**ИИН 760528301650**

****

**АБДУРАЙМОВ Равшан Курбанбаевич**,

**Ш.Ниязов атындағы жалпы білім беретін мектебінің дене шынықтыру пәні мұғалімі.**

**Түркістан қаласы**

# ФУТБОЛ ОЙЫНЫ АРҚЫЛЫ ОҚУШЫЛАРДЫҢ ДЕНЕ ҚАБІЛЕТТЕРІН ДАМЫТУ ЖӘНЕ ТӘРБИЕЛЕУ

Футбол ойыны барлық дүниежүзі елдерінде танымал. Футбол спорт түрі сияқты ұдайы дамиды, ойын тәсілі де ұшталып, футболистің қозғалу қызметі қиындатылады.

Футболистің спорттық мастерствосы озықтыққа жету үшін қозғалмалы қызметтің жаңа одан да тиімді тәсілдер көмектеседі. Ойынның өзгешелігінденгі нақты білімге сүйенсек, футболистің қозғалу қызметін ұйымдастыра отырса негізгі ойынның даму үрдісіне негі болады.

Футбол жас адамдардың дамуына көмектеседі. Олардың физикалық даму сапасына, мінездің маңызды сипаттарын тәрбиелеу, мысалға: творчестволық белсеңділік, берілген жұмасқа жауапкершілік, талаптылықты жүзеге тартады. Ал бұл өз алдында өте түбегейлі. Бұндай сапаларға иемденген адам өзінің қоғамына үлкен пайда әкелетіне сөзсіз.

**Негізгі факторлары**

Өмір көрсеткендей ешқандай ойын, егерде жақсы ойыншылары болмаса нәтиже бермейді.

Футболшы көптеген қажетті қасиеттерге ие болуы керек. Футболдағы әр ойыншы доп алып жүру, дәл пас, қақпаға допты тура бағыттай білуі керек. Осылармен бірге ол бүкіл ойын бойы түсетін ауыртпалыққа шыдай білуі керек. Футболда басты, маңызды ол ойыншылардың өз денесі мен допты игеруі.

Міне осыларға байланысты ойыншы, егерде жарыстарда жақсы жетістіктерге жеткісі келсе, өзінің дайындығына басты назар аударуы керек. Ал осындай дайындық өзіне жоғары физикалық дайындықты, әр түрлі техникалық ойды қажет етеді. Осындай дайындықтың әр бір бөлігі бір бүтіндей болуы керек.

Физикалық дайындық ол физикалық жұмыс жасау қабілеті немесе футболшының физикалық жағдайы немесе күш, ептілік, икемділік, жылдамдық және шыдамдылық секілді физикалық қасиеттердің жиынтығы.

**Техника** – дегеніміз ол ойын кезінде футболшының допқа және өз денесіне ие болуы.

**Тактика** – дегеніміз ол ойланылған, әр бір ойыншының және бүкіл команданың қозғалысы.

Ойын кезінде алаңда футбол шеберлерінің дәл пастарды әдемі комбинацияларын көруге болады. Осылардың барлығы бұл шеберлерге көптеген жаттығулар арқасында келеді. Жаттығулар кезінде футболшылар физикалық, техникалық және тактикалық дайындықтарға көп уақыттарын бөледі.

**Футбол ойынының тактикасы**

Егерде жас футболшы допқа ие болуды, тез жүгіруді және жоғары секіруді үйреніп алса, ол ойынды өзінің бес саусағындай біліп алады деп айтуға болмайды.

Егерде футболшы алаңға есеппен қозғалса, өзінің қозғалысын, күшін және техникалық әдісін ойынның жағдайымен салыстыратын болса, онда оны жақсы ойыншы деп санауға болады. Сондықтан әр бір жас футболшы өзінің техникалық әдістерін үйрене бермей және физикалық қасиеттерін жақсарта бермеу керек, сонымен қатар ол ойынның тактикалық сырларын түсіну керек. Яғни дұрыс орын таңдап алу, мезгілінде әріптестеріне допты беру, қақпаға жақсылап доп соғу керек. Ең бастысы әр бір ойыншы ойынды жақсы «оқу» білу керек. Яғни ойын барысында әріптестерін және қарсыластарының ойларын байқап жүру керек.

