

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ**

ҚУТЛИМУРАТОВ ИЗЗАТБЕК ХУШНУДОВИЧ

**ЧИДАМКОРЛИКНИ УСТУВОР РИВОЖЛАНТИРИШ АСОСИДА
ФУТБОЛ ҲАҚАМЛАРИНИНГ МАХСУС ЖИСМОНИЙ
ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ**

**13.00.04- Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти
назарияси ва методикаси**

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

Чирчиқ - 2022

**Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD) диссертацияси
автореферати мундарижаси**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)
по педагогическим наукам**

**Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD)
on pedagogical sciences**

Қутлимуратов Иззатбек Хушнудович

Чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида футбол ҳакамларининг
маҳсус жисмоний тайёргарлигини такомиллаштириш.....3

Қутлимуратов Иззатбек Хушнудович

Совершенствование специальной физической подготовки судей по футболу
на основе преимущественного развития выносливости.....29

Khutlimuratov Izzatbek Xushnudovich

The Improving the special physical training of football referees based on the
priority development of endurance.....55

Эълон қилинган ишлар рўйхати

Список опубликованных работ

List of published works.....59

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ ҲУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

**ЎЗБЕКИСТОН ДАВЛАТ ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ
УНИВЕРСИТЕТИ**

ҚУТЛИМУРАТОВ ИЗЗАТБЕК ХУШНУДОВИЧ

**ЧИДАМКОРЛИКНИ УСТУВОР РИВОЖЛАНТИРИШ АСОСИДА
ФУТБОЛ ҲАҚАМЛАРИНИНГ МАҲСУС ЖИСМОНИЙ
ТАЙЁРГАРЛИГИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ**

**13.00.04- Жисмоний тарбия ва спорт машғулоти
назарияси ва методикаси**

**ПЕДАГОГИКА ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

Чирчиқ - 2022

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси
Вазирлар Маҳкамаси хузуридаги Олий аттестация комиссиясида
B2021.1.PhD/Ped.1848 рақам билан рўйхатга олинган.

Докторлик диссертацияси Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт
университетида бажарилган.

Диссертация автореферати уч тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме) Илмий кенгашнинг
веб-саҳифасида www.uzdjtsu.uz ҳамда "ZiyoNET" ахборот-таълим порталида
(www.ziyo.net.uz) манзилларига жойлаштирилган.

Илмий раҳбар:

Абидов Шавкат Усмонович
педагогика фанлари номзоди, доцент

Расмий оппонентлар:

Кошбахтиев Ильдар Ахмедович
педагогика фанлари доктори, профессор
Акрамов Жасур Анварович
педагогика фанлари номзоди, профессор

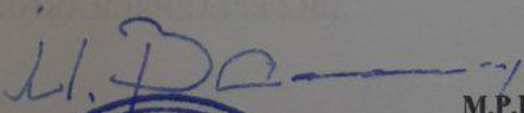
Етакчи ташкилот:


Урганч давлат университети

Диссертация ҳимояси Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети хузуридаги
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01. рақамли Илмий кенгашнинг 2022 йил "23" "феврал" соат
12⁰⁰ даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри,
Спортчилар кўчаси, 19-уй. Тел.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, факс:(0-370) 717-17-76, Веб-сайт:
www.uzdjtsu.uz, e-mail: uzdjtsu@uzdjtsu.uz. Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт
университети "В" биноси, 2-қават, кичик мажлислар зали).

Диссертация билан Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети Ахборот-
ресурс марказида танишиш мумкин (211868 рақам билан рўйхатга олинган). Манзил: 111709,
Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси, 19-уй. Тел.: (0-370)-717-17-79, 717-27-27,
факс: (0-370) 717-17-76

Диссертация автореферати 2022 йил "9" "феврал" куни тарқатилган.
(2022 йил "9" "феврал" да 7 рақамли реестр баённомаси)


М.Р.Болтабаев
Илмий даражалар берувчи илмий
кенгаш раиси, и.ф.д., профессор


М.Х.Миржамолов
Илмий даражалар берувчи илмий
кенгаш илмий котиби,
п.ф.б.ф.д.(PhD), доцент

Ф.А.Керимов
Илмий даражалар берувчи илмий
кенгаш қошидаги илмий семинар
раиси, п.ф.д., профессор

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурияти. Дунёда футбол ўйинининг суръати футболчиларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини доимий ўсиб бориши билан боғлиқ бўлиб шу орқали майдондаги ҳаракатлар кўлами жадал ўсиб бормоқда. Ушбу омил футбол ҳакамларининг жисмоний тайёргарлигига ҳам юқори талабларни қўймоқда. “Ўйин шиддатининг ошириб бориши ҳакамларнинг ҳам жисмоний тайёргарлик даражасини ошириш ва уларнинг ўқув машғулотлари сифатини яхшилаш талабини келтириб чиқармоқда”. Футбол ҳаками ўйин эпизодларида тўғри жой танлаши ва вазиятларни кетма-кетлигида юзага келтирадиган жараёнларни одилona баҳолай олиши муҳим аҳамият касб этади. Дунёда футбол ҳакамларининг ўйин фаолиятида ҳаракат самарадорлигини ўрганиш ва таҳлил қилиш бўйича кўплаб тажрибалар тўпланган бўлиб уларнинг машғулот юкломаларини меъёрлаш ва тезкор футбол учрашувларига мувофиқ тарзда воситаларни оптималлаштириш долзарб муаммо саналмоқда.

Жаҳонда тадқиқотчи олимлар томонидан футбол ҳакамларини тайёрлашда жисмоний тайёргарлигига қўйиладиган талаблар, уларнинг психофизик тайёрлаш, тактик тафаккурини ривожлантириш, функционал кўрсаткичларини ошириш бўйича кўплаб илмий ишлар амалга оширилмоқда. Футбол ривожланган мамлакатларда шиддатли ўйинларга мослашиш учун ҳакамларнинг замонавий футболни бошқариш имкониятлари илм фан ютуқлари билан чамбарчас боғлиқ. Тайёргарлик даври босқичларида чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлигини ошириш, машғулот воситалари ва усулларини доимий такомиллаштириш зарур бўлиб, мазкур муаммо бўйича дунёда турли тажрибалар олиб боришга бўлган эҳтиёж тобора ортиб бормоқда.

Республикамизда йиллик тайёргарлик циклининг турли босқичларида ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлигини доимий назорат қилиш ва муаммоли жиҳатларни тезкор бартараф этишга қаратилган таклиф ва тавсиялар етарлича ишлаб чиқилмаган. Мамлакатимизда футбол ҳакамларини тайёрлаш, ҳакамлик сифатини яхшилашга оид қатор ишлар амалга оширилмоқда. Мазкур соҳани янада такомиллаштириш бўйича, жумладан ҳакамларнинг майдондаги ҳаракат самарадорлигини таъминлаш мақсадида ички биринчилик учрашувларида замонавий воситалар, яъни «“VAR” (видео ёрдамчи ҳакам) тизимини жорий этиш каби инновацион технологияларни қўллаш амалга оширилди».¹ Ушбу зарурият асосида ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлик даражасини юқори савияда бўлиши муҳим омил саналади. Юртимизда футбол ҳакамларини тайёрлаш ва машқ қилдиришнинг замонавий усулларини татбиқ қилиш жараёни ташкил этилган. Бироқ, ҳакамларнинг тайёргарлик томонларини назорат қилиш ва ривожлантиришга йўналтирилган илмий тадқиқот ишлари деярли амалга оширилмаган. Бу ҳолат шундан

¹Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2019 йил 4 декабрдаги Ўзбекистонда футболни ривожлантиришни мутлақо янги босқичга олиб чиқиш чора-тадбирлари тўғрисида”ги ПФ-5887-сонли Фармони. “Халқ сўзи” газетаси, 6 декабрь, 252-сон

далолат берадики, мазкур соҳа бўйича амалга оширилиши лозим бўлган барча илмий диссертация ишлар соҳани янада ривожлантириш ва унинг илмий негизларини шакллантиришга асос бўлади.

Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2018 йил 5 мартдаги ПФ-5368-сон «Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида», 2019 йил 4 декабрдаги ПФ-5887-сон «Ўзбекистонда футболни ривожлантиришни мутлақо янги босқичга олиб чиқиш чора-тадбирлари тўғрисида», 2020 йил 24 январдаги ПФ-5924-сон «Ўзбекистонда жисмоний тарбия ва спортни янада такомиллаштириш ва оммалаштириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги фармонлари, 2018-йил 16-мартдаги ПҚ-3610-сон «Футболни ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги Қарори ҳамда мазкур соҳага тегишли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишга ушбу диссертация тадқиқоти муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологияларини ривожлантиришнинг устувор йўналишларига мослиги. Тадқиқот республика фан ва технологияларини ривожлантиришнинг I.«Ахборотлашган жамият ва демократик давлатни ижтимоий, ҳуқуқий, иқтисодий, маданий, маънавий-маърифий ривожлантиришда инновацион ғоялар тизимини шакллантириш ва уларни амалга ошириш йўллари» устувор йўналишлари доирасида амалга оширилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Биз томонимиздан мавзуга оид илмий-услубий адабиётлар таҳлили шуни кўрсатадики, спорт соҳасида ҳакамларнинг тайёргарлигини ривожлантириш ва такомиллаштиришга оид қатор илмий тадқиқотлар олиб борилган. Ватанимиз олимларидан Ш.Х.Исроилов волейбол спорти ҳакамларининг ҳаракат фаолиятини ўрганган бўлиб мазкур иш мамлакатимизда ягона диссертация иш ҳисобланади.² Футбол ҳакамларини тайёргарлиги ошириш ва назорат қилишга қаратилган тадқиқотлар жаҳон тажрибасида етарлича амалга оширилган бўлиб уларни таҳлил қилиш муаммони ҳал этишга қаратилган фикрларни умумлаштиришга хизмат қилади.

Чет эл олимлари томонидан учрашувларни бошқариш пайтида ҳакамлар томонидан йўл қўйилган хатолар кўпинча жисмоний тайёргарликнинг етарли эмаслиги билан боғлиқлиги бўйича С.Г.Хусаинов, футболда профессионал ҳакамларни тайёрлашнинг долзарб масалалари бўйича А.Н.Спирин, футбол мусобақаларида ҳакамлик қилишда ҳаракат ва позицияни танлаш бўйича ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлиги ва профессионал интеллектини диагональ ҳакамлик тизимининг имкониятларини амалга ошириш шартлари бўйича А.Д.Будогосскийлар тадқиқот олиб борганлар³.

²Исроилов Ш.Х. Волейбол спорти ҳакамларининг ҳаракат фаолиятини ўрганиш «Ita-Press» 2014. Б. 238-249

³Хусаинов С.Г. Актуальные вопросы подготовки профессиональных арбитров в футболе // Теория и практика футбола. 2001. № 1. С. 21-23., Спирин А.Н. Движение и выбор позиции в судействе соревнований по футболу. М., 2003. 37 с. Будогосский А.Д. Физическая подготовленность и профессиональный интеллект арбитров как условия реализации возможностей диагональной системы судейства // Теория и практика футбола. М., 2004. №3. С. 20-24

Бундан ташқари футбол ҳакамларининг профессионал тайёргарлиги жараёнини ташкил этишнинг ташкилий-педагогик жиҳатлари бўйича, дастлабки машғулотлардаги футбол ҳакамларининг кўникмаларини шакллантириш бўйича Е.А.Турбин, футбол ҳакамларининг касбий аҳамиятга эга психофизиологик фазилатларини ривожлантириш бўйича А.В.Шибоевлар ҳам тадқиқотларни амалга ошириб ушбу соҳанинг илмий негизини шакллантиришга улкан ҳисса қўшганлар⁴.

Дунёнинг футболни тараққий этган давлатларида ҳам футбол ҳакамларининг ҳаракат фаолиятини назорат қилиш бўйича қатор тажрибалар ўтказилган. Айниқса, футбол ҳакамларининг физиологик ва психологик тайёргарлиги бўйича бой тажриба тўпланган. Жумладан Folkesson, P., Nyberg, Ahmed H., Davison G, Castagna C., Abt G., D'Ottavio S каби олимлар айнан шу йўналишга оид тажрибаларни амалга оширганлар.⁵

Айни пайтда адабиётларда футбол ҳакамларининг йиллик циклдаги жисмоний тайёргарлигининг илмий асосланган методикаси мавжуд эмас. Уларни қўллаш учун етарли илмий асосга эга бўлмаган машғулот режалари ва услубий йўриқномаларнинг фақат кичик қисмлари мавжуд холос. Шу билан бир вақтда футбол ҳакамларининг профессионал ҳаракат фаолиятини тавсифловчи кўплаб масалалар етарлича ўрганилмай қолмоқда.

Илмий адабиётларда футбол ҳакамларининг жисмоний тайёргарлик методикасини ишлаб чиқиш учун асос бўлиши лозим бўлган ҳакамларнинг ҳаракат фаолиятини тавсифловчи маълумотлар тўлиқ келтирилмаган. Футбол ҳакамларининг жисмоний тайёргарлик даражасини синовдан ўтказиш учун тавсия этилган назорат меъёрлари профессионал фаолиятнинг ўзига хос хусусиятларини тўлиқ акс эттирмайди. Ўйин вақтида ҳакамнинг фаолияти майдонда доимо ўзгариб турадиган вазиятлар билан боғлиқ бўлиб, психофизиологик сифатларни намоён этишни талаб қилади. Мазкур меъёрлар эса, асосан махсус чидамликни намоён қилиш билан боғлиқ жисмоний тайёргарликни акс эттиради. Бундан келиб чиқадики, футбол ҳакамлари учун уларнинг ҳаракат фаолияти хусусиятларини акс эттирувчи янги назорат меъёрларини ишлаб чиқиш зарур.

Бу меъёрларнинг аксарияти ҳакамларнинг махсус чидамкорлиги асосида бошқа тайёргарлик турлари билан мутаносиб кўринишда бўлмоғи зарур. Зеро чидамкорликни устувор ривожлантириш ўйин вазиятларининг турли қисмларидаги ҳар хил шиддатда намоён бўладиган эпизодларни доимий назорат қилиш мумкиндир.

⁴Турбин Е.А. Формирование специальных навыков футбольных арбитров начальной подготовки: автореф. дис. канд. пед. наук. Малаховка, 2009. 30 с. Шибоев А.В. Развитие профессионально значимых психофизиологических качеств футбольных арбитров: автореф. дис. канд. пед. наук. Малаховка, 2009. 23 с.

⁵ Folkesson, P., Nyberg, C., (2002). Soccer referees' experience of threat and aggression: Effects of age, experience, and life orientation on outcome of coping strategy. *Aggressive Behavior*, 28, 317–327, Ahmed H., Davison G., Dixon D. (2017) Analysis of activity patterns, physiological demands and decision-making performance of elite Futsal referees during matches. Castagna C., Abt G., D'Ottavio S. (2007) Physiological aspects of soccer refereeing performance and training. 2007. С. 625-646.

Тадқиқотнинг диссертация бажарилган олий таълим муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Диссертация иши Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети илмий-тадқиқот истиқболли ишлари режасининг № V-1-17 «Малакали футболчиларни тайёрлаш ва уларнинг профессионал маҳоратини оширишда янги самарали услубларни ишлаб чиқиш ва такомиллаштириш» мавзусидаги лойиҳа доирасида бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади футбол ҳакамларининг чидамкорлик сифатини ривожлантиришга қаратилган йиллик машғулот режаси ва машқлар мажмуасини ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

футбол ҳакамларининг йиллик ўқув машғулотлар режасини ишлаб чиқиш орқали тезкор-чидамкорлигини такомиллаштириш;

футбол бўйича бош ҳакамларни йиллик тайёргарлик циклида мусобақа даврининг тузилиши, ўйинларнинг узоқ давом этишидан келиб чиқиб самарадорликни сақлаб қолишга қаратилган машғулотларини такомиллаштириш;

ёрдамчи футбол ҳакамларини майдон бўйлаб ўйин давомидаги вазиятларни аниқлаш учун умумий ва махсус чидамкорликни ривожлантиришга қаратилган индивидуал ва гуруҳли машғулотларни такомиллаштириш;

1-2 тоифали футбол ҳакамларнинг тайёргарлик даврида функционал имкониятларини инобатга олган ҳолда ҳафталик ва ойлик микроциклларни ишлаб чиқиш.

Тадқиқотнинг объекти сифатида футбол бўйича бош ва ёрдамчи ҳакамлар билан олиб бориладиган ўқув-машғулотлар жараёни ҳисобланади.

Тадқиқотнинг предметини футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш воситалари ва услубларидан фойдаланиш жараёни ташкил қилади.

Тадқиқотнинг усуллари. Тадқиқотда илмий-услубий адабиётларни таҳлил қилиш ва умумлаштириш, педагогик кузатув, анкета сўрови, педагогик назорат, педагогик тестлаш, эксперт баҳолаш услуби, инструментал услуб, педагогик тажриба, математик статистика усулларидан фойдаланилган.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш учун йиллик машғулот циклининг умумий машқлар ҳажмидан келиб чиқиб ўйин юкласидаги интенсив югуриш машғулотларини ўзгарувчан машқ методида стандарт (аниқ белгиланган масофа ва вақтни белгилаш) интерваллар орқали махсус тайёргарлик тизимига киритиш ҳисобига тезкор-чидамкорлик сифатлари такомиллаштирилган;

футбол бўйича бош ҳакамларни йиллик тайёргарлик циклида мусобақа даврининг тузилиши ўйинлар оралиғидаги тигиз вақт ва айрим ўйинларнинг узоқ давом этишидан келиб чиқиб қўшимча дақиқаларда ўйин суръати бўйича самарадорликни сақлаб қолиш учун компенсацияланган чарчоқ босқичида

организмнинг энергетик ва функционал салоҳиятини тежаб ишлатишга қаратилган “Ҷо-Ҷо” машғулотларини киритиш ҳисобига ўйин тизгинини бошқариш имконияти такомиллаштирилган;

футбол ҳакамларини майдон бўйлаб ўйин давомидаги вазиятларни аниқлаш, жараёнларга яқинроқ бўлиши учун умумий ва махсус чидамкорликни ривожлантиришга қаратилган индивидуал ва гуруҳли машғулотларни таъсир этиш даражаларига кўра ёрдамчи ҳакамларга “ARIET”, “CODA” тезлик чидамлилиқ машғулотини қатъий регламентлаштирилган метод бўйича киритиш ҳисобига мушак фаолиятида жисмоний чарчашга қарши тура олиш қобилияти такомиллаштирилган;

1-2-тоифали футбол ҳакамларининг тайёргарлик даврида функционал имкониятларини инобатга олган ҳолда ҳафталик ва ойлик микроциклларда такрорий усулдан фарқли ўлароқ интервалли “спринт” машғулотларни ишлаб чиқиш (қисқа масофаларда ҳар бир машқ орасида дам олишни белгилаш) ҳисобига ўйин давомида темпни туширмасдан иш бажариш самарадорлиги оширилган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари қуйидагилардан иборат:

йиллик тайёргарлик цикларида футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини баҳолашга қаратилган самарали тестлар аниқланган;

футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини ривожлантиришга қаратилган машқлар комплекси ишлаб чиқилган;

йиллик тайёргарлик цикларида футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш услубияти ишлаб чиқилган ва самарадорлиги тажрибада исботланган.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги. Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги билиш назарияси методологияси (билишнинг диалектик методи) ҳамда жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари назарияси ва услубияти соҳасидаги республикамиз ҳамда чет эл олимлари, шунингдек, хизмат кўрсатган амалиётчи мураббийларнинг фикр-мулоҳазаларига асосланганлиги, тадқиқот вазифаларига мос келувчи ўзаро бир-бирини тўлдириб боровчи тадқиқот услубларининг қўлланилганлиги, таҳлил ва тадқиқот вазифасининг сон ва сифат жиҳатдан таъминланганлиги, тажриба-синов ишларининг репрезентативлиги ҳамда олинган натижаларнинг математик-статистик таҳлил усуллари ёрдамида қайта ишлаб чиқилганлиги билан асосланади.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти. Тадқиқот натижаларининг илмий аҳамияти шундан иборатки, ўтказилган педагогик тажрибаларда олинган натижалар асосида футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш учун танланган воситалар ва уларни қўллаш услубларининг илмий асосланганлиги ушбу соҳадаги маълумотларни, назарий билимларни бойитиш ва кенгайтириш имконини беради.

