

VOLEYBOL BO'YICHA SPORT SEKSIYASI ISHINI TASHKIL ETISHNING DOLZARB MASALALARI

10.53885/edinres.2022.52.39.038

Xasanov A.T. ped.f.b.f.dok.(PhD), dotsent, FarDU

Sulaymonov J.S. magistrant, FarDU

Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya dasturining ma'lum qismini sport o'yinlari tashkil qiladi. Sport o'yinlaridan foydalanib o'tiladigan mashg'ulotlar o'quv tarbiyaviy va sog'lomlashtirish masalalarini hal etishga qaratilgan. Voleybol o'yini ham turli tuman harakatlardan iborat va shuning uchun xam jismoniy tarbiya vositasi sifatida tavsia qilingan. O'quvchilarni jismoniy tarbiyalash jarayonida voleybol seksiyasi ishini tahlili, undan etarlicha samarali qo'llanmaganligini ko'rsatadi, aslida esa bu usul o'qitish va tarbiyalash jarayonida muhim ahamiyatga ega Jismoniy tarbiya jarayonida voleybol seksiyasi faoliyatidan foydalangan holda uning samarasi va natijalarini oshirish ilmiy – tadqiqot yo'nalishini dolzarb mavzu vazifasidir.

Tadqiqotdan maqsad, o'quvchilarni jismoniy tarbiyalash jarayonida o'tkazilgan voleybol seksiyasi ishining samarasini oshirishga ta'sir qiluvchi ilmiy –metodik me'yor va sharoitlarni yaratishga ko'maklashish.

Bir – biriga bog'liq o'zaro muammolar majmuasini hal qilish va tadqiqotlarning maqsadiga erishish uchun quyidagi vazifalar qo'yiladi.

1. Voleybol o'yinlarini o'tkazish bilan uni to'g'ri tushuntirish o'rtasidagi bog'liqlikni aniqlash.

2. Voleybol mashg'ulotlarini o'tkazish samaradorligini oshirishga qaratilgan izchil tamoillar uzviyiligini ta'minlash.

3. Voleybol mashg'ulotlari, ularning murakkabligi va qo'yilgan maqsadlariga qarab, samarali amalga oshirishning asosiy jihatlarni belgilash.

Qo'yilgan vazifalarni amalga oshirish uchun quyidagilardan foydalaniladi:

- adabiy ma'lumotlar va ilg'or tajribalardan foydalanish, tahlil qilish va umumlashtirish;

- pedagogik kuzatuvlar;

- matematik statistika usullari.

Biz "kelajagi buyuk davlat qurish" yo'lidan borar ekanmiz, bolalarda juda kichik yoshdan boshlab, ya'ni yangi harakat malakalarini o'zlashtirish uchun eng kata imkoniyatlar mavjud bo'lgan vaqtdan tarbiyalash, ularda jismoniy tarbiya asoslarini vujudga keltirish kerak.

Chunki bu yoshda ularning markaziy asab tizimlari juda egiluvchan bo'ladi, shuning uchun bu yoshdagi bolalarda shartli reflekslar osonlik bilan paydo bo'ladi. Juda kichik yoshdagi bolalarni jismoniy mashqlarni muntazam ravishda bajarib borishi, ularni har kuni bajarish odatini hosil qiladiki, bu salomatlik uchun muhim ahamiyatga egadir.

Hozirgi vaqtda hamma joyda, shu jumladan maktablar, kasb-hunar maktablari, oliy o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarning ahamiyati ancha ortib ketdi. Bunga sabab odamlardagi harakatli faoliyat kamayib ketganligi (gipokineziya) dir. Avtotransportning rivojlanib ketganligi, ishlab – chiqarish va turmushga ilmiy – texnika taraqqiyoti tufayli qo'lga kiritilgan yutuqlarning tadbiiq etilishi, yashash sharoitlarining yaxshilanishi kompyuter texnikasining kirib kelishi muskul faoliyatining ancha pasayib ketishiga olib keldi.

Hozirgi zamon maktab o'quvchisi o'zining 85% vaqtini o'tirib o'tkazadi. Umumiy o'rta ta'lim maktabida 9- sinfdan sinfga ko'chgan sari xarakat faolligi susayib boradi. Bu esa uning salomatligi va jismoniy rivojlanishga salbiy ta'sir ko'rsatadi. Bunday kamchilikni yo'qotish uchun bolalarni juda kichik yoshdan boshlab muntazam jismoniy tarbiya va sport bilan mashg'ul qilish lozim.

Voleybol sport turida sport seksiyasi ishini takomillashtirish ham maktab o'quvchilarni yanada ko'proq jalb qilish vositasi bo'lib xizmat qiladi.

