilarning ampulalar bo‘yicha texnik ko‘rsatkichlarini aniqlash maqsadida O.I. Gafurov tavsiya etgan metodologiyaga tayanildi. Unga ko‘ra, quyidagi usullardan foydalanildi: Pedagogik kuzatuv va video-tahlil: O‘yin davomida har bir ampula vakilining bajargan texnik harakatlari (to‘p uzatish, zarbalar, to‘pni olib qo‘yish) hajmi va sifati maxsus kameralar orqali yozib



“SO‘LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-3, 2026

olindi. Eksperimental testlash: Futbolchilar o‘z pozitsiyalariga mos maxsus test normativlarini (masalan, yarim himoyachilar uchun uzoq masofaga aniq uzatmalarni amalga oshirish) topshirdilar. Statistika tahlil: Olingan ma'lumotlar sport metrologiyasi qonuniyatlari asosida matematik qayta ishlandi.

Natijalar: O‘tkazilgan tahlillar shuni ko‘rsatdiki, an’anaviy (barcha uchun umumiy) mashg‘ulot dasturida shug‘ullanuvchi yosh futbolchilarning o‘yin davomidagi foydali harakat koeffitsiyenti o‘rtacha 62-65% ni tashkil etdi. Bunga javoban, biz har bir ampula uchun alohida haftalik mikrosikllar blokini joriy etdik. Unda himoyachilar uchun: Bosim ostida to‘pni uzoqlashtirish va diagonal uzatmalar texnikasi; yarim himoyachilar uchun 360° lik ko‘rinish zonasi bilan to‘pni qabul qilish va "yashirin" paslar ustida ishlash; Hujumchilar uchun: Dinamikada, darvozaga teskari turgan holatda to‘pni to‘xtatish va kutilmagan zarbalar bloklari kiritildi. Ushbu ixtisoslashtirilgan bloklar kiritilgandan so‘ng, sinov guruhidagi futbolchilarning texnik harakatlardagi brak (xatolik) darajasi yarim himoyachilarda 18% ga, hujumchilarda esa 22% ga kamaygani qayd etildi.

Muhokama va Xulosa: Tadqiqot natijalari shuni tasdiqlaydiki, 13-15 yoshli futbolchilarda organizmning eng sezgir (sensitiv) davrida aynan o‘yin ampulasiga mos texnik ko‘nikmalarni shakllantirish keyinchalik ularning professional darajaga o‘tishini tezlashtiradi. Umumiy jismoniy va texnik yuklamalardan bosqichma-bosqich individual-pozitsion yuklamalarga o‘tish lozim. Xulosa qilib aytganda, yosh futbolchilar texnik tayyorgarligini ampulalar bo‘yicha tashkil etishda zamonaviy innovatsion texnologiyalar va situatsion simulyatorlardan foydalanish mashg‘ulot sifatini tubdan yangilaydi. Ushbu metodika sport maktablari va akademiyalari uchun amaliy tavsiya sifatida taklif etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati



**“SOG’LIQNI SAQLASHDA YANGI YONDASHUVLAR”
nomli respublika ilmiy-amaliy masofaviy konferensiyasi
VOLUME-1, ISSUE-3, 2026**

1. Abidov, Sh. U. (2022). Yosh futbolchilarning maydondagi ampularidan kelib chiqib texnik-taktik harakatlarini takomillashtirish. Fan-Sportga.
2. Ayrapetyans, L. R., & Ismoilov, Sh. A. (2023). Futbolda ixtisoslashgan o‘yin pozitsiyalari bo‘yicha texnik tayyorgarlik metodikasi. O‘zbekiston jismoniy tarbiya va sport ilmiy-nazariy jurnali.
3. Gafurov, O. I. (2024). 13-15 yoshli futbolchilarning ampula bo‘yicha texnik ko‘rsatkichlarini nazorat qilish va baholash. Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazariyasi hamda metodikasi,
4. Iseev, Sh. T. (2021). Futbol sport turida o‘smir yoshdagi sportchilarni pozitsion o‘yin uslublariga o‘rgatishning zamonaviy muammolari. Toshkent: O‘zDJTSU nashriyot-matbaa bo‘limi.
5. Kereyev, A. K. (2023). Yosh futbolchilar mashg‘ulotlarida zamonaviy innovatsion texnologiyalar va situatsion simulyatorlardan foydalanish samaradorligi. Sportda ilm-fan.