

FUTBOL ÜZRƏ İBTİDAİ HAZIRLIQ QRUPLARINDA (7-8-9 YAŞ) TƏLİM METODLARININ TƏDQIQI

dos. G.Q. Qarayev^{1a}, H.N. Soltanov^{1b}, A.Ə. Şükürov^{1c}

¹ Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi və İdman Akademiyası

^ageray.qarayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^bheydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

^cazad.shukurov2019@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-1574-0127

Nəşr tarixi

Qəbul edilib: 09 yanvar 2023

Dərc olunub: 29 mart 2023

© 2022 ADBTİA Bütün hüquqlar qorunur

Annotasiya. Uşaqlarla, xüsusilə də ilkin hazırlıq qruplarında (5-6 yaş), ibtidai hazırlıq qruplarında (7-8-9 yaş) futbolun təlim edilməsi, onun elmi – metodiki əsaslarla planlaşdırılması düzgün seçimdən başlayır. Seçimin metodlarının düzgün seçilməsi, istedadlı, qabiliyyətli uşaqların bu qruplara cəlb olunması vacib bir mərhələ hesab olunmaqla, bu sahənin tədqiq olunması çox aktualdır.

Açar sözlər: *İlkin hazırlıq (5-6) ibtidai hazırlıq (7-8-9) qrupları, təlim, normativ, seçim, morfo-funksional xarakteristika.*

İlkin hazırlıq qruplarına həvəsli olan uşaqların ilk marağı topdur. Çünki bu qruplara gələn uşaqlar (5-6 yaş) elə zənn edirlər ki, bu qrupların təlimində olan toplar onlara məxsusdur. Ona görə ki, onlar toplarla oynamağı çox sevirilər. Odur ki, bu yaşlı uşaqları dünyanın bir çox ölkələrində topla həvəsləndirib bu qruplara cəlb edirlər. Əlbəttə 5 yaşlı uşaqları futbolun gələcəyi adlandırırırlar [1.s, 420]. Pəşakar karyerini belə başlayan uşaqlar 16 yaşında hansı komandaya gedəcəyini indidən müəyyən edirlər. İlkin hazırlıq qruplarına (5-6 yaş) seçim belə başlayır. Futbola həvəs, maraq, gələcəyə ümid onları bura gətirir. Əlbəttə dünya təcrübəsi göstərir ki, valideynlər uşaqlarını yaxşı təlim almağı üçün onları ÜGİM-nin qruplarına, bəziləri isə onları klubların uşaq qruplarına yazdırırlar. Daha həvəsli atalar uşaqlarını hər iki qrupa göndərir. Amma bu yaş qruplarında hər şey uşaqdan asılı olsada, onlarda bu sevimli oyuna marağı oyadan, onları öyrədən

məşqçidir [2. s,75-85]. Təlimin təşkili, məzmunu və idarə olunması o, maraqlı olmalıdır ki, uşaqlarda olan həvəs, öyrənmə marağı itməsin. Onların həvəslə bu məşğuliyyətə davam etsinlər [3. s.99]. Ölkəmizdə futbolla olan maraq hər gün artmaqdadır. Aparılmış müşahidələr göstərir ki, uşaqların əksər hissəsi (xüsusilə də oğlanlar) futbol oyununa çox maraqlıdırlar. Əlbəttə çox istedadlı, bacarıqlı və ağıllı uşaqları tapmaq çox asan deyil, amma ən çətinini isə onların düzgün öyrətmək, istiqamətləndirmək, ardıcıl olaraq qrupdan-qrupa, komandanadan-komandaya ötürməkdir. Çünki hazırda ÜGİM-də, OEİGİM-də, eləcə də klublarda təlim keçən uşaqların (5-6 yaş) ilkin hazırlıq qrupları, (7-8 yaş) ibtidai hazırlıq qrupları, (9-10 yaş) təlim-məşq qrupları ilə işləyən məşqçilər keçirdikləri təlim-məşqlərdə bu uşaqların yaş xüsusiyyətlərini, onların həvəs və maraqlarını nəzərə almadan təlimlər keçir. Dünyanın bir çox futbol təşkilatları FİFA, UEFA, BOK və eləcə də ölkə (AFFA) miqyaslı təşkilatlar bu istedadlı uşaqların ardıcıl olaraq hazırlanmasına qarşı çox diqqətlidirlər. Amma uşaqların futbola bəsləmə yaşı diqqətə alınmadan bir çox fərqli səbəblərlə proses idarə olunur. Odur ki, uşaqların bu yaşdan (5-6 yaş) futbola cəlb olunmasına baxmayaraq uşaq məşqçisinin çatışmamazlığı, təcrübəsizliyi və təlimlərin düzgün aparılmamasından bəzi istedadlı uşaqlar yoxa çıxır. Bunun səbəbləri isə aşağıdakılardır:

- 1) məktəb və təlimlərin paralel aparılması ilə bəzi çətinliklər yaranır;
- 2) ailə və məktəb ətrafında futbol oynamaq imkanlarının azalması (kompyuter oyunları, telefonlar və s.)