Voleybol dunyoda eng taraqqiy etgan sport turlaridan biridir. Uning ommaviyligi shundaki, uning o'yin qoidalarining soddaligi va maydonni jihozlanishi uncha qiyin bo'lmaganligi voleybol xarakterini ko'rsatadi. Bu o'yinda o'yinchi o'zini – o'zi nazorat qiladi va bu o'yin barcha yoshdagi kishilar uchun ma'qul kelishidir.

Voleybol o'yinida yoshlar va barcha mehnatkashlarni jismoniy tarbiya va sport bilan tizimli shug'ullanishiga, "Alpomish" va "Barchinoy" sinov me'yorlarini topshirishga va faol dam olishga vosita bo'lib xizmat qiladi.

Voleybol bilan shug'ullanish odam xarakat apparatini rivojlantirishga imkoniyat yaratadi, hayotiy zarur bo'lgan chaqqonlik, reaksiyani tezkorligi kabi sifatlarni shakllanishiga yordam beradi, nafas olish, yurak-qon tomir va muskul sistemalarini mustahkamlaydi, aqliy charchoqni yo'qotadi.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

Sog'lomlashtirish – gigienik tomonidan ta'sir ko'rsatsa, voleybol tarbiyaviy va targ'ibot – tashviqot jihatdan katta ta'sir ko'rsatadi.

Sportcha kurash nafaqat ishtirok etuvchilarga, balki tomoshabinlarga ham maroqlidir. Bu kuchli bo'lishga intilish, chaqqonlik, jasurlik, o'z harakatlari bilan jamoaga aqliy yordam berish kabi sifatlarni tarbiyalaydi.

Umumiy o'rta ta'lim maktablarida voleybol seksiyasini tuzish va mashg'ulotlarga ko'proq shug'ullanuvchilarni jalb etish uchun jismoniy madaniyat jamoasida bir qancha tadbirlar o'tkazish kerak. O'quvchilar bilan o'tkazilgan biror bir kecha yoki umumiy yig'indan keyin voleybol musobaqalari haqidagi filmlarni yoki ko'rgazmalarni ko'rsatishdan boshlash mumkin. Shundan so'ng mamlakatimizning, viloyatning, shahar yoki tumanning taniqli murabbiylari bilan uchrashuvni yo'lga qo'yish kerak. Ular voleybol haqida, sport hayotidagi qiziq voqealar haqida gapirib, voleybol bilan shug'ullanishning ijobiy tomonlarini tushuntirib beradilar. Kecha yoki umumiy yig'in oxirida shahar tuman yoki BO'SMning kuchli jamoalari o'rtasida o'yinlar o'tkazish lozim. Bularning barchasi qatnashchilarda voleybolga qiziqish uyg'otadi va ijobiy samaralar beradi.

O'quv guruhlarini tashkillab, komplektlash ko'pincha voleybolchilarni o'yin malakalarini o'rgatishda muvaffaqiyatlarga olib keladi. Bunda jiddiy e'tibor berish kerak va har qanday xolatda "ro'yxat bo'yicha" oddiy bo'linishga yo'l qo'ymaslik kerak, hech bo'limganda tarkib soni to'liq bo'lishi zarur. Agar jamoa unchalik katta bo'lmasa, ya'ni hohlovchilar soni 15-20 o'quvchini tashkil qilsa, komplektlash alohida mehnatni talab qilmaydi. Ammo hohlovchilar soni ko'p bo'lsa, shug'ullanuvchilarni voleybol o'yini bo'yicha imkoniyatlarga qarab guruhlariga ajratish lozim. Bunda eng yaxshi ko'rsatkichga ega bo'lganlarni bir guruxga qolganlarni boshqa guruhga birlashtirish kerak.

Zamonaviy voleybol o'ta tezkor va katta g'ayrat talab qiluvchi sport o'yinlari turiga mansubdir. Yuqori texnik-taktik mahoratga sazovor bo'lish uchun, birinchi navbatda, voleybolchining jismoniy sifatlari yuqori darajada rivojlangan bo'lishi kerak.

Bugungi voleybolchining bo'yi o'rtacha 195 sm ga teng bo'lib, u harakatchan, o'tkir zehnlil, tez fikrlovchi, o'zgaruvchan o'yin vaziyatlariga munosib harakat bilan javob qaytarishi va mazkur qobiliyatlarni bir necha soat davom etadigan musobaqa o'yinlarida saqlab turishi lozim. Muntazam davom etib turadigan bunday o'yin (musobaqa) yuklamalariga bardosh bera olish voleybolchidan yuqori psixologik va katta jismoniy tayyorgarlikni talab qiladi. Shunday imkoniyatlarga ega bo'lgan mahoratli voleybolchilarni tarbiyalash, birinchi navbatda, istiqbolli bolalarni qidirib topish, ularni to'g'ri tanlash va ko'p yillik tayyorgarlik jarayonida saralab olish tadbirini maqsadga muvofiq amalga oshirishni taqozo etadi.