Тадқиқот натижаларининг амалий аҳамияти шундаки, тадқиқот натижалари асосида ишлаб чиқилган амалий тавсиялар футбол ҳакамларининг

машғулотларини ташкил этишда юкламаларни меъёрлаш, махсус жисмоний тайёргарлик даражасини назорат қилиш учун ишончли тестлардан фойдаланиш, тайёргарликнинг турли даврлари ва босқичларидаги микроциклларни тузишда машғулот вариантларини қўллаш, мусобақаларда ҳаракат фаолияти самарадорлигини оширишга имкон беради.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Футбол ҳакамларининг чидамкорлигини ривожлантириш орқали махсус жисмоний тайёргарлигини такомиллаштиришга қаратилган тажриба тадқиқотлари асосида:

футбол ҳакамларининг йиллик тайёргарлик босқичларида инновацион технологиялардан фойдаланган ҳолда махсус жисмоний тайёргарлик даражасини баҳолашнинг янги меъёрларини ишлаб чиқиш орқали махсус чидамкорлиги такомиллаштирилиб таклиф ва тавсиялар «Спорт педагогик маҳоратини ошириш» (футбол) футболнинг ривожланиш тарихи, мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш. Ҳакамлик қилиш услубияти номли ўқув қўлланма мазмунига сингдирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 23 ноябрдаги 500-рақамли буйруғи асосида 500-194 рақамли гувоҳнома). Натижада футбол ҳакамларининг махсус чидамкорлиги 13,5-14,7% га яхшиланган;

мусобақа фаолияти тузилиши асосида футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлигини оширишга қаратилган дастур бўйича воситаларнинг меъёрий кўрсаткичларини оптималлаштириш асосида «Спорт педагогик маҳоратини ошириш» (футбол) футболнинг ривожланиш тарихи, мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш. Ҳакамлик қилиш услубияти номли ўқув қўлланма нашр этирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 23 ноябрдаги 500-рақамли буйруғи асосида 500-194 рақамли гувоҳнома). Натижада футбол ҳакамларининг чидамкорликка йўналтирилган воситаларнинг тайёргарлик даврларидаги оптимал меъёрлари 15-20 % ҳажмда белгиланган;

умумий ва махсус чидамкорликни ривожлантиришга қаратилган воситаларни таъсир этиш даражаларига кўра тақсимлаш орқали гуруҳли ва индивидуал машғулотлар турли вариантларда футбол ҳакамларининг ўқув-машғулотлари жараёнига татбиқ этилган (Ўзбекистон Республикаси Туризм ва спорт вазирлигининг 2021 йил 26 октябрдаги 03-17-02/9576 рақамли маълумотномаси). Натижада футбол ҳакамларининг махсус жисмоний тайёргарлиги 16,5-17,35% га яхшиланган;

футбол ҳакамларининг махсус чидамкорлигини ўйин вазиятларини моделлаштириш асосида ривожлантириш усулларини такомиллаштиришга доир материаллар асосида «Спорт педагогик маҳоратини ошириш» (футбол) футболнинг ривожланиш тарихи, мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш ҳакамлик қилиш услубияти номли ўқув қўлланма нашр этирилган (Ўзбекистон Республикаси Олий ва ўрта таълим вазирлигининг 2021 йил 23 ноябрдаги 500-рақамли буйруғи асосида 500-194 рақамли гувоҳнома). Натижада ҳакамларнинг ўйин фаолиятидаги ҳаракат фаолияти самарадорлиги 13,4-14,2% гача ошган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Мазкур тадқиқот натижалари 2 та халқаро ва 2 та республика илмий-амалий анжуманларида муҳокамадан ўтказилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Диссертация мавзуси бўйича жами 10 та илмий-услубий иш, шу жумладан, 1 та ўқув қўлланма, Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг докторлик диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этишга тавсия қилинган илмий нашрларида 4 та мақола, жумладан, 3 та республика ва 1 таси хорижий журналларда чоп этилган.

Диссертациянинг ҳажми ва тузилиши. Диссертация иши кириш, тўртта боб, хулоса, амалий тавсиялар, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ва иловалардан иборат. Диссертация ҳажми 169 бетни ташкил этиб, 38 та жадвал, 15 та диаграмма, 14 та расм ва жорий этиш далолатномаларини ўз ичига олади.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Диссертациянинг кириш қисмида диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати асосланган, диссертациянинг мавзуси бўйича хорижий илмий-тадқиқотлар шарҳи ва муаммонинг ўрганилганлик даражаси баён этилган, тадқиқотнинг мақсади ва вазифалари, шунингдек, объекти ва предмети аниқланган, ишнинг фан ва технологияларни ривожлантиришнинг муҳим йўналишларига мослиги кўрсатилган ҳамда тадқиқотнинг илмий янгилиги, натижаларнинг ишончлилиги, назарий ва амалий аҳамияти, натижаларнинг амалиётга жорий этилиши, эълон қилинганлиги, ишнинг тузилиши борасидаги маълумотлар киритилган.

Диссертациянинг «**Замонавий адабиётларда футбол ҳакамларини тайёрлашдаги муаммоларнинг ўрганилганлик ҳолати ва унинг методологик асослари**» деб номланган биринчи бобида футбол ҳакамларини тайёрлашдаги муаммолар, бош ва ёрдамчи ҳакамлар машғулот жараёни хусусияти ва йўналиши бўйича ҳар хил восита ва усуллардан фойдаланиш, воситаларини таснифлаш ва ўқув-машғулот жараёнида аниқ атамалар қўллаш, бош ва ёрдамчи ҳакамларда чидамкорликга йўналтирилган воситаларнинг меъёр ва ҳажмлари тўғрисидаги маълумотлар кенг ёритиб берилган.

Футбол бўйича адабиётларни ўрганиш жараёнида ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлигида чидамлилиқ қобилиятини аниқлаш бўйича меъёрлар ишлаб чиқилган бўлсада уни амалиётга жорий қилиш муаммоли жиҳат бўлиб қолмоқда. Ўрганилаётган муаммо бўйича янги назорат меъёрларининг амалиётга жорий қилиш бўйича мавжуд тавсиялар мамлакатимизда ҳакамларни тайёрлаш жараёнига татбиқ этилмай қолаётганлиги бу тизимда ислохотлар олиб боришга эҳтиёж борлигини белгилайди.

А.Н. Спирин фикрига кўра, ҳакамнинг қарорлари асосий назорат ричаги бўлиб, улар мезонларга ва ёндашувга асосланган ҳамда коммуникатив бўлса тўлиқ бўлади. Ҳакамнинг мезонлар ёндашуви асосида қабул қилган қарорлари

ўйин иштирокчиларига алоқа боғламалари орқали етказилади ва улар томонидан амалга оширилиши лозим. Ҳакамнинг ўз қарорини қандай қабул қилганини баҳолаб "ҳисобот" олади, бошқарув жараёнига қайта жалб қилади ва кейинги қарорларни қабул қилади.

Бизнинг фикримизга кўра биринчи навбатда ҳакамлик мотор фаолияти ўйинлари давомида футболчилар ҳаракатларини бажаришга боғлиқ. Яъни ўйин давомида уларнинг зиддиятли вазиятларда тўғри қарор қабул қилиш ҳамда майдон бўйлаб ҳаракатланиш диапазонида боғлиқ. Ҳакамлик пайтида ҳакамнинг ҳаракати маълум бир диагональ векторга асосланган (ҳакамликнинг диагональ тизими) футбол мусобақалари ҳакамлигида ҳаракат ва позицияни танлаш бўйича ўйин давомида ҳакамлар томонидан позиция ва ҳаракат йўналишини танлашга алоҳида эътибор қаратиш лозим.

М.С. Бриль, А.Д. Будогосскийларнинг фикрига кўра жисмоний фитнес ва диагональ ҳукм тизими имкониятларини амалга ошириш учун шароитлар сифатида ҳакамлар профессиональ бўлишлари лозим. Битта ёрдамчи ҳакам билан доимо визуал алоқани сақлаб туриш, шунингдек, содир бўладиган ўйин эпизодларини тўғри баҳолаш учун диагональ вектордан ҳаракат қилиб, энг оптимал ҳолатни эгаллаш лозим.

Диссертациянинг «Тадқиқотнинг усуллари ва ташкил қилиниши» деб номланган иккинчи бобида ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарликда чидамлик қобилиятларини ривожлантиришга оид илмий-услубий адабиётлар таҳлили, педагогик кузатиш, педагогик назорат, педагогик тестлаш, анкета сўрови, эксперт баҳолаш усули, инструментал усуллари, педагогик тажриба, математик статистика услублари тадқиқотнинг ташкил қилиш юзасидан маълумотлар баён этилган.

Мазкур диссертация тадқиқотларини ташкил этиш 3 та босқичда амалга оширилди:

I босқичда (2015-2019 йиллар) мавзуга оид меъёрий ҳужжатлар, йиллик тайёргарлик дастурлари режалари, илмий-услубий адабиётлар ҳамда статистик маълумотлар қиёсий таҳлил асосида ўрганилди. Таҳлил асосида ўрганилган илмий услубий адабиётлар ва статистик маълумотлар қиёсий таҳлил асосида ўрганилди, тадқиқот натижалари етакчи олимларни фикр мулоҳазалари асосида диссертация ишининг мақсади ва вазифалари белгиланиб, тадқиқот услублари ҳамда дастлабки тадқиқотлар ўтказилди.

II босқичда (2019-2020 йил, январь-август) тажриба олди тадқиқотлари ўтказилди. Ҳакамларнинг йиллик тайёргарлик дастурлари, машғулотлар сони, машғулотлар ҳажми, машғулот шиддати, мазмуни ва йўналиши, мусобақалар натижаси жисмоний ва функциональ тайёргарлиги ҳамда уларни шаклланиш динамикаси ўрганилиб, педагогик кузатув остига олинди. Бу босқичда ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлик босқичларида чидамлик қобилиятларни такомиллаштиришга қаратилган воситалар ва уларнинг ҳажми таҳлил қилинди.

III босқичда (2021-йил январь ойидан 2021-йил август ойигача) педагогик тажриба ўтказилди. Педагогик тажрибада тажриба ва назорат гуруҳларига

Ўзбекистон футбол ассоциацияси ҳакамлар ва назоратчилар тайёрлаш департаментининг 50 нафар бош ва ёрдамчи ҳакамлари жалб қилинди. Ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлигида чидамлик қобилиятларини ривожлантиришга махсус машқлар таъсири педагогик тажрибаларда аниқланди. Бундан ташқари уларнинг мусобақа фаолияти кўрсаткичлари ўрганилди.

Диссертациянинг «**Бош ва ёрдамчи ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлигида махсус тестлар орқали чидамлик сифатларини такомиллаштириш механизмлари**» деб номланган учинчи бобда дастлаб, Ўзбекистон Футбол Ассоциацияси ҳакамлар ва назоратчилар тайёрлаш департаменти ҳакамлари ва мутахассислари ўртасида чидамкорлигини устувор ривожлантириш асосида махсус жисмоний тайёргарликни такомиллаштириш борасида мутахассислар тажрибасини (анкета сўрови асосида) умумлаштириш бўйича маълумотлар келтирилди. Сўровномада иштирок этган респондентлардан олинган жавобларни таҳлил қилиш қуйидагиларни аниқлаб берди.

Дастлабки «Чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш самара беради деб ўйлайсизми?» деган саволга 40 та респондент (80%) чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида ҳакамларнинг махсус жисмоний тайёргарлигини ошириш самара беришини таъкидлаган бўлса, 10 та респондент (20%) эса тестлар самара бермаслигини таъкидлаб «Йўқ» жавобини берганлар.

«Амалдаги назорат машқларидан қайси бири махсус чидамкорликни аниқ баҳолаш имконини беради?» деган саволга берилган жавобларда 42 та респондент (84%) Ҳо-Ҳо тестлар чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида махсус жисмоний тайёргарликни такомиллаштиришга ёрдам беради, деб ҳисоблаганса, 8 та респондент (16%) бунинг аксини таъкидлаб, «Йўқ» жавобини беришган.

«Футбол ҳакамларининг тайёргарлик томонларини такомиллаштиришга қаратилган илмий манбалар билан танишмисиз?» деган саволга 14% фоиз –7 нафар респондент «ҳа» деб жавоб беришган бўлса; - 43 нафар респондент 86% фоиз Футбол ҳакамларининг жисмоний тайёргарлик томонларини такомиллаштиришга қаратилган илмий манбалар билан танишмисиз деган саволга «йўқ» деб жавоб беришди. Айнан шу ҳолат ҳакамларда чидамкорликнинг устувор ривожлантириш асосида махсус жисмоний тайёргарликни ривожлантириш йўллари деярли ўрганилмаганлиги диссертация ишининг долзарблигини белгилаб беради.

Бош ҳакамларни ҳаракат фаолиятларини ўрганишда уларнинг майдонда босиб ўтган масофалари ўрганилиб халқаро миқёсдаги модел кўрсаткичлар билан таққослаш амалга оширилди. Жумладан А.Н-в кузатилган 11 та учрашувда ўртача 7211,5 метр масофани босиб ўтган. Бу натижа модел кўрсаткичдан (-314,8) метрга фарқли эканини кўрсатди. Қолган ҳакамларнинг натижалари қуйидагича кўриниш олди: И.И-в 13 та ўйин 7114,1 м (-412,2м), Р.Ч-в 10 та ўйин, 7316,5 (-209,8), А.Р-в 7219,9м (-307,2м), А.Х-в 9 та ўйин,

7121,6 м (-404,2м), Т.С-в 11 та ўйин, 7344,2 (-184,3м), Р.Л-н 9 та ўйин, 7287,0 м (239,3м), Р.К-в 12 та ўйин 7421,6 м (-239,3м) масофани босиб ўтишган.

1-жадвал

Бош ҳакамларнинг майдонда босиб ўтган масофаларини ўрганиш натижалари (метр)

Ҳакамлар Ф.И.Ш	тоифаси	Майдонда босиб ўтилган масофаси	Ҳакамлар Ф.И.Ш	тоифаси	Майдонда босиб ўтилган масофаси	Модел кўрсаткичдан фарқи (7526,3±334,7)	
						Т.Г	Н.Г
Т.Г		\bar{X}	Н.Г		\bar{X}	Т.Г	Н.Г
Н-в	1	7211,5	К-в	1	7245,4	314,8	281,1
И-в	1	7114,1	Ж-в	2	7215,3	412,2	311
Ч-в	1	7316,5	К-в	1	7211,9	209,8	314,4
Р-в	1	7219,9	Н-в	1	7126,2	307,2	400
Х-в	2	7121,6	И-в	1	7314,6	404,2	211,7
С-в	1	7344,2	Р-в	1	7244,5	184,3	281,8
Ш-в	2	7298,7	Д-в	2	7213,4	227,6	312,9
Н-в	1	7333,5	Ф-в	1	7267,2	198,8	259,1
Т-в	2	7319,1	А-в	2	7216,4	207,2	309,4
Л-в	1	7287,0	Г-в	2	7324,1	239,3	208,2
\bar{X}		7256,6	\bar{X}		7240	281,0	298,3

Ҳакамлар ҳаракат фаолиятининг таҳлили шуни кўрсатдики, 1-2-лигаларда фаолият олиб бораётган ҳакамларимизнинг турли ўйинларда майдонда босиб ўтган масофалари уларнинг жисмоний имкониятлари даражасини белгилаб берди. Зеро юқори жисмоний тайёргарликка эришиши спорт амалиётида маълум ҳаракат доирасини кенгайтириб уларнинг ҳаракат фаолияти ҳажмини оширишни таъминловчи асосий восита ҳисобланади.

Диссертациянинг «**Чидамкорликни устувор ривожлантириш асосида футбол ҳакамларини махсус жисмоний тайёргарлигини такомиллаштириш бўйича восита ва усуллар самарадорлигини экспериментал асослаш**» деб номланган тўртинчи бобида футбол бўйича ҳакамларнинг ўқув машғулотларини ташкил этишда юкламаларни меъёрлаш воситаларини татбиқ қилиш ва қайта натижалар орқали тажриба самарадорлигини асослашга қаратилган материаллар акс эттирилган.

Тажриба гуруҳидаги ҳакамларнинг машғулот юкламаларини татбиқ қилиш давомида жами 23 ҳафталик микроцикллар татбиқ қилинган. Демак 1-ва 3-микроциклларда умумий югуриш ҳажми 80 км ни ташкил этиши лозим бўлади. Ушбу ҳафталарда интенсив югуриш юкламаси 6-7 км, чидамкорлик юкламаси 4-5 соат, ўйин юкламаси 5 соат ҳажмда белгиланиши керак бўлади. Феврал ойида 4-7 ҳафталик микроциклларда умумий югуриш ҳажми 140-145 км ни ташкил этди. Интенсив югуриш юкламаси 10-12 км, чидамкорлик юкламаси 6 соат, ўйин юкламаси 9 соатни ташкил этди. Март ойида жами 125-140 км умумий югуриш ҳажми, интенсив югуриш юкламаси ҳажми 8-9 км, чидамлилик юкламаси 3 соат, ўйин юкламаси ва вазиятли машқлар 7 соатни ташкил этди. Ушбу ойда чемпионат ўйинлари бошланиб 28-30 соат давомида ҳакамлик фаолияти олиб борилди.

2-жадвал

Тажриба гуруҳи ҳакамларининг чидамкорликни ошириш учун ишлаб чиқилган машғулот режаси.

Ой (хафта №)	Январь (1-3)	Февраль (4 - 6)	Март (7 - 11)	Апрель (12 - 15)	Май (16 - 19)	Июнь (20 - 23)
Умумий югуриш ҳажми, (км)	80-90	140-145	125-140	100-110	110-120	130-140
Интенсив югуриш юкламаси ҳажми, (км)	6-7	10-12	8-19	3-4	4-5	7-8
Чидамлилиқ юкламаси ҳажми, (соат)	4-5	6	3	2	2	2-3
Ўйин юкламаси ва вазиятли машқлар ҳажми, (соат)	5	9	7	3	6	8
Мусобақаларга ҳакамлик, қилиш, ҳажми, (км)	0	0	12-22	35-40	45-50	0

Футбол ҳакамларини тайёрлаш йиллик машғулот циклининг барча давларида қўлланиладиган усуллар нисбати турлича бўлиши мумкин. Бироқ, улар бир-бирини тўлдириши керак. Юқори натижаларга эришиш тайёргарликнинг турли давр ва босқичларида фақатгина биттасига урғу берилладиган усуллардан мажмуали фойдаланишга боғлиқ.