Футбол – ол ұжымдық ойын. Сондықтан әр бір ойыншы өзінің индивидуалдық қадамын ұжымдық және командалық тактикаға келістіре білуі керек.

Тактика команданың доп жүргізу мәнін және әр бір ойыншының нақты міндетін белгілейді. Сол үшін әр бір ойыншы әр түрлі футбол жүйесі туралы білуі қажет және ол ойынның басты принциптарын қорғауда және шабуылда білуі керек. Бутболшы алдағы және арттағы қатардағы ойыншылардың міндеттерін білуі керек. Қарсыласқа жүргізілетін күрестің әр бір әдісін тактика деп атауға болады. Мақсатпен құрылған тактика ойлаған нәтижеге жеткізеді, ал мақсатсыз тактика оған жеткізбейді. Сонымен тактика дегеніміз қарсыласпен күресе білу. Футбол ойынының тактикасы ол өте үлкен жетістікпен ойнау. Футбол тактикасының негізінде жатқан білім жиынтығы үлкен емес, әр ойыншыға қол жетерліктей. Басты мәселе осы білімді ойында жүзеге асыру.

Футбол ойынының тактикасы ол команданың ойын мүмкіндігін толығымен пайдалану және ойынды қарсыластың жағдайына қарап келтіру.

Бұл ойында нақты шабуылдау жүйесінде допты беру, ойыншылардың доппен, допсыз қозғалысында, қақпаға доп бағыттауында және қорғаныста да көрінеді, қозғалыстардың гол соғуынан айыру.

Осыған байланысты команда қандай да тактикалық жүйеде ойнаса да олардың ойын жүйесі  көп гол соғу және қарсыластарына гол соққызбау.

Осыған орай команда ұйымдасқан түрде өзінің шабуылдаушыларына қарсыластар қақпасына гол соғуына мүмкіндік туғызуы керек. Ал қорғаныс тактикасы қарсыластарға гол соққызбау.

Қақпаға гол соғу үшін шабуылдаушы әр түрлі ұрымтал тұстан табыла білуі керек. Бұндай кезде ойыншының ұрымтал тұсты таңдай білуі тұрақты емес, ол ондай кезеңде пас алғанда таба біледі. Ал қорғаушылар ондай оңаша, ашық тұрған ойыншыларды жабуға, олардың доп алып жүруіне мүмкіндік бермейді.

Қарсыластар қақпасына доп жақындату техникасы ол соққы және доп алып жүру. Бір ойыншыдан екінші ойыншыға доп беру ол – пас, ал допты ашық алаңда алып жүру ол – доп қуу, ал допты қарсылас жанынан алып өту – алдау деп аталады.

Футболдың қарапайым тактикасы «соққы және жүгір» деген бұрығы допты өз бетімен теуіп, ешкімге арналмаған пас беру келмеске кеткен футбол басынан өткерген дәуір.

Қазіргі жаңа тактика негізінен пас беруде, ойыншылардың алаңда дұрыс қозғалысы, доп ала жүру және алдауына құрылған. Комбинацияда қолданылған шаблон нәтижеге жеткізбейді. Бір команданы жеңіске жеткізген тактика екінші бір командаға кері нәтиже береді. Бір командамен ойындағы тактика жеңіс әкелсе осы тактика келесі командамен ойында жеңіс әкелуі керек.

Футбол – ойын, ал ойында өнер. Тактикалық комбинация ол жеке ойыншыдан да ұжымдық қасиеттерден және футболшылардың күш жұмсауынан құрылады.  Комбинациялар ойынның өзінде оның қарсыластар командасына қарамастан құрылады. Осы ойын барысын бағдарламай комбинацияларды алдын ала ойлап алу мүмкін емес. Алайда осы жағдайларға қарап алдын ала ойланған тактикалық комбинациялар жүзеге аспайды деуге болмайды.