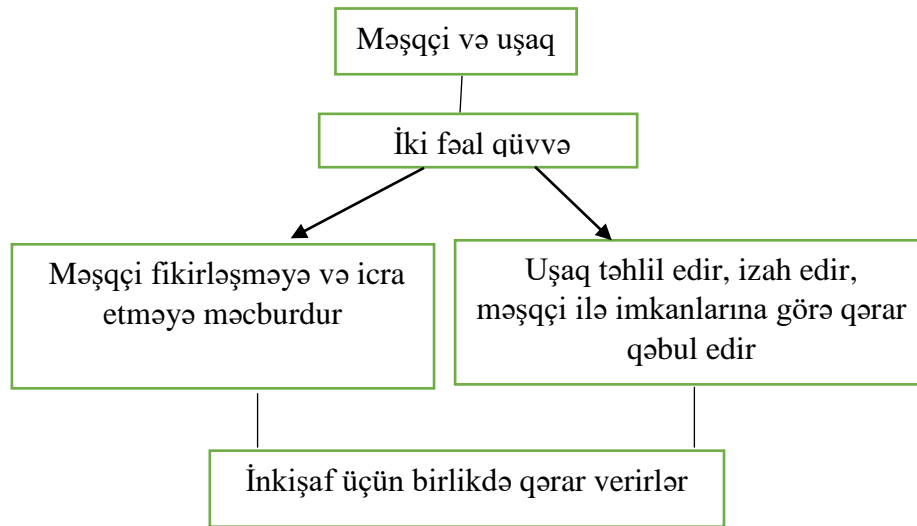
3) klublarda seçim zamanı bəzi istedadlı uşaqların cəlb olunmamasının məhdudiyəti (say limitinin olması) və s.

Bu səbəblərə görə tam seçim aparmaq bəzən çox çətin olur. Üstəlik cəlb olunan uşaqların təlimində nəzərə alınacaq bəzi prinsip və metodlar düzdün seçilmir. Nəticədə uşaqlar üçün maraqsız olan bu təlimlər yorucu olur. Bunun üçün məşqilər aşağıdakı epizodlara fikir verməli və uşaqların təlimində lazımi düzəlişlər etməlidir: - Ancaq oynamaq haqqında düşünən uşaqların fikir və hərəkətlərini istiqamətləndirməli onlarda hərəkətlilik, koordinasiya və bəzi ağıllı hərəkətləri ilə seçilməyə həvəsləndirməlidir;

- oyunun içində olan uşaqların maraq və həvəsini təlim edəcəyi hərəkətə yönəltməyi bacarmalıdır;

- oyunda topu çox sevən onunla daha çox olmaq istəyən uşaqların ünsiyyətini topa yönəltməli və onların imkanlarına görə (fərdi texnikasına uyğun olaraq) topla hərəkətlərin (xüsusilə də oyunları 1x1, 2x2, 3x3 və s.) sayını çoxaltmalıdır.

Əlbəttə təlimin məzmunu və quruluşuna uyğun bu kimi tövsiyələr ən çox aşağı yaş qruplarında (5 - 6, 7 - 8, 9 - 10) tətbiq olunur. Məşqçilərin müşahidəsi və nəzarəti ilə aparılan bu təlimlər uşaqların təbii seçim prosesi həyata keçirmiş olur və nəticədə kimlərin başqa qruplara keçməsinə (5-6 yaşdan 7-8 yaş qrupuna) tövsiyyə edir. Məşqçinin bu qruplarda apardığı təlim aşağıdakı prinsip və ardıcılıqla olmalıdır [4] (Şəkil 1).