3-жадвал

Тажриба гуруҳи футбол ҳакамларининг ўқув машғулотларига татбиқ қилинган махсус жисмоний тайёргарликни такомиллаштиришга қаратилган индивидуал машқлар мажмуаси

Машқ	Бажариш вариантлари	Жисмоний тайёргарлик
-Майдон бўйлаб ўйин давомидаги вазиятларни аниқлаш (тестлар): -Узоқ масофаларга югурган ҳолда; -Майдон марказидан югурган ҳолда жарима майдони ичидаги ҳолатни аниқлаш; -Ўйин тизгинини қўлдан чиқазмаслик, ўйинга таъсир қилмаган ҳолда;	-Хар-хил ҳолатларда; -югуриш диапазонларини ўзгартириб; -тезликни ўзгартириб, кузатишни кучайтирган ҳолда; -Битта ўзи, шериклари билан;	Махсус жисмоний тайёргарликни ривожлантириш махсус машқлар орқали.
75 метр масофага хар хил усуллар билан югуриш (югуришни бошлаш, секин югуриш, тезлик,) ҳолатда 3-4 марта;	-такрор бажариш; -хар 20 метр масофага югуришни ўзгартирган ҳолда;	Умумий ва махсус жисмоний тайёргарлик, тезкор-чидамкорликни ривожлантириш
40 метр масофага спринт югуриш, (моксимон югуриш) 4 марта 2 та серия дам олиш оралик 10 секунд;	-Югуришни ўзгартирган ҳолда; -10 метр масофага фишкалар қўйилади, биринчи фишкага югурилади, кейинги марта югуришда иккинчи фишкага югурилади шу ҳолатда давом эттирилади; -10 метр масофага спринт югуриб орқага юриб қайтилади;	Махсус жисмоний тайёргарлик, тезкор-кучни ривожлантириш

Футбол ҳакамларини тайёргарлик даврида ҳафталик микроцикларнинг тузилиши

душанба	Аэроб югуриш 5 - 6 км, ЮҚЧ 130 - 140 зарба/дақ.	
	Биринчи ва иккинчи ҳафта	Қорин мушаклари, бел мушаклари, қўл мушакларини ривожлантиришга йўналтирилган куч машқлари мажмуаси.
	Учинчи ҳафта	10 - 12 марта 60 - 80 м дан (максимал тезликнинг 90 - 95% идан, ЮҚЧ нинг 120-130 зарба/дақ. гача тикланиши.
	Тўртинчи ҳафта	8 - 10 марта 40 - 60 м дан (максимал тезликнинг 90 - 95% идан, ЮҚЧ нинг 120-130 зарба/дақ. гача тикланиши.
Қизиб олиш 1 км		
сешанба	Аэроб югуриш 5 - 6 км, ЮҚЧ 150 - 160 зарба/дақ.	
	Биринчи ва иккинчи ҳафта	Оёқ мускулларини (тос-сон олд ва орқа юзаси мушаклари, думба мушаклари, болдир мушаклари) ривожлантиришга қаратилган куч машқлари мажмуаси.
	Учинчи ва тўртинчи ҳафта	Махсус сакраш машқлари мажмуаси (тўртинчи ҳафтада сакраш машқлари кичик ҳажмда бажарилди).
Қизиб олиш 1 км		
чоршанба	Дам олиш	
пайшанба	Биринчи ва тўртинчи ҳафта	Аэроб югуриш 8 - 12 км, ЮҚЧ 130 - 150 зарба/дақ.
	Иккинчи ҳафта	Аэроб югуриш 3 - 4 км, ЮҚЧ 130 - 150 зарба/дақ. Юқори суръат билан югуриш 2 - 3 км, ЮҚЧ 160 - 170 зарба/дақ.(масофа якунида (финиш) 185 - 195 зарба/дақ. гача етиши мумкин)
	Учинчи ҳафта	Аэроб югуриш 3 - 4 км, ЮҚЧ 130 - 150 зарба/дақ., 8 - 10 марта 200 м дан, кувват таъминотининг аралаш тартибида югуриш, ЮҚЧ 165 - 175 зарба/дақ (тренировка машғулотлари охирида янада юқори қийматларга етиши мумкин), тикланиш 1-1,5 дақ.
	Қизиб олиш 1 км	
Аэроб югуриш 5 - 6 км, ЮҚЧ 130 - 150 зарба/дақ.		
жума	Биринчи ҳафта	Оёқ мускулларини (тос-сон олд ва орқа юзаси мушаклари, думба мушаклари, болдир мушаклари) ривожлантиришга қаратилган куч машқлари мажмуаси.
	Иккинчи, учинчи ва тўртинчи ҳафта	Махсус сакраш машқлари мажмуаси (тўртинчи ҳафтада сакраш машқлари кичик ҳажмда бажарилди).
	Қизиб олиш 1 км	
шанба	Аэроб югуриш 8 - 12 км, ЮҚЧ 130 - 150 зарба/дақ.	
якшан	Дам олиш	

Битта мезоцикл ишлаб чиқилди. У биринчи тайёргарлик даврининг

асосий ва махсус тайёргарлик босқичларида қўлланилган барча ўқув воситаларини ўз ичига олди. У тўртта микроциклдан иборат бўлди. Ҳар бир микроцикл беш кунлик машғулот ва икки кунлик дам олишдан иборат. Тўртинчи ҳафтада тикланиш микроцикллари кўзда тутилди. Иккинчи тайёргарлик даврида қўлланилган методиканинг самарадорлиги “Ҳо-Ҳо” тести ва футбол ҳакамлари учун махсус ишлаб чиқилган вазиятли назорат меъёрларидан фойдаланган ҳолда баҳоланди. Тадқиқотнинг бу босқичида вазиятли назорат меъёри синовдан ўтказилди.

Синов иккинчи тайёргарлик даврининг биринчи ҳафтаси бошланишидан аввал ва охири (тикланиш) ҳафтаси охирида ўтказилди.

5-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳи бош ҳакамларнинг 10 та ўйинда майдонда босиб ўтган масофаларини тажриба давомидаги ўзгариш динамикаси (Метр)

Ҳакам -лар Ф.И. Ш	тоифаси	Ўйинлар сони	т.б. майдонда босиб ўтилган масофа учун		т.о. майдонда босиб ўтилган масофа учун		t	p
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Нazorat гуруҳи								
К-в	1	10	71745,39	3316,72	74347,14	3184,63	1,79	>0,05
Ж-в	2	10	68215,75	2754,46	70303,84	2484,93	1,78	>0,05
К-в	1	10	74411,58	1903,26	76192,88	1809,47	2,14	<0,05
Н-в	1	10	75426,37	3509,34	78257,43	3538,57	1,80	>0,05
И-в	1	10	71316,69	2784,96	73489,36	2697,84	1,77	>0,05
Р-в	1	10	68244,37	3167,49	70827,68	3217,68	1,81	>0,05
Д-в	2	10	76243,68	4044,36	79523,86	4136,97	1,76	>0,05
Ф-в	1	10	72267,73	2094,73	74217,59	1982,18	2,14	<0,05
А-в	2	10	69216,48	3214,56	71818,67	3184,38	1,82	>0,05
Г-в	2	10	76364,37	2696,84	78906,37	2648,64	2,13	<0,05
\bar{X}			72336,19	3003,43	74846,63	3097,67	1,84	>0,05
Tажриба гуруҳи								
Н-в	1	10	73311,83	3364,76	78753,69	3216,59	3,70	<0,01
И-в	1	10	69114,38	2734,63	73510,87	2484,93	3,76	<0,01
Ч-в	1	10	75256,73	4276,44	83638,46	4118,49	4,46	<0,001
Р-в	1	10	69152,44	4764,26	77084,28	4693,86	3,75	<0,01
Х-в	2	10	69136,39	3187,43	74187,36	2797,46	3,77	<0,01
С-в	1	10	75146,36	3275,97	80645,37	3205,84	3,79	<0,01
Ш-в	2	10	68084,57	4176,85	75128,36	4136,97	3,78	<0,01
Н-в	1	10	75278,89	3486,68	82646,36	3586,27	4,66	<0,001
Т-в	2	10	67483,94	3466,44	73396,48	3509,37	3,79	<0,01
Л-в	1	10	75098,47	2696,84	79594,46	2648,64	3,76	<0,01
\bar{X}			71755,41	3199,09	78130,22	3692,86	4,33	<0,001

Изоҳ: т.б. - Тадқиқот боши, т.о. - Тадқиқот охири.

2018-2019 йилги мусобақаларда назорат гуруҳига (НГ) киритилган турли тоифали бош ҳакамларнинг 10 та ўйинда майдонда босиб ўтган масофаларининг статистик характеристикаларини тажриба давомидаги

ўзгариш динамикасини таҳлили келтирилган. Ундаги маълумотлар НГ sinalувчиларининг ўрганилган топшириқ-тест бўйича тажриба бошидаги кўрсатган натижалари уларнинг тайёргарлик даражалари бир-бирларига жуда яқинлигини, яъни гуруҳдаги тайёргарлик даражаси жуда яхши эканлигини кўрсатди.

Жумладан, ушбу НГ sinalувчи ҳакамларининг ўрганилган тест бўйича кўрсатган натижалари ўртача арифметик қийматларининг тажриба давомида нисбий ўсиши 2,39 % дан 4,41 % гача оралиқда тебранди ва НГ даги турли тоифали бош ҳакамларнинг 10 та ўйинда майдонда босиб ўтган масофаларининг ўртача арифметик қийматларини тажриба давомидаги ўртача нисбий ўсиши 3,47 % ни ташкил этди. Шунингдек, НГ бош ҳакамларининг 10 та ўйинда майдондаги босиб ўтган масофаларининг ўртача арифметик қийматларини тажриба давомидаги ўсишининг статистик ишончлиги стьюдент тақсимоти критик қийматлари асосида баҳоланиши ушбу гуруҳдаги ўсишлар 11 та sinalувчидан 3 тасида паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,05$) статистик ишончли ва қолган 8 та ҳакам кўрсаткичларининг ўзгариши статистик ишончсиз ($P > 0,05$) эканлиги аниқланди.

Тажриба гуруҳи (ТГ) таркибига киритилган бош ҳакамларнинг тажриба бошидаги 10 та ўйинда майдондаги босиб ўтган масофаларининг ўртача арифметик қийматларини тажриба давомидаги ўзгаришида ҳам НГ даги сингари манзара кузатилди. Бу факт, ўз навбатида, педагогик тажриба бошида НГ ва ТГларга киритилган sinalувчиларнинг тайёргарлик даражаси яхши ва бир-бирига жуда яқинлигини аниқлаши билан бирга тажрибани тўғри ташкил этилганлигини кўрсатади.

Стьюдент тақсимоти критик қийматлари асосида баҳоланган “Ҳо-Ҳо” “А” тестини бажариш кўрсаткичининг гуруҳ бўйича ўртача арифметик қийматини педагогик тажриба давомида ўсишининг статистик ишончлилиги натижалари НГ sinalувчи ҳакамларининг 3 таси натижалари учун паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,05$) статистик ишончли ва қолган 7 та ҳакамнинг ҳаммаси натижалари учун нормал аҳамиятлилик даражасидаги ($P > 0,05$) статистик ишончсиз эканлиги аниқланди. (5-жадвалда келтирилган)

НГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 5,27 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=2,43$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,05$) статистик ишончли эканлигини аниқлатади.

Стьюдент тақсимоти критик қийматлари асосида баҳоланган “Ҳо-Ҳо” “А” тестини бажариш кўрсаткичининг гуруҳ бўйича ўртача арифметик қийматини педагогик тажриба давомида ўсишининг статистик ишончлилиги натижалари ТГ sinalувчи ҳакамларининг 3 таси натижалари учун юқори аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,001$) статистик ишончли ва қолган 7 та ҳакамнинг ҳаммаси натижалари учун яхши аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,01$) статистик ишончли эканлиги аниқланди. (5-жадвалда келтирилган)

6-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳи футбол бош ҳакамларининг тест меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикаси Ҳо-Ҳо “А” тести (секунд)

№	Ф.И.О.	Тоифа	Тажриба бошида		Тажриба охирида		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Назорат гуруҳи								
1	К-в	1	6,53	0,49	6,16	0,44	1,78	>0,05
2	Ж-в	1	6,74	0,44	6,39	0,42	1,82	>0,05
3	Қ-в	1	7,12	0,42	6,74	0,37	2,15	<0,05
4	Н-в	1	6,85	0,45	6,51	0,41	1,77	>0,05
5	И-в	2	6,94	0,38	6,63	0,37	1,85	>0,05
6	Р-в	1	7,03	0,53	6,62	0,47	1,83	>0,05
7	Д-в	2	6,93	0,34	6,58	0,39	2,14	<0,05
8	Ф-в	1	6,98	0,5	6,57	0,48	1,87	>0,05
9	А-в	2	6,13	0,41	5,82	0,36	1,80	>0,05
10	Г-в	1	6,26	0,36	5,93	0,32	2,17	<0,05
Умумий ўртача			6,75	0,34	6,39	0,32	2,44	<0,05
Тажриба гуруҳи								
1	Н-в	1	6,93	0,55	6,07	0,45	3,83	<0,01
2	И-в	1	6,47	0,38	5,87	0,31	3,87	<0,01
3	Ч-в	1	6,68	0,46	5,77	0,36	4,93	<0,001
4	Р-в	1	7,46	0,49	6,68	0,41	3,86	<0,01
5	Х-в	2	7,69	0,46	6,97	0,37	3,84	<0,01
6	С-в	1	7,18	0,55	6,31	0,45	3,88	<0,01
7	Ш-в	2	6,33	0,44	5,47	0,34	4,89	<0,001
8	Н-в	1	6,98	0,55	6,12	0,44	3,86	<0,01
9	Т-в	2	6,26	0,42	5,6	0,34	3,85	<0,01
10	Л-в	1	7,27	0,43	6,42	0,34	4,90	<0,001
\bar{X}			6,93	0,49	6,13	0,48	4,21	<0,001

ТГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 11,51 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=4,21$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш юқори аҳамиятлилик даражасидаги ($P<0,001$) статистик ишончли эканлигини англатади.

Тажриба гуруҳи футбол бўйича бош ҳакамларининг “Ҳо-Ҳо” “А” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари жадвалда келтирилган.

Ундаги маълумотларга кўра, ўрганилган тестлар бўйича кўрсаткичларнинг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 8,16 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 14,98 % ни ташкил этган бўлса, ТГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 12,0 % га тенг бўлди.

Назорат гуруҳи турли тоифа футбол бош ҳакамларининг танланган “Ҳо-Ҳо” “Б” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик

характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари 6-жадвалда келтирилган.

Ундаги маълумотларга кўра, НГ ҳакамларининг “Ҳо-Ҳо” “Б” тестини бажариш

кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 3,86 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 7,60 % ни ташкил этган бўлса, НГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 5,47 % га тенг бўлди.

7-жадвал

Тажриба ва назорат гуруҳи футбол бўйича бош ҳакамларининг тест меъёрларини бажариш кўрсаткичлари статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикаси Ҳо-Ҳо “Б” тести (метр)

№	Ф.И.О.	Тоифа	Тажриба бошида		Тажриба охирида		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Назорат гуруҳи								
1	К-в	1	720,7	56,8	767,4	58,3	1,81	>0,05
2	Ж-в	1	681,5	39,7	712,6	37,4	1,80	>0,05
3	Қ-в	1	586,9	40,6	626,7	42,2	2,15	<0,05
4	Н-в	1	738,9	35,2	767,4	36,1	1,79	>0,05
5	И-в	2	647,16	41,04	682,09	35,53	1,78	>0,05
6	Р-в	1	647,16	41,04	682,09	40,53	1,83	>0,05
7	Д-в	2	647,16	41,04	682,09	41,10	1,84	>0,05
8	Ф-в	1	647,16	41,04	682,09	41,62	1,85	>0,05
9	А-в	2	647,16	41,04	682,09	41,78	1,86	>0,05
10	Г-в	1	647,16	41,04	682,09	41,80	1,87	>0,05
Умумий ўртача			647,16	41,04	682,09	41,82	1,89	>0,05
Тажриба гуруҳи								
1	Н-в	1	748,7	58,9	851,4	60,4	3,85	<0,01
2	И-в	1	754,9	42,4	829,2	43,6	3,86	<0,01
3	Ч-в	1	596,7	41,3	686,4	42,2	4,80	<0,001
4	Р-в	1	769,4	36,7	832,2	36,1	3,84	<0,01
5	Х-в	2	758,4	43,9	834,9	44,8	3,87	<0,01
6	С-в	1	622,9	42,7	716,2	43,8	4,82	<0,001
7	Ш-в	2	608,4	28,6	669,4	27,8	4,81	<0,001
8	Н-в	1	598,4	39,7	666,7	39,7	3,80	<0,01
9	Т-в	2	594,9	46,3	676,8	48,4	3,87	<0,01
10	Л-в	1	763,8	43,9	862,6	46,7	4,87	<0,001
Умумий ўртача			681,65	50,64	762,58	52,47	3,51	<0,01

ТГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 11,87 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=3,51$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P<0,01$) статистик ишончли эканлигини англатади.

Назорат гуруҳи футбол бўйича ёрдамчи ҳакамларининг “ARIET” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини

педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари 7-жадвалда келтирилган.

8-жадвал

Футбол бўйича ёрдамчи ҳакамларнинг назорат меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикаси “ARIET” тести (метр)

№	Ф.И.О.	Тоифа	Тажриба бошида		Тажриба охирида		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Назорат гуруҳи								
1	Ж-в	1	2856,6	188,74	3009,76	193,87	1,79	>0,05
2	Н-в	1	2911,4	220,34	3091,74	223,74	1,82	>0,05
3	О-в	1	3268,7	192,77	3455,66	194,87	2,16	<0,05
4	С-в	1	2714,7	134,88	2816,87	123,46	1,77	>0,05
5	А-в	2	2916,8	232,74	3102,16	231,96	1,78	>0,05
6	Н-в	1	3284,6	187,47	3434,78	183,09	1,81	>0,05
7	В-в	2	3342,8	163,74	3495,69	152,86	2,16	<0,05
8	Н-о	1	3287,4	182,88	3434,97	178,56	1,83	>0,05
9	О-в	2	2827,7	186,26	2979,56	181,74	1,85	>0,05
10	С-в	1	3367,9	258,86	3620,94	264,86	2,16	<0,05
Умумий ўртача			3077,86	200,64	3244,21	203,49	1,84	>0,05
Тажриба гуруҳи								
1	Б-в	1	2814,74	164,86	3098,84	163,84	3,87	<0,01
2	Й-в	1	2874,69	227,76	3271,86	232,78	3,86	<0,01
3	Й-в	1	3359,84	231,48	3874,83	246,74	4,81	<0,001
4	Н-в	1	2816,74	136,89	3046,74	128,64	3,89	<0,01
5	К-в	2	2784,94	217,86	3167,94	224,77	3,84	<0,01
6	Х-в	1	3379,83	233,66	3787,47	238,73	3,83	<0,01
7	Т-в	2	3489,62	206,86	3933,68	202,59	4,85	<0,001
8	Н-в	1	3386,69	163,83	3668,74	162,84	3,88	<0,01
9	А-в	2	2816,49	221,79	3205,83	229,87	3,82	<0,01
10	Н-н	1	3497,48	238,96	4014,78	247,49	4,76	<0,001
Умумий ўртача			3122,11	320,58	3507,07	382,88	3,85	<0,01

Унда келтирилган маълумотларга кўра, НГ ҳакамларининг “ARIET” тестини бажариш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 3,76 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 7,51 % ни ташкил этган бўлса, НГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 5,39 % га тенг бўлди.