Футбол жарысында ойыншы әр түрлі тактикалық әдістер мен шешуші комбинацияларды қолдана білу керек. Ойын өз бетінше творчестволық үрдіс болғандықтан ондағы комбинацияларда шек жок. Футболдағы ойын басымдылығы қай команда доппен қалай өнер көрсетуіне байланысты. Қандай да болмасын шабуыл комбинациясының тактикалық қимылы ол доп алып жүру, пас, алдау, ұрымтал орын таңдай білу, қарсыласпен доп үшін күрес, қақпаға доп бағыттауға байланысты. Әр ойыншы қарапайым тактикалық әдістерді игеруі керек және олармен ойын барысында пайдалана білуі керек. Бұл оның басқа да әріптестерімен тіл табысуына керек қасиет.

Тәжірибеде футболшылардың мынандай қасиеттері қаралады:

а) допқа талас кезінде қарсыластарына қарағанда ұрымтал орынды таңдай білуі;

ә) әр түрлі доп беру кезінде дұрыс қабылдау;

б) доппен алдаса және алып жүре білу;

в) өзбетінше тактикалық мақсатты орындау үшін дұрыс кезеңді таңдай білу;

Осылардың барлығын командастарымен тығыз қарым-қатынаспен жүріп орындау керек.

Ойын барысында ойыншы дұрыс шешім қабылдау үшін ол өзінің командастарын қай жерде орналасқанын, қарсыластарын доптың қай бағытқа пас берілетінін, жалпы бүкіл ойынды бақылауы керек. Осыған орай ол өзінің байқай алмайтын алаң бөлшектерін жобалап ұға білу керек.

Ойын барысын ұға білу өте қажетті комбинацияларды орындауға қажет. Ойын алаңын  байқай алу туғанна болатын қасиет емес, ол біртіндеп оқу-жаттығу кезінде қалыптасады.

«Футбол» ол әдістер күресі, ойыншылар творчествосы, ол қарсыластар және әріптестерінің комбинацияларынан құралған.

Футбол ойыны өте динамикалық және эмоционалды. Ойыншыларға әр түрлі техникалық әдістерді, белгілі тактикалық бағыт беріп қолдану, әріптестерімен түсінісе білу қажет. Әйтпесе бір қателік бүкіл ойын жоспарын бұзады. Алайда осы айтылған қимылдардың барлығын ойыншылар тыныш ойын барысында емес, қиын спорттық күресте орындайды. Ойын барысында ойыншылар психикасына әр түрлі сыртқы және ішкі күштер түседі. Ол күштер техникалық әдістерді қолдауға, тактикалық жоспарды шешуде зор әсер береді. Ондай күштерге ойынның басқаша өтуі, төрешілердің ір әрекеті, жанкүйертер,  қолайсыз ауа райы жатады. Осылар ойыншының ойын кезіндегі көңілдің қобалжуын туғызады, ол біртіндеп басқа ойыншыларға қарап бүкіл командаға кері әсерін тигізеді.

Сондықтан жаттықтырушы әр футболшыны осындай ауыртпашылықтарға төзімді, шыдамды болуға үйрету керек. Ойыншылар жаттығу жарысында өзінің шамасына қарай жасау емес, оған да жоғары жасауға тырысуға үйренген болуы керек.

Әр ойыншы доп алғанда тез ғана ойланып ол допты ары қарай беруді және келесе допты қабылдауға дайын болуы керек. Бұндай жаттығулар жылдам ойын жасау үшін қажет.

Ойын барысында творчестволық, жылдам және тез кездескен қиындықты шешу керек. Футболшылар әр түрлі тактикалық қимылдар жасағанда, өзінің көз қарсыластары күтпеген және осы уақытта ойын жағдайын өзгертетін болуы қажет.

Тактикалық дамыған ойыншы өзін алаңда, қарсыластарға қарсы жақсы көрсетеді. Оны ойын жылдамдығы, ауыртпашылығы өзгерте алмайды. Ондай ойыншының творчествосында ұжымдасып ойнау және жеке комбинация жасау жоғары дамыған.