Seksiya ishining rejasi jismoniy madaniyat jamoasi kengashi tomonidan butun ish davri uchun yoki bir yilga tuziladi va tasdiqlanadi. Rejani tuzishda barcha sharoitlar hisobga olinishi lozim.

Ko'p yilik olib borilgan kuzutishlarimiz ko'rsatdiki, seksiya rejasi seksiya faoliyati bilan bog'liq bo'lgan barcha savollarni o'z ichiga oladi. Agar bir necha o'quv guruhlari bo'lsa, 3-5 kishidan iborat seksiya rahbarlari murabbiyga yoki jamoatchi – yo'riqchiga yordam berishi kerak. Shu bilan birga o'quv - trenirovka jarayonini to'g'ri rejalashtirish voleybolchilarni tayyorlashda muvaffaqiyatni ta'minlaydi.

1. Safarova Rokhat G. Ways and factors of optimization of the content of general secondary education in today's world // Образование через всю жизнь: непрерывное образование в интересах устойчивого развития. 2012. №2 (eng). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ways-and-factors-of-optimization-of-the-content-of-general-secondary-education-in-today-s-world> (дата обращения: 09.05.2022).

2. Мухитдинова Н.М. Абитова Ж.Р. Механизмы интеллектуального развития дошкольников с помощью физических занятий // Проблемы педагогики.- 2020- № 3 (48) с 79-81

3. Мухитдинова Н.М. Методология физических упражнений и игр в дошкольных образовательных организациях // Проблемы науки-2020-№9 (57) с 81-83

4. Мухитдинова Н.М. Эшов Э. Improvement of psychology and pedagogical process on physical training // Intellectual Archive 2018 с 93-96

5. Djurayeva Maxasti Zokirqizi "The emotion training system for atudents of preschool education for sports gymnastics sports competitions" 88-101 betlar. International Journal of Advanced Research in Managemnt and Social Sciences. Vol.1 №2 February 2022

6. Джураева Махасты Зокировна "Характеристика эмоционально –волевой готовности личности к спортивной деятельности" 169-171 betlar. Россия-Таджикистан –Узбекистан. молодежь и развитие духовной культуры общества: актуальные проблемы и перспективы их решения. 22апреля 2022г.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

7. Маъмуров Б. Б. Бўлажак ўқитувчиларни шахсга йўналтирилган таълим-тарбия жараёнини лойиҳалашга тайёрлашда қўлланиладиган тамойиллар. Современное образование (Узбекистан), 2017. <https://cyberleninka.ru/article/n/b-lazhak-ituvchilarni-shahsga-y-naltirilgan-talim-tarbiya-zharayonini-loyi-alashga-tayyorlashda-llaniladigan-tamoyillar>
8. Mamurov B. B. The Need to Prepare Future Teachers to Design a Student-Centered Educational Process. Eastern European Scientific Journal, 2017. <http://journale.auris-verlag.de/index.php/EESJ/article/viewFile/600/596>
9. Мамуров Б.Б., Махмудов М.Х. Акмеологическая составляющая образовательной культуры учителя. философские и методологические. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36679921>
10. В Mamurov, A Mamanazarov, K Abdullaev, I Davronov. Acmeological Approach to the Formation of Healthy Lifestyle Among University Students. III International Scientific Congress Society of Ambient ..., 2020. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/isc-sai-20/125937241>
11. ББ Мамуров. Акмеологический подход к воспитанию молодого поколения в наследии предков. Педагогическое образование и наука, 2016. http://www.manpo.ru/manpo/publications/ped_obraz/n2016_03.pdf#page=147
12. Маъмуров Б.Б. Маманазаров А.Б. Условия развитие у будущих учителей навыков проектирования учебного процесса на основе акмеологического подхода. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37269472>
13. Файзиев Я. З., Зиёев Д. Я. У. краткий исторический обзор развития физического воспитания и спорта //Academy. – 2020. – №. 9 (60).
14. Файзиев Я. З., Кузиева Ф. Эффективности использования национальных средств физического воспитания в учебном процессе //Вестник магистратуры. – 2020. – №. 3-1. – С. 95.
15. U. A. Fayzieva, M. T. Khikimova. Conditions of effectiveness of pedagogical communication. <https://mbukckslg.ru/en/usloviya-uspeshnogo-pedagogicheskogo-obshcheniya-ego-funkcii-organizaciya.html>
16. Fayziyeva Umida Asadovna Saidnazarova Gulshan Bolta qizi. “Ta’lim texnologiyalari” fanidan seminar mashg’ulotlarini bajarish bo’yicha metodik ko’rsatma. http://213.230.96.51:8090/files/ebooks/Iqtisodiyot/TALIM_TEXNOLOGIYALARI.pdf