Стьюдент тақсимооти критик қийматлари асосида баҳоланган “ARIET” тестини бажариш кўрсаткичларининг гуруҳ бўйича ўртача арифметик қийматини

педагогик тажриба давомида ўсишининг статистик ишончлилиги натижалари НГ синалувчи ҳакамларининг 3 таси натижалари учун паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,05$) статистик ишончли ва қолган 7 та ҳакамнинг ҳаммаси натижалари учун ўртача аҳамиятлилик даражасидаги ($P > 0,05$) статистик ишончсиз эканлиги аниқланди.

НГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 5,40 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=1,84$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P > 0,05$) статистик ишончсиз эканлигини англатади.

Тажриба гуруҳи футбол бўйича ёрдамчи ҳакамларининг “ARIET” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари 7-жадвалда келтирилган.

Унда келтирилган маълумотларга кўра, ТГ ҳакамларининг “ARIET” тестини бажариш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 8,17 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 14,79 % ни ташкил этган бўлса, ТГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 12,29 % га тенг бўлди.

Стьюдент тақсимооти критик қийматлари асосида баҳоланган “ARIET” тестини бажариш кўрсаткичининг гуруҳ бўйича ўртача арифметик қийматини педагогик тажриба давомида ўсишининг статистик ишончлилиги натижалари ТГ синалувчи ҳакамларининг 3 таси натижалари учун юқори аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,001$) статистик ишончли ва қолган 7 та ҳакамнинг ҳаммаси натижалари учун яхши аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,01$) статистик ишончли эканлиги аниқланди.

ТГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 12,33 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=3,85$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P < 0,01$) статистик ишончли эканлигини англатади.

Назорат гуруҳи ёрдамчи ҳакамларининг “CODA” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари 8-жадвалда келтирилган.

Унда келтирилган маълумотларга кўра, НГ ҳакамларининг “CODA” тестини бажариш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 3,60 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 10,15 % ни ташкил этган бўлса, НГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 6,33 % га тенг бўлди.

**Тажриба ва назорат гуруҳи Футбол бўйича ёрдамчи ҳакамларнинг
назорат меъёрларини кўрсаткичларининг статистик
характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш
динамикаси
“CODA” тести (метр)**

№	Ф.И.О.	Тоифа	Тажриба бошида		Тажриба охирида		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Назорат гуруҳи								
1	Ж-в	1	1056,7	60,84	1104,76	59,84	1,78	>0,05
2	Н-в	1	1261,8	59,4	1307,24	55,38	1,77	>0,05
3	О-в	1	1186,4	93,83	1306,46	95,74	2,83	<0,05
4	С-в	1	1244,8	82,16	1311,67	83,71	1,80	>0,05
5	А-в	2	1304,7	72,97	1364,08	73,16	1,82	>0,05
6	Н-в	1	1117,9	86,98	1231,36	92,35	2,84	<0,05
7	В-в	2	1002,7	68,59	1091,27	72,37	2,81	<0,05
8	Н-о	1	958,8	46,8	995,64	45,33	1,79	>0,05
9	О-в	2	1024,4	57,69	1071,26	57,86	1,81	>0,05
10	С-в	1	964,8	75,68	1039,26	78,26	2,16	<0,05
Умумий ўртача			1112,3	86,28	1182,3	84,07	1,84	>0,05
Тажриба гуруҳи								
1	Б-в	1	2814,74	164,86	3098,84	163,84	3,87	<0,01
2	Й-в	1	2874,69	227,76	3271,86	232,78	3,86	<0,01
3	Й-в	1	3359,84	231,48	3874,83	246,74	4,81	<0,001
4	Н-в	1	2816,74	136,89	3046,74	128,64	3,85	<0,01
5	К-в	2	2784,94	217,86	3167,94	224,77	3,83	<0,01
6	Х-в	1	3379,83	233,66	3787,47	238,73	3,84	<0,01
7	Т-в	2	3489,62	206,86	3933,68	202,59	4,85	<0,001
8	Н-в	1	3386,69	163,83	3668,74	162,84	3,82	<0,01
9	А-в	2	2816,49	221,79	3205,83	229,87	3,88	<0,01
10	Н-н	1	3497,48	238,96	4014,78	247,49	4,76	<0,001
Умумий ўртача			3122,11	313,64	3507,07	322,17	3,87	<0,01

НГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 6,29 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=1,84$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P>0,05$) статистик ишончсиз эканлигини англатади.

Тажриба гуруҳи ёрдамчи ҳакамларининг “CODA” тести меъёрларини бажариш кўрсаткичларининг статистик характеристикаларини педагогик

тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили маълумотлари 10-жадвалда келтирилган.

Унда келтирилган маълумотларга кўра, ТГ ҳакамларининг “CODA” тестини бажариш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсиши бўйича энг кам ижобий ўзгариш 8,17 % ни ва энг катта ижобий ўзгариш 15,57 % ни ташкил этган бўлса, ТГ бўйича ўртача нисбий ўсиш 12,40 % га тенг бўлди.

Стъудент тақсимооти критик қийматлари асосида баҳоланган “CODA” тестини бажариш кўрсаткичининг гуруҳ бўйича ўртача арифметик қийматини педагогик тажриба давомида ўсишининг статистик ишончлилиги натижалари ТГ синалувчи ҳакамларининг 4 таси натижалари учун юқори аҳамиятлилиқ даражасидаги ($P < 0,001$) статистик ишончли ва қолган 6 та ҳакамнинг ҳаммаси натижалари учун яхши аҳамиятлилиқ даражасидаги ($P < 0,01$) статистик ишончли эканлиги аниқланди.

ТГдаги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 12,45 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=3,87$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш ўртача аҳамиятлилиқ даражасидаги ($P < 0,01$) статистик ишончли эканлигини англатади.

Ҳакамларни майдондаги ҳаракат фаолиятларини таҳлил қилиш натижалари уларнинг олган баллари бўйича баҳоланади. Ушбу баллар бўйича уларнинг фаолияти баҳоланиши, татбиқ қилинган воситаларнинг самарадорлиги аниқланиши мумкин. Мазкур баллар махсус ишлаб чиқилган шкала асосида амалга оширилди.

Бош ҳакамларнинг тажрибадан олдинги ва кейинги натижалари таҳлилга кўра назорат гуруҳи вакиллари кузатилган турли учрашувларда умумий 76.6 балл тўплашди. Бу 1-учрашувда 7.9 балл белгиланди. Тажрибадан олдин назорат гуруҳида энг яхши натижани Ж-в 8.36 – И-в 8.56 Ф-в 8.46 лар қайд этишди. Тажрибадан кейинги натижаларда Ж-в 8.46 – Н-в 8.36 Р-в 8.46 Г-в 8.16 лар 8.0 дан юқори кўрсаткични қайд этишди. Тажриба гуруҳида дастлабки умумий баллар 105.1 баллни ташкил этган. Гуруҳнинг ўртача бални 7.8 баллни ташкил этди.

Назорат гуруҳига бириктирилган футбол бўйича бош ҳакамлар мусобақа фаолиятини баҳоланишнинг статистик характеристикаларини педагогик тажриба давомида ўзгариш динамикасини таҳлили 9-жадвалда келтирилган. Ундаги маълумотларга кўра НГ бош ҳакамларига педагогик тажриба бошида ўртача ҳисобда 11 тадан ўйинни бошқариш имконияти берилган бўлса, тажриба охирига келиб бу кўрсаткич 12,4 тагача ортиши (тажриба бошидагига нисбатан 12,73 % га ошган), ушбу ўйинлар жараёнида бош ҳакамларнинг фаолияти тажриба бошида 86,71 балл, охирида эса 100,48 балл билан (тажриба бошидагига нисбатан 15,88 % га ошган) баҳоланиши кузатилган. Шунинг билан бирга, ҳакамларнинг ҳар бир ўйиндаги ўртача балли тажриба бошида 7,9 баллни ташкил этган бўлса, тажриба охирига келиб бу кўрсаткич 8,1 баллни (тажриба бошидагига нисбатан 2,67 % га ошган) ташкил этган.

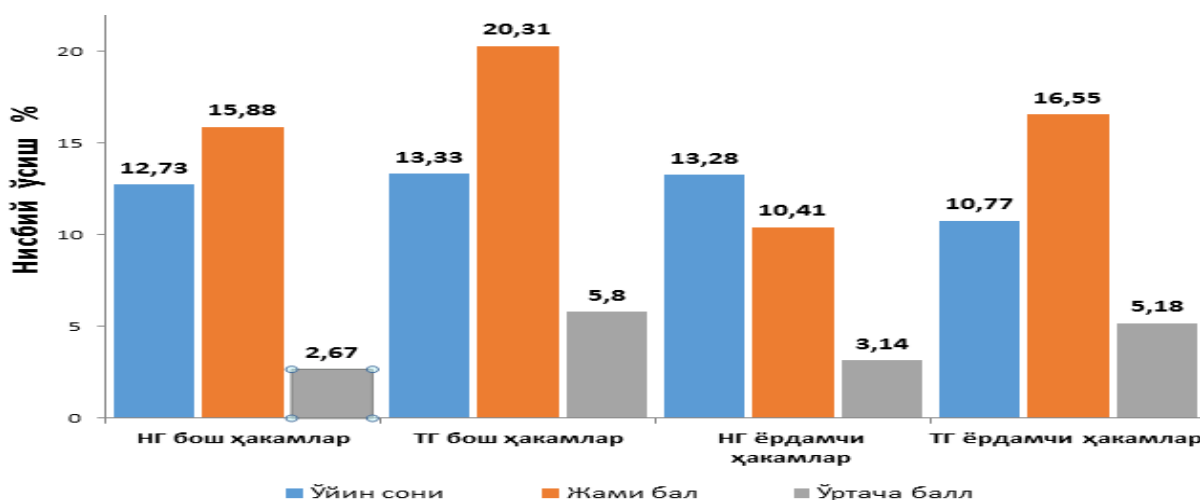
**Тажриба ва назорат гуруҳига бириктирилган футбол бўйича бош
хакамларнинг мусобақа фаолиятини баҳолаш кўрсаткичлари (Балл)**

№	Ф.И.О	Ўйинлар сони		Умумий балл		Ўртача балл	
		Т.б.	Т.о	Т.б.	Т.о	Т.б.	Т.о
Назорат гуруҳи							
1	К-в	11	14	85,3	110,6	7,6	7,6
2	Ж-в	12	13	97,4	107,9	8,0	8,0
3	К-в	10	12	75,4	92,80	7,4	7,4
4	Н-в	14	11	106	86,50	7,5	7,5
5	И-в	11	13	92,4	111,7	8,2	8,2
6	Р-в	12	12	97,2	98,90	8,1	8,1
7	Д-в	12	14	91,2	110,8	7,6	7,6
8	Ф-в	10	12	80,9	98,20	8,6	8,5
9	А-в	8	11	66,4	94,80	8,3	8,3
10	Г-в	10	12	74,6	92,60	7,7	7,7
	\bar{X}	11,00	12,40	86,71	100,48	7,8	7,8
	σ	1,63	1,07	12,40	9,11	0,32	0,32
	V	14,85	8,67	14,30	9,06	4,35	4,14
	t	2,26		2,83		1,80	
	P	<0,05		<0,05		>0,05	
Тажриба гуруҳи							
1	Н-в	12	15	98,4	133,5	8,2	8,9
2	И-в	11	15	94,8	134,4	7,9	8,9
3	И-в	14	17	107,8	119,2	7,7	8,5
4	Р-в	10	13	92,4	109,8	8,4	8,4
5	Х-в	11	12	79,2	98,20	7,2	8,4
6	С-в	13	16	98,8	111,7	7,6	7,8
7	Ш-в	12	14	94,98	107,8	7,9	8,0
8	Н-в	11	13	89,1	100,8	8,1	8,1
9	Т-в	14	16	119	136,8	8,5	9,1
10	Л-в	10	13	81,9	110,7	8,2	8,4
	\bar{X}	11,80	14,40	95,64	116,27	7,9	8,4
	σ	1,48	1,65	11,66	14,09	0,39	0,47
	V	12,51	11,43	12,20	12,12	4,95	5,58
	t	3,72		3,57		2,38	
	P	<0,01		<0,01		<0,05	

ТГ бош ҳакамларига эса педагогик тажриба бошида ўртача ҳисобда 12 тадан ўйинни бошқариш имконияти берилган бўлса, тажриба охирига келиб бу кўрсаткич 13,6 тагача ортиши (тажриба бошидагига нисбатан 13,33 % га ошган), ушбу ўйинлар жараёнида бош ҳакамларнинг фаолияти тажриба бошида 95,65 балл, охирида эса 115,07 балл билан (тажриба бошидагига нисбатан 20,31 % га ошган) баҳоланиши кузатилган. Шунинг билан бирга, ҳакамларнинг ҳар бир ўйиндаги ўртача балли тажриба бошида 7,9 баллни ташкил этган бўлса, тажриба охирига келиб бу кўрсаткич 8,4 баллни (тажриба

бошидагига нисбатан 5,80 % га, НГ дагига нисбатан 2 баравардан кўпроқ ошган) ташкил этган.

Ўрганилган кўрсаткичлар ўртача арифметик қийматларининг тажриба давомида ўсишини Стъудент тақсимоти критик қийматлари асосида баҳолаш натижаларига кўра, НГ ҳакамларининг ўйинлари сони ($t=2,26$) ва тўпланган умумий баллнинг ($t=2,83$) ўсиши паст аҳамиятлилик даражасида статистик ишончли ($P<0,05$) ҳамда ўртача баллнинг ўсиши эса статистик ишончсиз ($t=1,80$ ва $P>0,05$) эканлиги кузатилди.



1-расм. Назорат ва тажриба гуруҳларига бириктирилган футбол бўйича бош ҳакамларнинг мусобақа фаолиятини баҳолаш кўрсаткичларининг педагогик тажриба давомида нисбий ўсишларини солиштириш

Мазкур ўрганилган ҳамма кўрсаткичлар ўртача арифметик қийматларининг тажриба давомида ўсишини баҳолаш натижалари асосида ТГ ҳакамларининг ўйинлари сони ($t=3,72$), тўпланган умумий баллнинг ($t=3,57$) ва ўртача баллнинг ($t=2,38$) ўсиши паст аҳамиятлилик даражасида статистик ишончли ($P<0,05$) эканлиги ва бунда НГга нисбатан ТГда анча катта ижобий ва ишончли ўзгариш мавжудлиги аниқланди.

ХУЛОСАЛАР

1. Ўрганилаётган муаммо бўйича маҳаллий ва хорижий илмий ва ўқув-услубий адабиётларни таҳлили футбол ҳакамларининг ўқув машғулотларини ташкил этишда ҳали тадқиқ қилинмаган жиҳатларни аниқлаш ва мавзу бўйича керакли амалий аҳамиятга эга фикр мулоҳазаларни аниқлаш имконини берди.

2. Ҳакамларнинг амалий кўникмаларига, ҳакамлик техникасига ва услубларига эғалик кўрсаткичларини ўз ичига олган ҳакамлик сифатига таъсир қилувчи омиллар аниқланди. Ўйинчилар томонидан қоидалар бузилишини аниқлашда ҳакамлар томонидан йўл қўйилган хатолар сони тўғрисидаги маълумотлар олинган бўлиб, бу дастлабки машғулотларнинг футбол ҳакамлари учун ўқув дастурини ишлаб чиқиш учун асос бўлди.

3. Педагогик кузатувлар ва мураббийлар ўртасида ўтказилган анкета сўрови натижасида олинган маълумотлар шуни кўрсатдики, футбол

ҳакамларининг ўқув машғулотларини ташкил этишнинг илмий асосларини татбиқ қилиш масаласида ва махсус жисмоний тайёргарликни баҳолаш учун самарали тестлардан фойдаланиш, воситаларни қўллаш ва машғулот юкламаларини меъёрлашда атрофлича муаммолар мавжуд.

4. Тажрибадан олдинги ҳакамларнинг майдонда босиб ўтган масофаларини ўрганиш натижаларига кўра бош ҳакамлар ўртача $\bar{x}=7245$ м натижа қайд этиб, модел кўрсаткичдан $\bar{x}=281$ м га кам эканлиги маълум бўлди ($\bar{x}=7526$ м). Ёрдамчи ҳакамларда эса бу кўрсаткич $\bar{x}=2946$ м ни ташкил этиб, бу натижа ҳам модел кўрсаткичдан пастроқ эканлиги маълум бўлди ($\bar{x}=3144$ м). Махсус назорат меъёрларини топшириш натижаларига кўра дастлабки тестлашда бош ҳакамларнинг қарийб 45%и яъни 9 таси қабул қилинган назорат меъёрларини қониқарсиз баҳога топширишганлиги маълум бўлди. Ёрдамчи ҳакамлардан умумий 40 % тестларни қониқарсиз бажаришган (8та). Ушбу натижалар тадқиқот йўналишлари белгилашга асос бўлди.

5. Тайёргарлик даврининг турли босқичларида футбол ҳакамлари учун ишлаб чиқилган махсус тайёргарлик дастури такомиллаштирилиб футбол ҳакамларининг махсус маҳоратини шакллантириш жараёнининг мазмуни белгиланди. Тажриба гуруҳидаги ҳакамларнинг машғулот юкламаларини татбиқ қилиш интенсив югуриш юкласи 6-7 км, чидамкорлик юкласи 4-5 соат, ўйин юкласи 5 соат ҳажмда белгиланиши керак бўлади. Феврал ойида 4-7 ҳафталик микроцикллар да умумий югуриш ҳажми 140-145 км ни ташкил этди. Интенсив югуриш юкласи 10-12 км, чидамкорлик юкласи 6 соат, ўйин юкласи 9 соатни ташкил этди. Март ойида жами 125-140 км умумий югуриш ҳажми, интенсив югуриш юкласи ҳажми 8-9 км, чидамлик юкласи 3 соат, ўйин юкласи ва вазиятли машқлар 7 соатни ташкил этди.

6. Экспериментал дастур бўйича машғулотларни ташкил этишда футбол ҳакамларнинг чидамкорлик юкламалари уларнинг ўйин фаолияти хусусиятларига йўналтирилган ҳолда такомиллаштирилди ва таъсир этиш даражаларига кўра (аэроб, аралаш, анаэроб-гликолитик, анаэроб-алактат) микроциклларнинг мақсад вазифалари бўйича турли вариантларда қўллаш усуллари ишлаб чиқилди.