Şəkil 1. Məşqin və uşaq futbolçuların təlim prinsipləri

Təşkil etmək	Öz qrupunu və fəaliyyətini
Təlim etmək	Hər bir məşq üçün plan və proqramı olmalıdır
İstiqamətləndirmək	Öz fəaliyyətinin və təlimin təhlilini aparmaq
İzləmək	Öz planına uyğun uşaqların fəaliyyətini qiymətləndirmək
Modelləşdirmək	Öz müşahidələrindən nəticə və imkanları təhlil etmək
Uyğunlaşdırmaq	Uğura, uğursuzluğa və gözlənilməzliyə qarşı
Fəaliyyət göstərmək	Dəfələrlə bunları təkrar etmək

Beləliklə, yuxarıda qeyd olunanları təhlil etməklə məşqçi öz məqsəd və vəzifələrinə nail ola bilər.

Hazırda ölkəmizdə fəaliyyət göstərən ilkin hazırlıq (5-6 yaş) qrupları sağlamlıq qrupları adlanır. Çünki uşaqların futbol oyununa cəlb olunması digər ölkələrdə olduğu kimi bizdə də 7-8 yaşdan başlayır. Ancaq bu yaşların özünə məxsus xüsusiyyətləri vardır. Onlardan ən başlıcası uşaqların bioloji inkişaf mərhələsidir. Tam formalaşmamış uşaq bədəni çox həssas və elastikdir. Onlar hər zaman zədə və yaxud bəzi ciddi xəstəlik keçirə bilərlər. Fiziki yüklənmələr isə heç olmamalıdır. Hər bir təlim onların həvəs və maraqlarına uyğun, təbii bir formada həyata keçirilməlidir. Məşqçi uşaqların əhval-ruhiyyəsinə, həvəslərinə, maraqlarına, istəklərinə uyğun olaraq hərəkətlər seçməli və təlimin maraqlı olmasını təmin etməlidir.

Uşaq futbolunda baş verən yeniliklər, onlara qarşı olan tələblər ilk növbədə daha bacarıqlı, qabiliyyətli, gələcəyə ümid verən uşaqların tapılıb üzə çıxarılmasıdır [4. s.240]. Odur

ki, bu istiqamətdə aparılan elmi-tədqiqat işləri, axtarış və tədqiqatlar seçmənin təbii, məhsuldar və uğurlu olmasını təmin edən tədqiqat metodların daha müvafiq olmasını, onların sadə, praktiki və icrası mümkün olan normativlərlə həyata keçirilməlidir. Bu tədqiqat “Vətən” futbol məktəbində ilkin hazırlıq (5-6 yaş) və ibtidai hazırlıq (7-8-9 yaş) qruplarında aparılmışdır. Bu qruplara ayrılmış saatlar və iştirakçıların sayı göstərilməklə, onların qrupdan-qrupa keçidinin hansı formada həyata keçirildiyini göstərmişdir (cədvəl 1).

Aşağı yaş qrupları ilə, xüsusilə yeni seçilmiş qruplarda aparılan təlim-məşq prosesi uğurlu olur ki, təlim prosesi məşğul olanların inkişafının düzgün artımının səviyyəsini nəzərə alıb, təlim prosesini qursun çünki uşaqlarda hərəkət bacarıqlarının inkişafının üçün onların orqanizmasının yetişməsi və xüsusi funksional bünövrəsi olmalıdır [5. s.150-153].

Tədris işinin təşkili, qrupların sayı və tərkibi. Tədris-məşq işinin və rejimin planlaşdırılması

Cədvəl 1.

Qrupların sırası	Yaş qrupları	Qruplarda minimum tədris yükünün miqdarı	Qruplarda maksimal tədris yükünün miqdarı	Qruplara keçid ölçüləri
1. İlkin hazırlıq qrupları (3 yaş = 5-6-7 yaş)				
1	5	4(15)	6	Məşqçilər şurası
2	6	4(15)	6	Məşqçilər şurası
3	7	6(15)	8	Normativlər
2. İbtidai hazırlıq qrupları (3 yaş = 7-8-9)				
1	7	6(15)	8	Normativlər
2	8	6(15)	8	Normativlər
3	9	8(15)	10	Normativlər

Əlbəttə, uşaqların malik olduqları hazırlıq səviyyəsinə uyğun olan fiziki hazırlıq vasitə və metodları fənləri üçün isə çox çətin ola bilər, nəticədə belə bir məşq prosesi heç bir səmərə vermir. Odur ki, məşqçi orqanizmin inkişaf qanunauyğunluqlarını bilməli və onlara əməl etməlidir. Birdə məşqçi orqanizmin qey-

ri-balanslı inkişafını bilməlidir, çünki birinin silsiləvi inkişafı zamanı boy artımı güclü olduğu vaxt çox miqdarda enerji itkisi baş verir, maddələr mübadiləsi, inkişafı bir bir qədər azalmış olur. Bu mərhələdə çəki bir qədər artmış olur, bunun səbəbi hüceyrənin differensiallaşma prosesidir. Uşaqların orqanizmasının

inkışafı yerinə yetirilən hərəkətlərin icrası ilə uyğunluq təşkil etməlidir. Uşaqlarda müxtəlif forma, sistem və qaydalar çərçivəsində inkışaf olur.