Футболдағы комбинациялар өте әр түрлі. Олардың көбісі тәжірибеде дайындалып жалпы тактикалық жаттығуға кірген. Алайда ойындағы қайталанбас жағдайлар ойыншылардың жеке творчествалық инициативасы жаңа-жаңа тактикалық әдістер тудыруда.

# Футбол ойынының жүйесі

Аулада футбол ойнап жүрген балалардың ойнына жанкүйерлер болып жүргенде, балалар қорғанысты ұмытып, қақпашыны жалғыз қалдырып шабуылда жүргенін талай көресін. Ал допты жоғалтып алғанда бәрі жапа-тармағай, ағысып,  бір-біріне соқтығысып кейін қайтады. Әрине, доппен бұлай ойнау қате және де ойыншылар бұдан қанағат алады деп айту қателік. Жарыстарда және басқа да футболдық шараларда жақсы ойнау команда ішіндегі міндеттерді бөлу керек: біреулерді шабуылда болып анықталған жүйеде ойнау керек.

«Жүйе» ұғымы әр футболшының индивидуалдық қабілетіне байланысты алаңда орналасуы. Бұл командаға қорғаныста және шабуылда нәтижелі ойлауға болысады.

Ойын жүйесі бұл ойыншының тактикалық өнерінің айқын көріну түрі, ол анықталған тәсілде құралады. Яғни басқа да және қайталанып тұратын әдістің қолданысы.

Ойын жүйесі – ойыншы мен жаттықтырушының коллективті творчествасының қорытындысы. Әдетте бұл үрдісті ойыншылар бастап, жаттықтырушылар аяқтайды.

Жүйе жаңа болған сайын, оның қолданысы нәтижелі болады. Жаңа мазмұнды ойын жүйесін ойлап тапқан команда онымен қарсыласы түсінгенше ойнап, қолданады. Бәрі түсінгенсін, бұл жүйе бәріне де қолданылады.

Бірақ футболда тұрақты қолданылатын бір момент бар. Ол бірін-бірі жоятын тактикасы бар командалардың ойынын шеше алады, әлсіз команданың күштісін ұтуына да әкеледі.

Бұл момент сансыз ойыншылар теке-тіресі, ойын осыдан құралады, ойын негізінен 2-ші, 3-ші паста бұзылады.

Бұл қарсыластар формасы бойынша әр түрлі, мысалы бір ойыншының қорғаушыдан ұзап кетуде, нейтралды допқа таласуында.

Бұл қарсыластың бір ойыншының пайдасына шешіліп, оның командасына белсенді ойнауына жол ашады.

Негіщінен қарсыластың әр ойыншының индивидуалды сапасы және дарынын анықтайды.

Ойыншылардың қабілеті әр түрлі және бір-біріне қарсы қолданылғандықтан болжамаға және өзгеретін нәтиже береді. Анықталған «график» бойынша ойын тек жалпы түрде ғана болады.

Ойыншының индивидуалдық қабілеттері ойынды болжата алмайды, математикалық санауға жатқызбайды, ойын осымен қызықты. Ол адамныңтворчествалық әрекетіне байланысты.

**Ойын жүйесі** – ойын барысының жалпы түрі, ойыншыға әр моменттен және көп қарсыластан творчестволық шешім табу кеңістігі.

Бірақта бұл анықталмаған, жақсы ойластырылған жүйемен ойнауды жоққа шығармайды, өйткені мұндай жүйелер қарсыластың әрекетіне байланысты сәл өзгеріп, іске асады.

Сонымен өте жақсы жүйе деп әр ойында жаңа және күтпеген тактикалық анықталған ойын жүйесінде болатын тактиканы айтады.

Мысалы, қарсыласқа өз ойын жүйесімен ойнату, яғни ол команданы өз ыңғайына келтіру, бұл ол команданың тактикасымен силаспай емес, керісінше санаса өз ойыныңды ұсыну.

Санаспай ойнауға тек командалар күші өте әр түрлі болғанда ғана болады. Қарсыласты жаман ойлауға итеру, яғни оның әлсіз жерлерін және қателерін пайдалану. Бұл өз ойыныңды қарсыластың ерекшеліктерін есептей отырып әр ойында жаңаша ойнау.