7. Ҳакамларнинг тажрибадан кейинги тестлаш натижалари асосида НГ даги ҳакамлар учун гуруҳ бўйича умумий ўртача катталиқ педагогик тажриба давомида тажриба бошидагига нисбатан 5,40 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=1,41$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш ёмон аҳамиятлилик даражасидаги ($P>0,05$) статистик ишончсиз эканлигини англатади. ТГдаги ҳакамларда эса бу нисбий ўзгариш учун $t=3,71$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш юқори аҳамиятлилик даражасидаги ($P<0,01$) статистик ишончли эканлигини англатади. ТГдаги ёрдамчи ҳакамларда тажриба бошидагига нисбатан 12,33 % га яхшиланган. Шунинг билан бирга, бу нисбий ўзгариш учун $t=2,44$ га тенг бўлиб, мазкур ўзгариш паст аҳамиятлилик даражасидаги ($P<0,05$) статистик ишончли эканлигини англатади.

8. Ҳакамларнинг турли учрашувларни бошқаришда олган балларининг тажрибадан кейинги натижалари таҳлилига кўра НГ ҳакамларининг ўртача балининг ўсиши статистик ишончсиз ($t=1,8$ ва $P>0,05$) эканлиги кузатилди. ТГ ҳакамларининг ўйинлари сони ($t=1,95$) нормал аҳамиятлилик даражада статистик ишончсиз, тўпланган умумий баллнинг ($t=2,38$ ва $P<0,05$) паст ва ўртача баллнинг ($t=3,57$ ва $P<0,01$) ўсиши яхши аҳамиятлилик даражасида статистик ишончли эканлиги ва бунда НГга нисбатан ТГда анча катта ижобий ва ишончли ўзгариш мавжудлиги аниқланганлиги ТГ да қўлланган тажрибавий усуллар самарадорлигини кўрсатади.

АМАЛИЙ ТАВСИЯЛАР

Футбол ҳакамларининг ўқув машғулот жараёнини ташкил этиш масаласини ҳал этишда уларнинг тайёргарлик томонларини доимо назорат қилиш лозим. Зеро ҳакамнинг фаолиятида назорат меъёрларини бажариши лозимлиги унинг доимий юқори жисмоний тайёргарликка эга бўлишини тақозо этади.

Ўтказилган тадқиқотлар натижасида футбол ҳакамларини ўқув машғулот самарадорлигини оширишга қаратилган тавсиялар бериш мумкин:

1. Футбол ҳакамларининг назарий ва жисмоний тайёргарлиги билан бир қаторда уларнинг визуал идрокини, визуал хотирасини ва тактик тафаккурини сезиларли даражада яхшилайдиган махсус усуллардан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Компютер дастурларидан фойдаланган ҳолда тактик муаммоларни ҳал қилиш футбол ҳакамларини дастлабки тайёрлашнинг ажралмас қисмига айланиши керак.

2. Бундай техникадан амалий фойдаланишда ўйин моментларининг мураккаблиги ва давомийлигини ҳисобга олган ҳолда педагогик воситаларни конкретлаштиришга имкон берадиган визуал идрок ва визуал хотиранинг индивидуал хусусиятларини очиқ бериш керак. Шу билан бирга, изчиллик ва мавжудликнинг умумий педагогик тамойилларига риоя қилиш талаб этилади: оддийдан мураккабга, осондан қийинга, маълумдан номаълумгача.

3. Футбол ҳакамларини дастлабки машғулотлар методикасидан ўқув машғулотлари йиғилишлари шароитида кейинчалик мустақил ишларга ўтиш билан фойдаланиш мақсадга мувофиқдир. Бир машқдан иккинчисига ўтиш қатъий равишда кетма-кетликда амалга оширилади, чунки бу машқ тўлиқ ўзлаштирилди. Битта дарснинг давомийлиги ҳакамнинг индивидуал хусусиятлари ва қобилиятлари билан белгиланади, аммо визуал анализаторнинг чарчашига олиб келмаслиги керак. Битта дарс давомийлиги мезони жавоблар тезлиги, фикрлаш, диққатни жамлаш кўрсаткичи бўлиши мумкин. Ҳафталик циклдаги ушбу турдаги машғулотлар сони 2-4 марта.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 ПО ПРИСУЖДЕНИЮ
УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ УЗБЕКСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ
УНИВЕРСИТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

**УЗБЕКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

КУТЛИМУРАТОВ ИЗЗАТБЕК ХУШНУДОВИЧ

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ СУДЕЙ ПО ФУТБОЛУ НА ОСНОВЕ
ПРЕИМУЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ ВЫНОСЛИВОСТИ**

**13.00.04 – Теория и методика физического воспитания
и спортивной тренировки**

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD) ПО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ НАУКАМ**

Чирчик - 2022

Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирована Высшей аттестационной комиссией при Кабинете Министров Республики Узбекистан под номером B2021.1.Phd/Ped.1848

Докторская диссертация выполнена в Узбекском государственном университете физической культуры и спорта.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекском, русском, английском (резюме) размещен на веб-странице научного совета (www.uzdjtsu.uz) и на информационно-образовательном портале "Ziyonet" (www.ziyonet.uz).

Научный руководитель:

Абидов Шавкат Усманович
кандидат педагогических наук, доцент

Официальные оппоненты:

Кошбахтиев Ильдар Ахмедович
доктор педагогических наук, профессор

Акрамов Жасур Анварович
кандидат педагогических наук, профессор

Ведущая организация:

Ургенчский государственный университет

Защита диссертации состоится "23" "февраля" 2022 года в "12⁰⁰" часов на заседании Научного совета DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 при Узбекском государственном университете физической культуры и спорта (Адрес: Ташкентская область, город Чирчик, улица Спортчилар, дом 19. Тел: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, факс: (0-370) 717-17-76; веб-сайт: www.uz-djti.uz, e-mail: uzdjti@uzdjti.uz. Узбекский государственный университет физической культуры и спорта, корпус "В", 2 этаж, малый зал)

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Узбекского государственного университета физической культуры и спорта (зарегистрирована под номером (211868)). (Адрес: 111709, Ташкентская область, город Чирчик, улица Спортчилар, дом 19. Тел: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, факс.: (0-370) 717-17-76; веб-сайт: www.uzdjtsu.uz,

e-mail: uzdjtsu@uzdjtsu.uz.

Автореферат диссертации разослан "9" "февраля" 2022 года.
(протокол реестра под № 7 от "9" "февраля" 2022 года)



М.Р.Болтабаев
Председатель Научного совета
по присуждению ученых степеней,
д.э.н., профессор

М.Х.Миржамолов
Ученый секретарь Научного
совета по присуждению
ученых степеней,
д.ф.п.н. (PhD), доцент

Ф.А.Керимов
Председатель научного семинара
при Научном совете по присуждению
ученых степеней, д.п.н., профессор

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Темп футбола в мире стремительно растет. Это связано с тем, что уровень физической подготовки футболистов постоянно растет, тем самым расширяя сферу деятельности на поле. Этот фактор также предъявляет высокие требования к физической подготовленности футбольных судей, что приводит к необходимости повышения уровня физической подготовки судей и улучшения качества учебно-тренировочного занятия. Футбольный судья должен уметь правильно выбирать место в эпизодах игры и справедливо оценивать процессы, происходящие в последовательности ситуаций. Эффективность действий судей в этих случаях служит показателем их физической подготовки. В мире имеется большой опыт изучения и анализа эффективности движений в игровой деятельности футбольных судей, поэтому регулирование их тренировочных нагрузок и оптимизация средств в соответствии с матчами быстрого футбола является актуальной проблемой.

Исследователи во всем мире проводят множество исследований, требований к физической подготовке при обучении футбольных судей, их психофизической подготовке, развития тактического мышления, улучшения их функциональных показателей. Способность судей управлять современным футболом, чтобы адаптироваться к интенсивной игре в развитых странах, тесно связана с достижениями науки. Исходя из приоритетного развития выносливости на подготовительных этапах, необходимо повышать физическую подготовленность судей, постоянно совершенствовать средства и методы тренировок, и в мире растет потребность в различных экспериментах по этому вопросу.

В нашей республике на различных этапах годового цикла обучения имеются недостаточно проработанные предложения и рекомендации, направленные на постоянный мониторинг физической подготовки судей и быстрое устранение проблемных моментов. В стране проводится ряд мероприятий по подготовке футбольных судей и повышению качества судейства. В целях дальнейшего совершенствования этой области, в частности, для обеспечения эффективности работы судей на поле, на встречах внутреннего чемпионата было проведено использование инновационных технологий и средств, таких как система «VAR (видео помощник судьи)»¹. Исходя из этой необходимости, важно, чтобы судьи обеспечивали высокий уровень специальной физической подготовки. В нашей стране налажен процесс применения современных методов обучения и тренировки футбольных судей. Однако было проведено мало научных исследований по контролю и развитию обучения судей. Этот факт свидетельствует о том, что все научные диссертации, которые будут выполнены в этой области, станут основой для дальнейшего развития сферы и формирования ее научной базы.

¹ Указ Президента Республики Узбекистан № ПФ-5887 от 4 декабря 2019 года «О мерах по выводу развития футбола в Узбекистане на совершенно новый уровень». Газета «Народное слово», 6 декабря, № 252

Указ Президента Республики Узбекистан от 5 марта 2018 г. № УП-5368 «О мерах по коренному совершенствованию системы государственного управления в области физической культуры и спорта», постановление Президента от 16 марта 2018 г. № ПП-3610 «О мерах по дальнейшему развитию футбола», Указ Президента Республики Узбекистан от 4 декабря 2019 г. № УП-5887 «О мерах по поднятию на совершенно новый этап развития футбола в Узбекистане», Указ Президента от 24 января 2020 г. № УП-5924 «О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан», а также в других нормативно-правовых актах, данное диссертационное исследование в определенной степени служит для реализации поставленных задач в данной сфере.

Соответствие исследований приоритетным направлениям развития науки и технологий в республике. Данная исследовательская работа выполнена в рамках приоритетного направления развития науки и технологии в Республике: «Нравственно-моральное и культурное развитие демократического и правового общества, а так же формирования, развития и реализации системы инновационных идей».

Степень изученности проблемы. Проведенный нами анализ научно-методической литературы по данной теме показывает, что был проведен ряд научных исследований, направленных на развитие и совершенствование подготовки судей в области спорта. Один из ученых нашей страны Исроилов Ш.Х., изучил деятельность волейбольных судей, и эта работа является единственной диссертацией в нашей стране². Исследования, направленные на улучшение подготовки и контроля футбольных судей, достаточно проведены в мировом опыте, и их анализ служит для обобщения идей, направленных на решение проблемы.

Зарубежные ученые пришли к выводу, что ошибки, допускаемые судьями при управлении матчем, часто связаны с недостаточной физической подготовкой, Хусаинов С.Г., Спирин А.Н. провели исследования по актуальным вопросам подготовки профессиональных судей в футболе, а так же Будогоский А.Д. провел исследование условий физической подготовки и профессионального интеллекта судей по выбору движения и позиции при судействе футбольных соревнований и реализации возможностей системы диагонального судейства.³

Кроме того, проведя исследования об организационно-педагогических аспектах организации процесса профессиональной подготовки футбольных судей, Турбина Е.А. о формировании навыков футбольных судей при начальной подготовке, Шibaева А.В. о развитии профессиональных психофизиологических качеств футбольных судей, внесли огромный вклад в

² Исроилов Ш.Х. Волейбол спорти ҳакамларининг ҳаракат фаолиятини ўрганиш «Ita-Press» 2014.Б.238-249

³ Хусаинов С.Г. Актуальные вопросы подготовки профессиональных арбитров в футболе // Теория и практика футбола. 2001. № 1. С. 21-23., Спирин А.Н. Движение и выбор позиции в судействе соревнований по футболу. М., 2003. 37 с. Будогоский А.Д. Физическая подготовленность и профессиональный интеллект арбитров как условия реализации возможностей диагональной системы судейства // Теория и практика футбола. М., 2004. №3. С. 20-24

формирование научной базы этой области⁴.

Проведен ряд опытов по контролю за деятельностью футбольных судей в развитых странах мира. Имеется богатый опыт физиологической и психологической подготовки футбольных судей. Такие ученые как Folkesson, P., Nyberg, Ahmed H., Davison G, Castagna C., Abt G., D'Ottavio S провели исследования именно в этом направлении.⁵

В настоящее время в литературе отсутствует научно обоснованная методика физической подготовки футбольных судей в годовом цикле. Имеется лишь небольшая часть учебных планов и методических указаний не имеющих достаточной научной основы для их применения. В то же время многие вопросы, характеризующие профессиональную двигательную деятельность футбольных судей, остаются неизученными.

В научной литературе нет полной информации, описывающей двигательную деятельность судей, которая должна быть основой для разработки методик физической подготовки футбольных судей. Нормы контроля, рекомендуемые для проверки уровня физической подготовленности футбольных судей, не в полной мере отражают специфику профессиональной деятельности. Во время игры деятельность судьи связана с постоянно меняющимися ситуациями на поле и требует проявления психофизиологических качеств. С другой стороны, эти нормы в основном отражают физическую подготовку, связанную с демонстрацией определенной выносливости. Отсюда следует, что футбольным судьям необходимо разработать новые стандарты контроля, отражающие характеристики их двигательной деятельности.

Многие из этих стандартов должны быть пропорциональны другим видам обучения, основанным на специальной выносливости судей. Приоритетное развитие выносливости дает возможность постоянно отслеживать эпизоды, которые проявляются с разной интенсивностью в разных частях игровой ситуации.

Обусловленность исследования диссертации планом научно-исследовательских работ высшего учебного заведения, где была выполнена диссертация. Исследование диссертации выполнено в рамках научных исследований на тему: «Разработка и совершенствование новых эффективных методов обучения квалифицированных футболистов и повышение их профессионального мастерства» по перспективному плану V-1-17 и концепции научно-исследовательских работ Узбекского государственного университета физической культуры и спорта.

⁴ Турбин Е.А. Формирование специальных навыков футбольных арбитров начальной подготовки: автореф. дис. канд. пед. наук. Малаховка, 2009. 30 с. Шибаетов А.В. Развитие профессионально значимых психофизиологических качеств футбольных арбитров: автореф. дис. канд. пед. наук. Малаховка, 2009. 23 с

⁵ Folkesson, P., Nyberg, C., (2002). Soccer referees' experience of threat and aggression: Effects of age, experience, and life orientation on outcome of coping strategy. *Aggressive Behavior*, 28, 317–327, Ahmed H., Davison G., Dixon D. (2017) Analysis of activity patterns, physiological demands and decision-making performance of elite Futsal referees during matches. 2017. Pg. 737-751. Castagna C., Abt G., D'Ottavio S. (2007) Physiological aspects of soccer refereeing performance and training. 2007. Pg. 625-646.

Цель исследования разработка предложений и рекомендаций по оптимизации программы развития специальной физической подготовки на основе развития выносливости футбольных судей.

Задачи исследования:

повышение скоростной выносливости футбольных судей за счет разработки годового плана тренировок;

совершенствование подготовки главных судей по футболу в годичном тренировочном цикле, структуры соревновательного периода, направленное на сохранение результативности за счет большой продолжительности игр;

совершенствование индивидуальных и групповых тренировок помощников футбольных судей с целью развития общей и специальной выносливости для определения ситуаций во время игры на поле;

разработка недельных и месячных микроциклов с учетом функциональных возможностей футбольных судей 1-2 категорий в период обучения.

Объект исследования: объектом исследования служат учебно-тренировочные процессы с главными судьями и помощниками судей по футболу.

Предмет исследования: процесс использования средств и методов для улучшения специальной физической подготовки футбольных судей.

Методы исследования: изучение и анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический контроль, анкетирование, педагогическое тестирование, метод экспертной оценки, инструментальный метод, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

повышение выносливости за счет введения интенсивных беговых упражнений в игровую нагрузку в специальную систему тренировок через стандартные (четко определенные дистанции и время) интервалы, основанные на общем объеме упражнений годового тренировочного цикла для повышения специальной физической подготовки футбольных судей;

в связи с малым интервалом между играми и большой продолжительностью некоторых игр в структуру периода соревнований в годичном цикле подготовки футбольных судей входит введение упражнений «Yo-Yo», направленных на сбережение энергии и функциональных возможностей организма в период сравнительной усталости для поддержания работоспособности в дополнительные минуты для улучшенного управления игрой;

способность противодействовать физическому утомлению мышечной активности путем введения ARIET, тренировки скоростной выносливости CODA для помощников судьи в соответствии с уровнем воздействия индивидуальных и групповых тренировок, направленных на развитие общей и специальной выносливости, чтобы приблизить футбольных судей к процессу определения ситуации во время игр на поле;

в отличие от повторяющегося метода на недельных и ежемесячных

микроциклах, с учетом функциональных возможностей футбольных арбитров 1-2 категории на тренировках, эффективность работы без замедления во время игры была повышена за счет развития интервальной спринтерской тренировки (настройка, перерыв между упражнениями на короткие дистанции).

Практические результаты исследования заключаются в следующем:
определены эффективные тесты, направленные на оценку специальной физической подготовки футбольных судей в годовых тренировочных циклах;
разработан комплекс упражнений, направленных на развитие специальной физической подготовки футбольных судей;

разработана методика совершенствования специальной физической подготовки футбольных судей в годовых тренировочных циклах, эффективность которой доказана на практике.

Достоверность результатов исследования. Достоверность результатов исследования подтверждается фактом получения примененных подходов, методов и теоретических данных из официальных источников, методологией (диалектического метода познания) и обоснованностью научных взглядов отечественных и зарубежных специалистов в области теории и методики физической культуры и спорта, а также на основе отзывов заслуженных тренеров, использовании дополнительных методов исследования, соответствующих целям исследования; на количественном и качественном обеспечении анализа и исследовательской задачи, репрезентативности экспериментальной работы и обработки полученных результатов методами математического и статистического анализа.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Научная значимость результатов исследования заключается в том, что научная база выбранных средств и методов их применение для повышения специальной физической подготовки футбольных судей на основе результатов, полученных в педагогических экспериментах, позволяет обогатить и расширить информационные, теоретические знания в этой области.

Практическая значимость исследования заключается в том, что разработанные по результатам исследования практические рекомендации позволяют стандартизировать нагрузки при организации подготовки футбольных судей, использовать достоверные тесты для контроля уровня специальной физической подготовки, использовать варианты тренировок в построение микроциклов на разных этапах и этапах обучения.