Beləliklə, kiçik yaşlı qruplarda aparılan tədris-məşq prosesinin təşkili keçirilməsinin seçmə ilə əlaqədar olaraq planlaşdırılması və ilk növbədə ilkin hazırlıq qruplarından ibtidai hazırlıq qruplarına keçidin təşkili məşqçilər şurası tərəfindən həyata keçirilir. Uzun müddətli pedaqoji müşahidə aparılan təcrübəli məşqçilərdən ibarət məşqçilər şurası onları növbəti qruplara keçidinə (5-6 yaş) qərar verirlər. 7 yaşlılar isə program normativlərini verməklə hazırlıq qrupuna keçirlər. İlkin hazırlıq qrupları (5-6-7 yaş) verilmiş təlim qrafiki ilə hazırlaşır. İbtidai hazırlıq qrupuna keçə bilirlər (7-8-9 yaş) (Cədvəl 1.).

ƏDƏBİYYAT

1. **Вағиров Р.К., Әлиев İ.S.** *Futbol*. Dərslik. Bakı, 2012, 420 səh.

2. **Шаргаве А.Ш., Петров П.К.** *Физическая подготовка юных футболистов 11–13 лет средствами основной гимнастики*. Современные проблемы науки и образования. 2020, № 2, с. 75-85

URL:<https://science-education.ru/ru/article/view?id=29756> (дата обращения: 31.10.2022).

3. **Дубов Р.В.** *Программа подготовки юных футболистов*. ГНП1-4 год обучения. Возраст обучающихся: 7-12 лет. Москва 2020, 99 с.

4. *Подготовка футболистов в ведущих клубах*. Европы Кристоф Кромке, Александр Стула, В. П. Губа Москва 2017, 240с.

5. **Мавлиев Ф.А.** *Показатели аэробной работоспособности у спортсменов игровых видов спорта*. Ф.А.Мавлиев, А.Х. Валиахлитов, Ш.Р.Еникеев, А.С.Назаренко, И.Е.Коновалов. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта, 2018 1 (155), с.150-153.

ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТОДИКИ ТРЕНИРОВОК В НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ ПО ФУТБОЛУ (7-8-9 ЛЕТ)

доц. Г.К. Гараев^{1а}, Г.Н. Солтанов^{1б}, А.А. Шукуров^{1с}

¹ *Азербайджанская Государственная Академия Физической Культуры и Спорта*

^аgeray.qarayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^бheydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

^сazad.shukurov2019@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-1574-0127

Аннотация. Занятия футболом с детьми, особенно в начальных тренировочных группах (5-6 лет) и начальных подготовительных группах (7-8-9 лет), и их планирование на научно-методической основе начинаются с правильного выбора. Изучение этого направления очень важно, считая важным этапом правильный выбор методов

отбора и вовлечение в эти группы талантливых и способных детей.

Ключевые слова: Первоначально-подготовительный (5-6), начально-подготовительные (7-8-9) группы, обучение, нормативы, морфофункциональная характеристика.

STUDY OF TRAINING METHODS IN THE INITIAL FOOTBALL PREPARATORY GROUP (7-8-9 YEARS OLD)

ass. prof. G.K. Garayev^{1a}, H.N. Soltanov^{1b}, A.A. Shukurov^{1c}

¹ *Azerbaijan State Academy of Physical Education and Sport*

^a geray.qarayev@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-4385-3065

^b heydar.soltanov2021@sport.edu.az, orcid.org/0000-0002-3699-5498

^c azad.shukurov2019@sport.edu.az, orcid.org/0000-0003-1574-0127

Annotation. Football training with children, especially in primary training groups (ages 5-6) and primary training groups (ages 7-8-9), and its planning on a scientific-methodical basis, starts with the right choice. It is very important to study this field, considering the correct selection of selection methods and

the involvement of talented and capable children in these groups as an important stage.

Keywords: *primary training (5-6) primary training (7-8-9) groups, training, normative, selection, morpho-functional characteristics.*