Внедрение результатов исследования. На основе экспериментальных исследований, направленных на повышение специальной физической подготовленности за счет развития выносливости футбольных судей;

предложения и рекомендации по повышению выносливости футбольных судей за счет разработки новых критериев оценки уровня специальной физической подготовленности с использованием инновационных технологий на ежегодных этапах тренировок, включены в учебное пособие «Теория и методика футбола», (Свидетельство под № 500-194 на основании Приказа №

500 Министерства высшего и среднего образования Республики Узбекистан от 23 ноября 2021 года). В результате специальная выносливость футбольных судей улучшилась на 13,5-14,7%;

издано учебное пособие «Теория и методика футбола на основе оптимизации нормативных показателей средств программы совершенствования специальной физической подготовки футбольных судей на основе структуры соревновательной деятельности», (Свидетельство под № 500-194 на основании Приказа № 500 Министерства высшего и среднего образования Республики Узбекистан от 23 ноября 2021 года). В результате оптимальные нормы средств выносливости футбольных судей в тренировочный период устанавливаются в объеме 15-20%;

групповая и индивидуальная тренировка применялась к тренировочному процессу футбольных судей в различных вариантах с распределением средств, направленных на развитие общей и специальной выносливости по уровням воздействия, (Справка Министерства физической культуры и спорта под № 03-17-02/9576 от 26 октября 2021 года). В результате специальная физическая подготовка футбольных судей улучшилась на 16,5-17,35%;

на основе материалов по совершенствованию методики развития специальной выносливости футбольных судей на основе моделирования игровых ситуаций издано учебное пособие «Теория и методика футбола», (Свидетельство под № 500-194 на основании Приказа № 500 Министерства высшего и среднего образования Республики Узбекистан от 23 ноября 2021 года). В результате эффективность двигательных действий судей в игре увеличилась 13,4-14,2%.

Апробация результатов исследования. Результаты данного исследования обсуждены на 2 международных и 2 республиканских научно-практических конференциях.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации было опубликовано всего 10 научно-методических работ, в том числе, 1 учебное пособие, 4 статьи в частности, 3 статьи в республиканских и 1 статья в иностранном журнале.

в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов докторских диссертаций опубликованы.

Объем и структура диссертации. Диссертация изложена на 169 страницах компьютерного текста и состоит из введения, 4 глав, 14 рисунков, 38 таблиц, 15 диаграмм, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы, приложений и исполнительных актов.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении диссертации обоснована актуальность и необходимость выбранной темы, показана обусловленность работы с приоритетными направлениями развития науки и технологий в республике, обусловленность диссертационного исследования с планами научно-исследовательских работ

высшего учебного заведения, где выполнена диссертация, изложены степень изученности проблемы, цель и задачи исследования, методы исследования, объект и предмет, научная новизна исследования, достоверность, теоретическая и практическая значимость, а также внедрение их в практику, апробация и опубликованность, сведения о структуре и объеме диссертации.

В первой главе диссертации **«Методические основы состояния изучения проблем подготовки футбольных судей в современной литературе»** раскрыты сведения о проблемах подготовки футбольных судей, классификация способов использования различных средств и методов главным и помощниками судей по характеру и направленности тренировочного процесса и использование конкретных терминов в тренировочном процессе, а также информация о нормах и объемах средств, ориентированных на выносливость, у главного и помощников судей.

Хотя в процессе изучения литературы по футболу были разработаны стандарты для определения выносливости при специальной физической подготовке судей, их реализация на практике остается проблематичной. Тот факт, что существующие рекомендации по внедрению новых стандартов контроля по исследуемой проблеме не реализуются в процессе обучения судей в нашей стране, свидетельствует о необходимости реформирования в этой системе.

По мнению Спирина А.Н., решения судьи являются ключевым рычагом контроля, если они основаны на критериальном подходе и носят коммуникативный характер. Решения, принятые судьей на основе критериального подхода, доводятся до участников игры по каналам связи и должны ими выполняться. Судья оценивает, как он или она принял свое решение, получает «отчет», повторно задействует процесс управления и принимает последующие решения.

На наш взгляд, судейство в первую очередь зависит от результативности действий игроков в играх двигательной активности. То есть во время игры все зависит от правильного решения конфликтных ситуаций и зависит от диапазона движения по полю. Во время судейства особое внимание следует уделять выбору позиции и направления движения судьями во время игры по выбору движения и позиции в футбольном судействе на основе определенного диагонального вектора (диагональная система судейства).

По мнению Бриля М.С., Будогосского А.Д., судьи должны быть профессиональными, для условий реализации возможностей физической подготовленности и диагональной системы суждений. Поддержание постоянного визуального контакта с одним помощником судьи, также необходимо занять наиболее оптимальную позицию, двигаясь от диагонального вектора, чтобы правильно оценивать происходящие игровые эпизоды.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **“Методы исследования и его организация”**, изложены данные по анализу научно-методической литературы о развитии выносливости судей при специальной физической

подготовке, использованию методов анкетирования, метод экспертной оценки, педагогического наблюдения, педагогического тестирования, инструментального метода, педагогического эксперимента по реализации исследования, математико-статистического метода по обработке полученных материалов, а также данные об организации исследования.

Исследование проводилось в три этапа:

На первом этапе (2015-2019 г.) на основе сравнительного анализа изучены нормативные документы по теме, планы годовых подготовительных программ обучения, научно-методическая литература и статистика. На основе сравнительного анализа изучена научно-методическая литература и статистические данные, определены результаты исследования на основе отзывов ведущих ученых, определены цели и задачи диссертации.

На втором этапе (январь-август 2019-2020 г.) проведены предэкспериментальные исследования. Изучены и подвергнуты педагогическому наблюдению годовые программы подготовки судей, количество занятий, объем занятий, интенсивность, содержание и направленность тренировок, результаты соревнований, физическая и функциональная подготовка и динамика их формирования. Изучены и подвергнуты педагогическому наблюдению годовые программы подготовки судей, количество занятий, объем занятий, интенсивность, содержание и направленность тренировок, результаты соревнований, физическая и функциональная подготовка и динамика их формирования. На данном этапе проанализирован объем средств повышения выносливости на этапах специальной физической подготовки судей.

На третьем этапе (с января 2021 г., до августа 2021 г.) был проведен педагогический эксперимент. К педагогической практике в экспериментальной и контрольной группах были задействованы 50 главных и помощников судей отдела подготовки судей и контролеров Ассоциации футбола Узбекистана. В педагогических экспериментах выявлено влияние специальных упражнений на развитие навыков выносливости при специальной физической подготовке судей. Кроме того, были изучены показатели их соревновательной деятельности.

В третьей главе диссертации **«Механизмы повышения качества выносливости за счет специальных упражнений подготовке судей»**, изначально судьи и специалисты отдела подготовки судей и контролеров Ассоциации футбола Узбекистана предоставили информацию по обобщению опыта специалистов (на основе анкетирования) по совершенствованию специальной физической подготовки на основе приоритетного развития выносливости. Анализ ответов респондентов опроса показал следующее.

Изначально, на вопрос «Как вы думаете, будет ли эффективным повышение специальной физической подготовки судей на основе приоритетного развития выносливости?» 40 респондента (80%) заявили, что повышение специальной физической подготовки судей на основе приоритетного развития выносливости будет эффективным, а 10 респондентов

(20%) ответили «Нет», отметив, что тесты являются неэффективным средством.

На вопрос, «Какие из практических контрольных упражнений позволяют четко оценить специальную выносливость?» 42 респондента (84%) посчитали, что тесты “Yo-Yo” помогают улучшить специальную физическую подготовку на основе приоритетного развития выносливости, а 8 респондентов (16%) отметили обратное и ответили «Нет».

На вопрос, «Вы знакомы с научными источниками, направленными на улучшение подготовки футбольных судей?» Респонденты ответили следующим образом: - 14% – 7 респондентов ответили «Да», 43 респондента, 86% ответили «Нет». Именно этот факт определяет актуальность диссертационной работы, так как способы развития специальной физической подготовки на основе приоритетного развития выносливости судей достаточно не изучены.

При изучении двигательной активности главных судей изучалась их пройденная дистанция на поле и сравнивались с международными модельными показателями. В частности, А.Н-в преодолел на 11 наблюдаемых матчах среднее расстояние 7211,5 метра. Этот результат показал, что модель отличается от показателя на (-314,8) метра. Результаты остальных судей, преодолевших расстояние, были следующими: И.И-в в 13 играх 7114,1 м (-412,2м), Р.Ч-в в 10 играх 7316,5 (-209,8), А.Р-в 7219,9м (-307,2м), А.Х-в 7121,6 м (-404,2м), Т.С-в в 11 играх, 7344,2 (-184,3м), Р.Л-н в 9 играх, 7287,0 м (239,3м), Р.К-в в 12 игрх 7421,6 м (-239,3м).

Таблица-1

Результаты исследования дистанций, пройденных судьями на поле (Метр)

Ф.И.О. судей	категория	Пройденное расстояние в поле	Ф.И.О. судей	категория	Пройденное расстояние в поле	Отличие от показателя модели (7526,3±334,7)	
						Э.Г	К.Г
Э.Г.		\bar{x}	К.Г		\bar{x}		
Н-в	1	7211,5	К-в	1	7245,4	314,8	281,1
И-в	1	7114,1	Ж-в	2	7215,3	412,2	311,2
Ч-в	1	7316,5	К-в	1	7211,9	209,8	314,4
Р-в	1	7219,9	Н-в	1	7126,2	307,2	400,1
Х-в	2	7121,6	И-в	1	7314,6	404,2	211,7
С-в	1	7344,2	Р-в	1	7244,5	184,3	281,8
Ш-в	2	7298,7	Д-в	2	7213,4	227,6	312,9
Н-в	1	7333,5	Ф-в	1	7267,2	198,8	259,1
Т-в	2	7319,1	А-в	2	7216,4	207,2	309,4
Л-в	1	7287,0	Г-в	2	7324,1	239,3	208,2
\bar{x}		7256,6	\bar{x}		7240	281,0	298,3

Анализ двигательной активности судей показал, что расстояния, пройденные нашими судьями, проводящие рабочую деятельность в 1-й и 2-й лигах и в различных играх, определили уровень их физических возможностей. Достижение высокого уровня физической подготовки является ключевым средством в спортивной практике для увеличения объема двигательной активности за счет расширения определенного диапазона движений.

В четвёртой главе диссертации «Экспериментальное обоснование эффективности средств и методов повышения специальной физической подготовки футбольных судей на основе приоритетного развития выносливости» приведена информация о материалах направленных на обоснование эффективности эксперимента путем применения средств регулирования нагрузки при организации учебных тренировок футбольных судей.

Основываясь на применении тренировочных нагрузок судей в экспериментальной группе, было установлено, что всего было применено 23 еженедельных микроцикла. Это означает, что общий объем бега на 1-м и 3-м микроциклах составляет 80 км. В эти недели объем интенсивной беговой нагрузки было установлено на уровне 6-7 км, выносливость - 4-5 часов, игровая нагрузка - 5 часов. В феврале общий объем бега на 4-7 недельных микроциклах составляло 140-145 км. Интенсивная беговая нагрузка составляла 10-12 км, выносливость - 6 часов, игровая нагрузка - 9 часов. В марте общий объем бега составил 125–140 км, объем интенсивной беговой нагрузки - 8–9 км, нагрузка на выносливость - 3 часа, игровая нагрузка и ситуационные упражнения - 7 часов. В этом же месяце стартовали матчи чемпионата, длительность судейства в которых длилось 28-30 часов.

Таблица-2

План тренировок судей экспериментальной группы.

Месяц (неделя №)	Январь (1-3)	Февраль (4 - 7)	Март (8 - 11)	Апрель (12 - 15)	Май (16 - 19)	Июнь (20 - 23)
Общий объем бега (км)	80-90	140-145	125-140	100-110	110-120	130-140
Объем интенсивной беговой нагрузки (км)	6-7	10-12	8-19	3-4	4-5	7-8
Объем нагрузки на выносливость (в часах)	4-5	6	3	2	2	2-3
Объем игровой нагрузки и ситуационных упражнений (в часах)	5	9	7	3	6	8
Объем нагрузки судейства на соревнованиях (км)	0	0	12-22	35-40	45-50	0

Соотношение методов, используемых для обучения футбольных судей на всех этапах годового тренировочного цикла, может быть разной. Однако они должны дополнять друг друга. Достижение высоких результатов зависит от комплексного использования методов, подчеркивающих только один на разных этапах и этапах подготовки.

Таблица-3

На тренировках футбольных судей экспериментальной группы представлен комплекс применяемых индивидуальных упражнений, направленных на совершенствование специальной физической подготовки.

Упражнения	Варианты исполнения	Физическая подготовка
<ul style="list-style-type: none"> - Выявление ситуаций во время игры по всему полю (жесты); - Бег на длинные дистанции; - Определение ситуации внутри штрафной зоны при беге из центра поля; - Не терять контроль над игрой, не влияя на игру; 	<ul style="list-style-type: none"> - В разных положениях; - Меняя диапазон бега; - Меняя скорость, при усиленном наблюдении; - Индивидуально, в группе; 	Развитие специальной физической подготовки с помощью специальных упражнений.
Бег на дистанцию 75 метров разными способами (начальный бег, медленный бег, бег на скорость) в 3-4 положениях;	<ul style="list-style-type: none"> - повторение; - в каждые 20 метрах меняя способ бега; 	Общая и специальная физическая подготовка, развитие ускоренной выносливости
Спринт на 40 м, (максимальный бег) 4 раза 2 серии интервал отдыха 10 секунд;	<ul style="list-style-type: none"> - Меняя способ бега; - На расстоянии 10 метров размещаются фишки, выполняется бег до первой фишки, следующий забег производится ко второй фишке и так продолжается; - производится бег спринт 10-метров и возвращается обратно; 	Специальная физическая подготовка, развитие ускоренной-силы.

Таблица-4

Структура недельных микроциклов тренировочного периода футбольных судей.

понедельник	Аэробный бег 5 - 6 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин.	
	Первая и вторая неделя	Комплекс силовых упражнений, направленных на развитие мышц живота, поясничных мышц, мышц рук.
	Третья неделя	10 - 12 раз по 60 - 80 м (развитие максимальной скорости от 90 - 95%, восстановление ЧСС до 120-130 уд/мин.
	Четвертая неделя	8 - 10 раз по 40 - 60 м (развитие максимальной скорости от 90 - 95%, восстановление ЧСС до 120-130 уд/мин.
	Разогрев тела 1 км	
вторник	Аэробный бег 5 - 6 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин.	
	Первая и вторая неделя	Комплекс силовых упражнений, направленных на развитие мышц ног (мышцы передней и задней поверхности таза и бедер, мышцы ягодиц).
	Третья и четвертая недели	Комплекс специальных прыжковых упражнений (прыжковые упражнения выполнялись в небольшом объеме на четвертой неделе).

	Разогрев тела 1 км	
среда	Отдых	
четверг	Первая и четвертая недели	Аэробный бег 8 - 12 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин.
	Вторая неделя	Аэробный бег 3 - 4 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин. Бег на высокой скорости 2 - 3 км, ЧСС 160 - 170 уд/мин. (конец расстояния (финиш) может дойти до 175 - 180 уд/мин.)
	Третья неделя	Аэробный бег 3 - 4 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин, 8 - 10 раз от 200 м, бег меняя режим питания, ЧСС 165 - 175 уд/мин (могут достигать более высоких значений в конце тренировки), восстановление 1-1,5 мин.
	Разогрев тела 1 км	
	Аэробный бег 5 - 6 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин.	
пятница	Первая неделя	Комплекс силовых упражнений, направленных на развитие мышц ног (мышцы передней и задней поверхности таза и бедер, мышцы ягодиц).
	Вторая, третья и четвертая недели	Комплекс специальных прыжковых упражнений (прыжковые упражнения выполнялись в небольшом объеме на четвертой неделе).
	Разогрев тела 1 км	
суббота	Аэробный бег 8 - 12 км, ЧСС 130 - 150 уд/мин.	
воскресенье	Отдых	

Был разработан один мезоцикл. В него вошли все учебные средства, используемые на этапах основной и специальной подготовки первого подготовительного периода. Он состоит из четырех микроциклов. Каждый микроцикл состоит из пяти дней тренировок и двух дней отдыха. На четвертой неделе были предусмотрены восстановительные микроциклы. Эффективность методики, использованной во втором тренировочном периоде, оценивалась с помощью теста “Yo-Yo” и стандартов ситуационного контроля, разработанных специально для футбольных судей. На данном этапе исследования проверялись критерии ситуационного контроля.

Тест проводился перед началом первой недели второго периода подготовки и в конце последней (восстановительной) недели.

Таблица-5

Динамика изменения в ходе эксперимента дистанций, пройденных главными судьями в 10 играх экспериментальной и контрольной групп. (Метр)

Ф.И.О. судей	категория	Кол-во игр	В начале за пройденное расстояние в поле		В конце за пройденное расстояние в поле		t	p
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Контрольная группа								
К-в	1	10	71745,39	3316,72	74347,14	3184,63	1,79	>0,05
Ж-в	2	10	68215,75	2754,46	70303,84	2484,93	1,78	>0,05
К-в	1	10	74411,58	1903,26	76192,88	1809,47	2,14	<0,05
Н-в	1	10	75426,37	3509,34	78257,43	3538,57	1,80	>0,05
И-в	1	10	71316,69	2784,96	73489,36	2697,84	1,77	>0,05
Р-в	1	10	68244,37	3167,49	70827,68	3217,68	1,81	>0,05
Д-в	2	10	76243,68	4044,36	79523,86	4136,97	1,76	>0,05
Ф-в	1	10	72267,73	2094,73	74217,59	1982,18	2,14	<0,05
А-в	2	10	69216,48	3214,56	71818,67	3184,38	1,82	>0,05
Г-в	2	10	76364,37	2696,84	78906,37	2648,64	2,13	<0,05
\bar{X}			72336,19	3003,43	74846,63	3097,67	1,84	>0,05
Экспериментальная группа								
Н-в	1	10	73311,83	3364,76	78753,69	3216,59	3,70	<0,01
И-в	1	10	69114,38	2734,63	73510,87	2484,93	3,76	<0,01
Ч-в	1	10	75256,73	4276,44	83638,46	4118,49	4,46	<0,001
Р-в	1	10	69152,44	4764,26	77084,28	4693,86	3,75	<0,01
Х-в	2	10	69136,39	3187,43	74187,36	2797,46	3,77	<0,01
С-в	1	10	75146,36	3275,97	80645,37	3205,84	3,79	<0,01
Ш-в	2	10	68084,57	4176,85	75128,36	4136,97	3,78	<0,01
Н-в	1	10	75278,89	3486,68	82646,36	3586,27	4,66	<0,001
Т-в	2	10	67483,94	3466,44	73396,48	3509,37	3,74	<0,01
Л-в	1	10	75098,47	2696,84	79594,46	2648,64	3,73	<0,01
\bar{X}			71755,41	3199,09	78130,22	3692,86	4,33	<0,001

Приведен анализ динамики изменения в ходе эксперимента статистических характеристик пройденных дистанций судьями разных категорий, входящих в контрольную группу (КГ) на соревнованиях 2018-2019 гг., в 10 играх. Приведенные в нем данные показали, что результаты испытуемых КГ в начале эксперимента по изучаемому упражнению-тесту показали, что их уровень подготовки был очень близок друг к другу, то есть уровень подготовки в группе был очень хорошим.

В частности, в начале эксперимента КГ результаты этих судей теста КГ на изучаемом тесте показали, что относительное увеличение средних арифметических значений во время эксперимента колебалось в диапазоне от 2,39% до 4,41%, среднее относительное увеличение средних арифметических значений пройденных расстояний за время эксперимента составило 3,47%.

Кроме того, статистическая достоверность среднего арифметического расстояния, пройденного судьями в 10 играх на основе критических значений распределения статистической надежности теста стьюдента в ходе эксперимента, было обнаружено, что увеличение в этой группе было

статистически низким по значимости ($p < 0,05$) у 3 из 10 испытуемых, а изменение у остальных 7 судей было статистически недостоверным ($p > 0,05$).

Аналогичная картина как и в КГ наблюдалась и в Экспериментальной группе (ЭГ) в изменении среднего арифметического расстояния, пройденного судьями на поле в 10 играх в начале эксперимента. Этот факт, в свою очередь, свидетельствует о том, что уровень подготовки испытуемых, включенных в КГ и ЭГ в начале педагогического эксперимента, был хорошим и очень близким друг к другу, а эксперимент был организован правильно.

Результаты статистической достоверности роста среднего арифметического значения выполнения теста “Уо-Уо” в «А» группе на основе критических значений распределения группы в ходе педагогического эксперимента оказались статистически достоверными и низкими для результаты 3 судей теста КГ, результатов оставшихся 7 судей оказались статистически недостоверными при нормальном уровне значимости ($p > 0,05$). (Результаты приведены в таблице 5.)

Таблица-6

Динамика изменения тестовых показателей работы главных судей экспериментальной и контрольной групп по футболу в ходе педагогического эксперимента тест УО-УО, “А” (Секунд)

№	Ф.И.О.	Категория	В начале эксперимента		В конце эксперимента		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Контрольная группа								
1	К-в	1	6,53	0,49	6,16	0,44	1,78	>0,05
2	Ж-в	1	6,74	0,44	6,39	0,42	1,82	>0,05
3	К-в	1	7,12	0,42	6,74	0,37	2,15	<0,05
4	Н-в	1	6,85	0,45	6,51	0,41	1,77	>0,05
5	И-в	2	6,94	0,38	6,63	0,37	1,85	>0,05
6	Р-в	1	7,03	0,53	6,62	0,47	1,83	>0,05
7	Д-в	2	6,93	0,34	6,58	0,39	2,14	<0,05
8	Ф-в	1	6,98	0,5	6,57	0,48	1,87	>0,05
9	А-в	2	6,13	0,41	5,82	0,36	1,80	>0,05
10	Г-в	1	6,26	0,36	5,93	0,32	2,17	<0,05
Общее среднее			6,75	0,34	6,39	0,32	2,44	<0,05
Экспериментальная группа								
1	Н-в	1	6,93	0,55	6,07	0,45	3,83	<0,01
2	И-В	1	6,47	0,38	5,87	0,31	3,87	<0,01
3	Ч-в	1	6,68	0,46	5,77	0,36	4,93	<0,001
4	Р-в	1	7,46	0,49	6,68	0,41	3,86	<0,01
5	Х-в	2	7,69	0,46	6,97	0,37	3,84	<0,01
6	С-в	1	7,18	0,55	6,31	0,45	3,88	<0,01
7	Ш-в	2	6,33	0,44	5,47	0,34	4,89	<0,001
8	Н-в	1	6,98	0,55	6,12	0,44	3,86	<0,01
9	Т-в	2	6,26	0,42	5,6	0,34	3,85	<0,01
10	Л-в	1	7,27	0,43	6,42	0,34	4,90	<0,001
\bar{X}			6,93	0,49	6,13	0,48	4,21	<0,001

Для судей в КГ общий средний показатель улучшился на 5,27% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t=2,44$, это означает, что это изменение статистически значимо при низком уровне значимости ($p<0,05$).

Результаты статистической достоверности роста среднего арифметического значения выполнения теста “Yo-Yo” в «А» группе в ходе педагогического эксперимента результаты статистической достоверности роста оказались статистически значимыми ($p<0,001$) для результатов 3 судей теста ЭГ и статистически значимыми ($p<0,01$) для результатов всех 7 оставшихся судей. (Результаты приведены в таблице 5.)

Для судей в ЭГ общий средний размер по группе улучшился на 11,51% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения равно на $t=4,21$, это означает, что это изменение статистически значимо на высоком уровне значимости ($p<0,001$).

Данные анализа динамики изменения в ходе педагогического эксперимента статистических характеристик показателей результативности нормативов теста “Yo-Yo” «А» главных судей экспериментальной группы по футболу приведены в таблице 5.

Согласно ему минимальное положительное изменение относительного прироста данных тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 8,16%, максимальное положительное изменение - 14,98%, а среднее относительное увеличение ЭГ - 12,0%.

Данные анализа динамики изменения статистических характеристик выполнения теста “Yo-Yo” группы «Б», нормативов различных категорий судей контрольной группы в ходе педагогического эксперимента приведены в таблице 6.

Согласно ему, важная статистическая характеристика, рассчитанная на основе выполнения судьями КГ теста “Yo-Yo” группы «Б» наименьшее положительное изменение относительного прироста данных тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 3,86%, наибольшее положительное изменение - 7,60%, а средний относительный прирост КГ составил 5,47%.

Для судей в ЭГ общий средний размер по группе улучшился на 11,87% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t=3,51$, это означает, что это изменение статистически значимо при среднем уровне значимости ($p < 0,01$).

Таблица-7

Динамика изменения статистических характеристик показателей результативности судей-испытателей экспериментально и контрольной групп по футболу в ходе педагогического эксперимента тест УО-УО, “Б” (метр)

№	Ф.И.О.	Категория	В начале эксперимента		В конце эксперимента		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Контрольная группа								
1	К-в	1	720,7	56,8	767,4	58,3	1,81	>0,05
2	Ж-в	1	681,5	39,7	712,6	37,4	1,80	>0,05
3	К-в	1	586,9	40,6	626,7	42,2	2,15	<0,05
4	Н-в	1	738,9	35,2	767,4	36,1	1,79	>0,05
5	И-в	2	647,16	41,04	682,09	35,53	1,78	>0,05
6	Р-в	1	647,16	41,04	682,09	40,53	1,83	>0,05
7	Д-в	2	647,16	41,04	682,09	41,10	1,84	>0,05
8	Ф-в	1	647,16	41,04	682,09	41,62	1,85	>0,05
9	А-в	2	647,16	41,04	682,09	41,78	1,86	>0,05
10	Г-в	1	647,16	41,04	682,09	41,80	1,87	>0,05
Общее среднее			647,16	41,04	682,09	41,82	1,89	>0,05
Экспериментальная группа								
1	Н-в	1	748,7	58,9	851,4	60,4	3,85	<0,01
2	И-в	1	754,9	42,4	829,2	43,6	3,86	<0,01
3	Ч-в	1	596,7	41,3	686,4	42,2	4,80	<0,001
4	Р-в	1	769,4	36,7	832,2	36,1	3,84	<0,01
5	Х-в	2	758,4	43,9	834,9	44,8	3,87	<0,01
6	С-в	1	622,9	42,7	716,2	43,8	4,82	<0,001
7	Ш-в	2	608,4	28,6	669,4	27,8	4,81	<0,001
8	Н-в	1	598,4	39,7	666,7	39,7	3,80	<0,01
9	Т-в	2	594,9	46,3	676,8	48,4	3,87	<0,01
10	Л-в	1	763,8	43,9	862,6	46,7	4,87	<0,001
Общее среднее2			681,65	50,64	762,58	52,47	3,51	<0,01

Данные анализа динамики изменения в ходе педагогического эксперимента статистических характеристик выполнения нормативов теста “Agiet” помощников судьи контрольной группы по футболу приведены в таблице 7.

Согласно приведенным там данным, одна из статистических характеристик, рассчитанных на основе выполнения теста КГ судей “Agiet”, минимальное положительное изменение относительного роста этих тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 3,76%, максимальное положительное изменение - 7,51%, а среднее относительное увеличение КГ - 5,39%.

Результаты статистической достоверности роста среднего арифметического значения выполнения теста “Agiet” в ходе педагогического эксперимента, оцененные на основе критических значений распределения теста студента, оказались статистически низкими ($p < 0,05$) для результатов 3 судей КГ оказался статистически надежным и статистически недостоверным

при нормальном уровне значимости ($p < 0,05$) для результатов всех 7 оставшихся судей.

Таблица-8

**Динамика изменения статистических характеристик работы помощников судьи по футболу в ходе педагогического эксперимента
Тест "Ariet" (Метр)**

№	Ф.И.О.	Категория	В начале эксперимента		В конце эксперимента		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Контрольная группа								
1	Ж-в	1	2856,6	188,74	3009,76	193,87	1,79	>0,05
2	Н-в	1	2911,4	220,34	3091,74	223,74	1,82	>0,05
3	О-в	1	3268,7	192,77	3455,66	194,87	2,16	<0,05
4	С-в	1	2714,7	134,88	2816,87	123,46	1,77	>0,05
5	А-в	2	2916,8	232,74	3102,16	231,96	1,78	>0,05
6	Н-в	1	3284,6	187,47	3434,78	183,09	1,81	>0,05
7	В-в	2	3342,8	163,74	3495,69	152,86	2,16	<0,05
8	Н-о	1	3287,4	182,88	3434,97	178,56	1,83	>0,05
9	О-в	2	2827,7	186,26	2979,56	181,74	1,85	>0,05
10	С-в	1	3367,9	258,86	3620,94	264,86	2,16	<0,05
Общее среднее			3077,86	200,64	3244,21	203,49	1,84	>0,05
Экспериментальная группа								
1	Б-в	1	2814,74	164,86	3098,84	163,84	3,87	<0,01
2	Й-в	1	2874,69	227,76	3271,86	232,78	3,86	<0,01
3	Й-в	1	3359,84	231,48	3874,83	246,74	4,81	<0,001
4	Н-в	1	2816,74	136,89	3046,74	128,64	3,89	<0,01
5	К-в	2	2784,94	217,86	3167,94	224,77	3,84	<0,01
6	Х-в	1	3379,83	233,66	3787,47	238,73	3,83	<0,01
7	Т-в	2	3489,62	206,86	3933,68	202,59	4,85	<0,001
8	Н-в	1	3386,69	163,83	3668,74	162,84	3,88	<0,01
9	А-в	2	2816,49	221,79	3205,83	229,87	3,82	<0,01
10	Н-н	1	3497,48	238,96	4014,78	247,49	4,76	<0,001
Общее среднее			3122,11	320,58	3507,07	382,88	3,85	<0,01

Для судей в КГ во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента общий средний показатель улучшился на 5,40%.

Однако для этого относительного изменения $t=1,84$, это означает, что изменение статистически недостоверно при нормальном уровне значимости ($p > 0,05$).

Данные анализа динамики изменения в ходе педагогического эксперимента статистических характеристик выполнения нормативов теста

“Ariet” помощников судьи контрольной группы по футболу приведены в таблице 7.

Согласно приведенным там данным, одна из статистических характеристик, рассчитанных на основе выполнения теста ЭГ судей “Ariet”, минимальное положительное изменение относительного прироста данных тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 8,17%, максимальное положительное изменение - 14,79%, при этом средний относительный прирост ЭГ составил 12,29%.

Результаты статистической достоверности роста среднего арифметического значения выполнения теста “Ariet” в ходе педагогического эксперимента, оцененные на основе критических значений распределения теста стьюдентов, оказались статистически низкими ($p < 0,001$) для результатов 3 судей КГ, и статистически надежными с хорошим уровнем значимости и статистически недостоверным при нормальном уровне значимости ($p < 0,01$) для результатов всех 7 оставшихся судей.

Для судей в ЭГ общий средний размер по группе улучшился на 12,33% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t = 3,85$, это означает, что это изменение статистически значимо при низком уровне значимости ($p < 0,01$).

Данные по анализу динамики изменения в ходе педагогического эксперимента статистических характеристик показателей соответствия нормам теста “Coda” помощников судей контрольной группы приведены в таблице 8.

Согласно полученным данным, одной из статистических характеристик, рассчитанных на основе выполнения судьями КГ теста “Coda”, минимальное положительное изменение относительного роста этих тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 3,60%, максимальное положительное изменение - 10,15%, а среднее относительное увеличение КГ - 6,33%.

Для судей в КГ общий средний показатель улучшился на 6,29% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t = 1,84$ это означает, что это изменение статистически недостоверно при нормальном уровне значимости ($p > 0,05$).

Данные анализа динамики изменения в ходе педагогического эксперимента статистических характеристик показателей результативности нормативов теста “Coda” помощников судей экспериментальной группы приведены в таблице 8.

Согласно полученным данным, одной из статистических характеристик, рассчитанных на основе выполнения судьями КГ теста “Coda”, минимальное положительное изменение относительного прироста данных тестовых показателей за время педагогического эксперимента составило 8,17%, максимальное положительное изменение - 15,57%, а среднее относительное увеличение ЭГ - 12,40%.

Таблица-9

**Динамика изменения статистических характеристик показателей
контрольных норм помощников судьи по футболу в ходе педагогической
практики экспериментальной и контрольной групп
тест “Coda” (Метр)**

№	Ф.И.О.	Категория	В начале эксперимента		В конце эксперимента		t	P
			\bar{X}	σ	\bar{X}	σ		
Контрольная группа								
1	Ж-в	1	1056,7	60,84	1104,76	59,84	1,78	>0,05
2	Н-в	1	1261,8	59,4	1307,24	55,38	1,77	>0,05
3	О-в	1	1186,4	93,83	1306,46	95,74	2,83	<0,05
4	С-в	1	1244,8	82,16	1311,67	83,71	1,80	>0,05
5	А-в	2	1304,7	72,97	1364,08	73,16	1,82	>0,05
6	Н-в	1	1117,9	86,98	1231,36	92,35	2,83	<0,05
7	В-в	2	1002,7	68,59	1091,27	72,37	2,81	<0,05
8	Н-о	1	958,8	46,8	995,64	45,33	1,79	>0,05
9	О-в	2	1024,4	57,69	1071,26	57,86	1,81	>0,05
10	С-в	1	964,8	75,68	1039,26	78,26	2,16	<0,05
Общее среднее			1112,3	86,28	1182,3	84,07	1,84	>0,05
Экспериментальная группа								
1	Б-в	1	2814,74	164,86	3098,84	163,84	3,87	<0,01
2	Й-в	1	2874,69	227,76	3271,86	232,78	3,86	<0,01
3	Й-в	1	3359,84	231,48	3874,83	246,74	4,81	<0,001
4	Н-в	1	2816,74	136,89	3046,74	128,64	3,85	<0,01
5	К-в	2	2784,94	217,86	3167,94	224,77	3,83	<0,01
6	Х-в	1	3379,83	233,66	3787,47	238,73	3,84	<0,01
7	Т-в	2	3489,62	206,86	3933,68	202,59	4,85	<0,001
8	Н-в	1	3386,69	163,83	3668,74	162,84	3,82	<0,01
9	А-в	2	2816,49	221,79	3205,83	229,87	3,88	<0,01
10	Н-н	1	3497,48	238,96	4014,78	247,49	4,76	<0,001
Общее среднее			3122,11	313,64	3507,07	322,17	3,87	<0,01

Результаты статистической достоверности роста среднего арифметического значения выполнения теста “Coda” в ходе педагогического эксперимента, оцененные на основе критических значений распределения стьюдентов, оказались статистически высокими ($p < 0,001$) для результатов 4 судей ЭГ, и статистически надежными с хорошим уровнем значимости и статистически недостоверным при нормальном уровне значимости ($p < 0,01$) для результатов всех 6 оставшихся судей.

Для судей в ЭГ общий средний размер по группе улучшился на 12,45% во время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t=3,87$, это означает, что это изменение статистически значимо при среднем уровне значимости ($p < 0,01$).

Результаты анализа двигательной активности судей на поле будут оцениваться на основе полученных ими баллов. По этим баллам можно оценить их работу, определить эффективность применяемых средств. Эти баллы основывались по специально разработанной шкале (таблица-9).

Согласно анализу результатов предэкспериментального и послеекспериментального исследования, представители контрольной группы в общей сложности набрали 76,6 балла в различных наблюдаемых матчах. В первом матче был установлен на уровне 7,9 балла. До эксперимента лучший результат был зафиксирован в контрольной группе (Ж-в 8.3б – И-в 8.5б Ф-в 8.4б. После эксперимента результат зафиксирован Ж-в 8.4б – Н-в 8.3б Р-в 8.4б Г-в 8.1 б) и получены оценки выше 8,0. Начальный суммарный балл в экспериментальной группе составил 105,1 балла. Средний балл в группе составил 7,8.

Таблица-10

Показатели оценки работы главных судей по футболу закрепленных в экспериментальных и контрольных группах. (Балл)

№	Ф.И.О	Количество игр		Общий балл		Средний балл	
		Д.н.	П.н	Д.н.	П.н	Д.н.	П.н
Контрольная группа							
1	К-в	11	14	85,3	110,6	7,6	7,6
2	Ж-в	12	13	97,4	107,9	8,0	8,0
3	К-в	10	12	75,4	92,80	7,4	7,4
4	Н-в	14	11	106	86,50	7,5	7,5
5	И-в	11	13	92,4	111,7	8,2	8,2
6	Р-в	12	12	97,2	98,90	8,0	8,0
7	Д-в	12	14	91,2	110,8	7,6	7,6
8	Ф-в	10	12	80,9	98,20	8,6	8,5
9	А-в	8	11	66,4	94,80	8,3	8,3
10	Г-в	10	12	74,6	92,60	7,7	7,7
	\bar{X}	11,00	12,40	86,71	100,48	7,8	7,8
	σ	1,63	1,07	12,40	9,11	0,32	0,32
	V	14,85	8,67	14,30	9,06	4,35	4,14
	t	2,26		2,83		1,80	
	P	<0,05		<0,05		>0,05	
Экспериментальная группа							
1	Н-в	12	15	98,40	133,5	8,2	8,9
2	И-в	11	15	94,80	134,4	7,9	8,9
3	И-в	14	17	107,8	119,1	7,7	8,5
4	Р-в	10	13	92,40	109,8	8,4	8,4
5	Х-в	11	12	79,20	98,20	7,2	8,4
6	С-в	13	16	98,80	111,7	7,6	7,8
7	Ш-в	12	14	94,98	107,8	7,9	8,0
8	Н-в	11	13	89,10	100,8	8,1	7,7
9	Т-в	14	16	119,1	136,8	8,5	9,1
10	Л-в	10	13	81,90	110,7	8,2	8,4
	\bar{X}	11,80	14,40	95,64	116,27	7,9	8,4
	σ	1,48	1,65	11,66	14,09	0,39	0,47
	V	12,51	11,43	12,20	12,12	4,95	5,58
	t	3,72		3,57		2,38	
	P	<0,01		<0,01		<0,05	

Анализ динамики изменения статистических характеристик оценки работы главных судей футбола контрольной группы в ходе педагогического эксперимента приведен в таблице 9. Согласно данным приведенным в таблице, если судьям КГ в начале педагогического эксперимента была предоставлена возможность провести в среднем 11 игр, но к концу эксперимента этот показатель увеличился до 12,4 (12,73% по сравнению с началом эксперимента), во время этих игр работа судей была оценена в 86,71 балла в начале эксперимента и 100,48 балла в конце (рост на 15,88% по сравнению с началом эксперимента). При этом средняя оценка судей в каждой игре в начале эксперимента составляла 7,9 балла, а в конце эксперимента - 8,1 балла (рост на 2,67% по сравнению с началом эксперимента).

Главным судьям ЭГ в начале педагогического эксперимента была предоставлена возможность провести в среднем 12 игр, но к концу эксперимента этот показатель увеличился до 13,6 (рост на 13,33% по сравнению с началом эксперимента), а в конце - 115,07 балла (рост на 20,31% по сравнению с началом эксперимента). При этом средняя оценка судей в каждой игре в начале эксперимента составляла 7,9 балла, а в конце эксперимента - 8,4 балла (на 5,80% больше, чем в начале эксперимента, в 2 раза больше, чем в КГ).

По результатам оценки прироста среднеарифметических значений за время эксперимента на основе критических значений распределения теста студента, наблюдался прирост количества судейских игр КГ ($t=2,26$) и суммарной оценки ($t=2,83$) является статистически значимой ($p<0,05$), а увеличение средней оценки было статистически недостоверным ($t = 1,80$ и $p>0,05$).

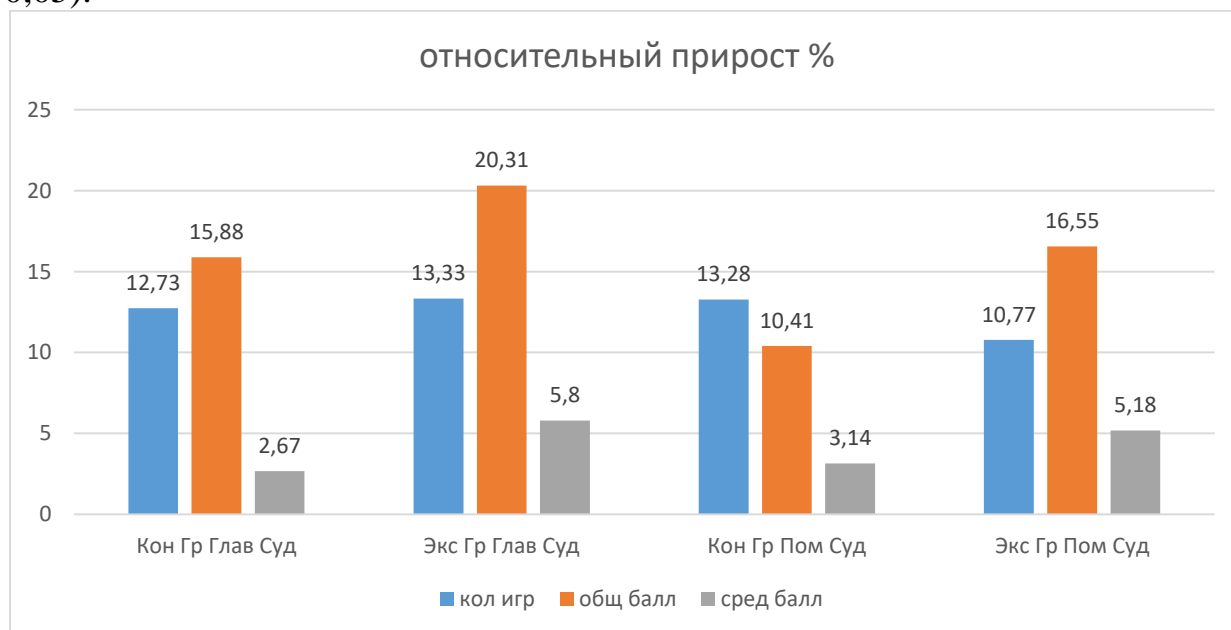


Рисунок-1. Сравнение относительного роста показателей результативности главных судей по футболу контрольной и экспериментальной групп в ходе педагогического эксперимента.

По результатам оценки прироста среднего арифметического всех изученных показателей в ходе эксперимента, количества игр судей ЭГ ($t = 3,72$), прироста общего балла ($t = 3,57$) и средняя оценка ($t = 2,38$) рост оказался статистически значимым при низких уровнях значимости ($p < 0,05$), и было обнаружено гораздо большее положительное и надежное изменение в ЭГ, чем в КГ.

ВЫВОДЫ

1. Анализ отечественной и зарубежной научной и учебной литературы по исследуемой проблеме позволил выявить еще не исследованные аспекты при организации тренировок футбольных судей что позволил выявить определения проблемы в подготовке судей по футболу.

2. Выявлены факторы, влияющие на качество судейства, в том числе показатели эффективности судебного мастерства, практических навыков, техники и методов судейства. Получена информация о количестве ошибок, допущенных судьями при выявлении нарушений со стороны игроков, что легло в основу разработки программы тренировки футбольных судей начальной подготовки.

3. Данные педагогических наблюдений и анкетирование тренеров показали, что существуют проблемы с применением научных основ для организации подготовки футбольных судей и использования эффективных тестов для оценки специальной физической подготовленности, использования средств и стандартизации тренировок и нагрузок.

4. По результатам исследования расстояний, пройденных судьями перед экспериментом, у главных судей зафиксирован средний результат $\bar{x} = 7245$ м, что меньше модельного показателя на $\bar{x} = 281$ ($\bar{x} = 7526$ м). У помощников судьи этот показатель составил $\bar{x} = 2946$ м, что ниже, чем у модельного показателя на ($\bar{x} = 3144$ м). По результатам специальных контрольных стандартов при первичном тестировании было установлено, что около 45% главных судей, то есть 9, прошли принятые контрольные стандарты с неудовлетворительными баллами. Неудовлетворительно сдали испытания 40% (8) помощников судей. Эти результаты стали основой для определения направлений исследований.

5. Усовершенствована программа специальной подготовки, разработанная для футбольных судей на разных этапах тренировочного периода, и определено содержание процесса формирования специального судейского мастерства футбольных судей. Применение тренировочной нагрузки судей в экспериментальной группе потребовало интенсивной беговой нагрузки 6-7 км, нагрузки на выносливость 4-5 часов, игровой нагрузки 5 часов. В феврале месяце общий пробег на 4-7 недельных микроциклах составил 140-145 км. Интенсивная беговая нагрузка составляла 10-12 км, нагрузка на выносливость - 6 часов, игровая нагрузка - 9 часов. В марте месяце общий беговой объем составил 125-140 км, интенсивность беговой нагрузки - 8-9 км, выносливость - 3 часа, игровая нагрузка и ситуационные упражнения - 7 часов.

6. При организации тренировок по экспериментальной программе были увеличены нагрузки футбольных судей с акцентом на особенности их игровой деятельности, а также разработаны методы применения микроциклов в различных вариантах на целевые функции по уровням воздействия (аэробный, смешанный, анаэробно-гликолитический, анаэробно-лактатный).

7. По результатам послеэкспериментального тестирования судей общая средняя численность судей в КГ улучшилась на 5,40% за время педагогического эксперимента по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t=1,41$, это означает, что изменение статистически недостоверно при низком уровне значимости ($p>0,05$). У судей из ЭГ оценка относительного изменения составила $t=3,71$, это означает, что изменение было статистически значимым на высоком уровне значимости ($p<0,01$). Результат помощников судей в ЭГ улучшились на 12,33% по сравнению с началом эксперимента. Однако для этого относительного изменения $t=2,44$, это означает, что это изменение статистически значимо при низком уровне значимости ($P <0,05$).

8. Согласно анализу результатов после экспериментальных оценок судей в разных матчах, наблюдалось увеличение средней оценки судей КГ было статистически недостоверным ($t=1,8$ и $P>0,5$). Количество судейских игр ЭГ ($t=1,95$) было статистически недостоверным при нормальной значимости, с низкими и средними баллами по общему баллу ($t=2,38$ и $p <0,05$) и ($t = 3,57$ и $p <0,01$). Тот факт, что рост является статистически значимым на хорошем уровне значимости, и то, что положительное и надежное изменение в ЭГ намного больше, чем в КГ, демонстрирует эффективность экспериментальных методов, используемых в ЭГ.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.

Принимая решение об организации тренировочного процесса футбольных судей, необходимо постоянно контролировать их подготовку. Тот факт, что судья должен соблюдать правила контроля в своей работе, требует, чтобы он всегда имел высокий уровень физической подготовки.

В результате исследования могут быть даны следующие рекомендации по повышению эффективности подготовки футбольных судей:

1. Помимо теоретической и физической подготовки футбольных арбитров, желательно использовать специальные приемы, значительно улучшающие их зрительное восприятие, зрительную память и тактическое мышление. Решение тактических задач с помощью компьютерных программ должно стать неотъемлемой частью начальной подготовки футбольных судей.

2. При практическом использовании таких приемов необходимо выявить индивидуальные особенности зрительного восприятия и зрительной памяти, позволяющие конкретизировать педагогические средства с учетом сложности и продолжительности игровых моментов. При этом необходимо следовать общепедагогическим принципам последовательности и существования: от простого к сложному, от известного к неизвестному.

3. Футбольным судьям целесообразно использовать метод начальной подготовки с переходом на самостоятельную работу в рамках тренировочных занятий. Переход от одного упражнения к другому происходит строго последовательно, так как это упражнение усвоено полностью. Продолжительность одного занятия определяется индивидуальными особенностями и способностями судьи, но не должна приводить к утомлению зрительного анализатора. Критерием продолжительности занятия может быть показатель скорости реакции, мышления, концентрации внимания. Количество тренировок этого типа в недельном цикле - 2-4 раза.

**SCIENTIFIC COUNCIL AWARDING SCIENTIFIC DEGREES
DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 in UZBEK STATE UNIVERSITY
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

UZBEK STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

KUTLIMURATOV IZZATBEK KHUSHNUDOVICH

**IMPROVING SPECIAL PHYSICAL TRAINING OF FOOTBALL
REFEREES ON THE BASIS OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT**

13.00.04 - Theory and methods of physical education and sport training

**DISSERTATION ABSTRACT OF THE DOCTOR OF PHILOSOPHY (PhD)
ON PEDAGOGICAL SCIENCES**

The theme of Doctor of Philosophy dissertation (PhD) was registered at the Supreme Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan under number B2021.1.PhD/Ped.1848.

The dissertation has been prepared at the Uzbekistan State University of Physical Education and Sport.

The abstract of the dissertation is posted in three languages (Uzbek, Russian, English (summary)) on the website (www.uzdjtsu.uz), as well as the information and educational portal at (www.ziyonet.uz).

Scientific supervisor: **Abidov Shavkat Usmonovich**
Candidate of pedagogical Sciences, docent

Official opponents: **Koshibakhtiev Ildar Ahmedovich**
Doctor of pedagogical sciences, professor

Akramov Jasur Anvarovich
Candidate of pedagogical sciences., professor

Leading organization: **Urgench State University**

The dissertation will be defended on 23th February 2022 year at 12⁰⁰ o'clock at the meeting of Council DSc.03/30.12.2019.Ped.28.01 under Uzbek State University of Physical Education and sport. (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Sportchilar street 19. Tel.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, Fax: (0-370) 717-17-76, web-site: www.uzdjtsu.uz, e-mail: uzdjtsu@uzdjtsu.uz. Uzbek State University of Physical Education and sport, building "B", the 2nd floor, small conference hall.

The dissertation has been registered at the Information-resource centre of the Uzbek state university of physical education and sport (registered on 211868). (Address: 111709, Tashkent region, Chirchik city, Sportchilar street 19. Tel.: (0-370) 717-17-79, 717-27-27, fax: (0-370) 717-17-76).

Abstract of the dissertation sent out on 9th February 2022 y.
(Register Protocol № 7 " 9 " February 2022 y.)



M.R. Boltabayev
Chairman of the scientific council
awarding scientific degrees,
doctor of economic sciences, professor

M.X. Mirjamalov
scientific secretary of the scientific council for
awarding of academic degrees
doctor of philosophy, docent

F.A. Kerimov
Chairman of the scientific seminar under the
scientific council that gives the scientific degrees,
doctor of pedagogical sciences, professor

INTRODUCTION (abstract of PhD thesis)

The aim of the research is based on the development of an annual training plan and set of exercises aimed at improving the endurance quality of football referees.

The object of research is the process of training with the referee and two linesmen on football.

The subject of research is the process of using the tools and methods to improve the special physical training of football referees.

The scientific novelty of the research is:

Improving the endurance qualities by introducing intensive running training in the game load into a special training system through standard (clearly defined distance and time) intervals based on the total exercise volume of the annual training cycle to increase the special physical training of football referees;

Due to the tight interval between games and the long duration of some games, the structure of the competition period in the annual training cycle of football referees includes the introduction of "Yo-Yo" exercises aimed at saving energy and functional capacity of the body in the period of comparative fatigue to maintain efficiency in extra minutes. improved game control;

Ability to counteract physical fatigue in muscle activity by introducing ARIET, CODA speed endurance training to assistant referees according to the level of exposure of individual and group trainings aimed at developing general and special endurance to bring football referees closer to the process of determining the situation during the game on the field improved;

In contrast to the repetitive method on weekly and monthly microcycles, taking into account the functional capabilities of category 1-2 football referees during training, the efficiency of work without slowing down during the game was increased due to the development of interval sprint training (setting a break between each exercise at short distances).

The implementation of the research results.

Based on experimental research aimed at improving the physical fitness of football referees by developing their endurance:

Improving the endurance of football referees by developing new criteria for assessing the level of special physical training using innovative technologies in the annual training stages of football referees. It is included in the textbook "Arbitration Methodology" (Certificate No. 500-194 on the basis of the order of the Ministry of Higher and Secondary Education of the Republic of Uzbekistan dated November 23, 2021 No. 500). As a result, the special endurance of football referees has improved by 13.5-14.7%;

Organization and holding of competitions "Development of pedagogical skills of sports" (football) on the basis of optimizing the normative indicators of the program tools aimed at improving the special physical training of football referees on the basis of the structure of competition activities. A textbook entitled Arbitration Methodology has been published (Certificate No. 500-194 on the basis of Order No. 500 of the Ministry of Higher and Secondary Education of the Republic of Uzbekistan dated November 23, 2021). As a result, the optimal standards of football referees in the training period of endurance-oriented means are set at 15-20%;

Group and individual training was introduced into the training process of football referees in different variants by allocating funds for the development of general and special endurance according to the level of impact (Reference number 03-17-02 / 9576 of the

Ministry of Tourism and Sports of the Republic of Uzbekistan dated October 26, 2021). As a result, the special physical training of football referees has improved by 16.5-17.35%;

On the basis of materials on improving the development of special endurance of football referees based on modeling of game situations published a textbook "Improving the pedagogical skills of sports" (football). Certificate No. 500-194 on the basis of Order No. 500 of November). As a result, the efficiency of the referees' movement in the game increased from to 13,4-14,2%.

The structure and the volume of the dissertation. The dissertation consists of an introduction, four chapters, a conclusion, practical recommendations, a list of references and appendices. The volume of the dissertation is 169 pages and includes 38 tables, 15 diagrams, 14 figures and introductory acts.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК О ПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (I часть; I part)

1. Qutlimuratov I.X. Effectiveness of methods for improving the speed endurance of chief referees in football. Eurasian Journal of sport science 2021. [13.00.04 №2]

2. Қутлимуратов И.Х. Футбол академиясига 9-10 ёшли футболчиларни танлаб олишнинг замонавий мезонлари. Фан-спортга 2020. 8-сон Б. 55-58 . [13.00.04 №16]

3. Қутлимуратов И.Х. Футбол бўйича бош ҳакамларнинг тезкор чидамкорлигини ошириш усуллари самарадорлиги. Фан-спортга 2021. 5-сон Б. 17-20. [13.00.04 №16]

4. Қутлимуратов И.Х. Футбол бўйича ҳакамларнинг ўйиндаги ҳаракат фаолиятини ўрганиш натижаларини таҳлил қилиш. Педагогика ва психологияда инновациялар УзМУ, 2021. 2-сон Б. 4-8 [13.00.01 №2]

5. Qutlimuratov I.X. Physical training of assistant referees on football increase. Cutting-edge science January, 2021. USA, Pg. 36-37. International scientific and practical conference

6. Qutlimuratov I.X Tools and methods to increase the endurance of football referees. Integration into the world and connection of sciences. 2021. Баку, Pg 53-55. International scientific and practical conference

7. Қутлимуратов И.Х. Футбол бўйича ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлигини ошириш йўллари. Республика илмий-амалий анжуман. Ўзбекистон олимлари ва ёшларининг инновацион илмий-амалий тадқиқотлари. Тошкент 2021. 24-сон Б. 7-8.

8. Қутлимуратов И.Х. Футбол бўйича ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлик даражасини аниқлаш. Республика илмий-амалий анжуман. Ўзбекистон олимлари ва ёшларининг инновацион илмий-амалий тадқиқотлари. Тошкент 2021. 24-сон Б. 9-10

II бўлим (II часть; II part)

9. Қутлимуратов И.Х. Футболнинг ривожланиш тарихи, мусобақаларни ташкил этиш ва ўтказиш. Ҳакамлик қилиш усулияти. Ўқув қўлланма. Ч.; ЎзДЖТСУ 2021.-168 б.

10. Қутлимуратов И.Х. Футболчиларнинг турли йўналишлардаги тўпни ошириб бериш ҳаракатларини ўрганиш. Academic research in educational sciences April, 2021. 1-сон –Б. 161-166.

11. Қутлимуратов И.Х. Футбол бўйича ҳакамларнинг тезкор чидамкорлигини ошириш усуллари самарадорлиги. Academic research in educational sciences April, 2021. 2-сон Pg. 1876-1883.

12. Қутлимуратов И.Х. Development of professional higher sport management educational institutions. Инновационное развитие. Пермь 2017. -Б 114-115.

13. Abdikadirova N.S., Nurillaeva D.S., Azamova M.G., Jabborova S.R., Bobomuradov B.K., Kutlimuratov I.X. Football in uzbekistan: law, leisure and sociology. Scopus. Science, arts, business and education – (icssabe-21) 2021. Dubai, UAE. Pg 1995-2002 .

14. Қутлимуратов И.Х. Боғибеков А.О. Футбол бўйича ҳакамларнинг жисмоний тайёргарлигини ошириш. Ёшлар орасида жисмоний тарбия ва оммавий спортни янада ривожлантириш истиқболлари. 2018.- Б. 122-123.

15. Қутлимуратов И.Х. Ибодов А. Футбол бўйича ҳакамларни тайёрлаш тизими. Футбол спортида илмий тадқиқотлар ва футболнинг ривожланиши. Тошкент 2017. –Б. 98-99.

16. Қутлимуратов И.Х. Спортчиларда жисмоний имкониятларини ошириш ва юрак қон томири қассалиқларининг олдини олиш. Проблемы физической культуры и спорта студенческой молодежи. Ташкент 2016. -Б. 189-191.

17. Қутлимуратов И.Х. Футбол мактабларига ёш футболчиларни танлаб олишнинг аҳамияти. Жисмоний тарбия ва спорт. 2017.- Б. 262-263.

18. Қутлимуратов И.Х. К вопросу развития детского спорта в Узбекистане. Теоретические и практические проблемы развития современной науки. Махачкала, 2015.- Б. 180-182.

Автореферат «Фан-Спортга» журнали таҳририяида таҳрирдан ўтказилиб,
ўзбек, рус ва инглиз тилларидаги матнлар ўзаро мувофиқлаштирилди.

Босмахона лицензияси:



9338

Бичими: 84x60 ¹/₁₆. «Times New Roman» гарнитураси.
Рақамли босма усулда босилди.
Шартли босма табағи: 3,5. Адади 100. Буюртма № 1/22.

Гувоҳнома № 851684.
«Тирограф» МЧЖ босмахонасида чоп этилган.
Босмахона манзили: 100011, Тошкент ш., Беруний кўчаси, 83-уй.