

TALABALARGA VOLEYBOLNI O'RGATISHNING O'ZIGA XOS VAZIFA VA SHARTLARI

Mamutov Islam Urganishbaevich

Berdaq atindagi Qaraqalpaq mámleketlik universiteti.

Dene madeniyati teoryasi ham metodikasi kafedrası.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17854620>

Annotatsiya. Ushbu maqolada Voleybol mashg'ulotlarining ma'lum kasbiy mahoratlarni ishlab chiqish uchun imkoniyatlarini tadqiq qilish, voleybolni o'rgatishda yangicha yondashuvlarni ishlab chiqish zarurligini belgilab berdi. O'qitish shartlari, birinchidan, umuman talaba sportining xususiyatlari bilan, ikkinchidan, talabalarni bo'lajak kasbining o'ziga xos xususiyatlari - pedagogika bilan belgilandi. Oliy ta'lim muassasalari sharoitida boshlovchi voleybolchilarni tayyorlash usullari sport seksiyalarida voleybolchilarni tayyorlashdan 52 ancha farq qilishi lozim. Shuni ta'kidlash kerakki, jismoniy madaniyat fakultetida voleybolni o'qitish usullari va oliy ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya kafedralarida voleybolni o'qitish orasida o'xshashlik mavjud, chunki ular sezilarli darajada sport takomillashuvining elementi sifatida qaralishi mumkin.

Kalit sózlari: voleybolni o'qitish usullari, asosiy rolni o'ynaydi, ta'lim jarayoni, ta'lim oluvchilarning o'z-o'zini takomillashtirishda, jismoniy tarbiya o'qituvchisi.

Bo'lajak jismoniy tarbiya mutaxassislarini kasbiy-pedagogik tayyorlash, oliy ta'lim muassasasida ta'lim olishning butun davri davomida ularning fanlar majmuasi va fanlarga tayyorgarligini o'zlashtirishi jarayonida amalga oshiriladi. Bu fanlar asosiy rolni o'ynaydi, chunki ularda professional bo'lish uchun zarur bo'lgan bilim va mahoratlar o'zining aniq aksini topadi.

Oliy ta'lim muassasalarining jismoniy madaniyat fakultetlarida bu borada voleybol sport turi fani muhim o'rin tutadi. Ta'lim jarayoni, ta'lim oluvchilarning o'z-o'zini takomillashtirishda, o'rganishga ijobiy motivatsiyani shakllantirishga, bilish faoliyatini rag'batlantirishga va ehtiyojlarni faollashtirishga qaratilishi lozim.

Bunday tayyorgarlik yo'nalishlaridan biri, bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasbiy ta'limijarayonida voleybolning vosita va o'ziga xos xususiyatlaridan foydalanishni nazarda tutadi, chunki ularni qo'llash oliy ta'lim muassasalarining jismoniy madaniyat fakultetlarida kasbiy-pedagogik tayyorgarlikni yaxshilashga yordam beradi, talabalarning kasbiy mahoratlarni shakllantirish jarayonining samaradorligini oshiradi. Voleybol mashg'ulotlarining ma'lum kasbiy mahoratlarni ishlab chiqish uchun imkoniyatlarini tadqiq qilish, voleybolni o'rgatishda yangicha yondashuvlarni ishlab chiqish zarurligini belgilab berdi. O'qitish shartlari, birinchidan, umuman talaba sportining xususiyatlari bilan, ikkinchidan, talabalarni bo'lajak kasbining o'ziga xos xususiyatlari - pedagogika bilan belgilandi. Oliy ta'lim muassasalari sharoitida boshlovchi voleybolchilarni tayyorlash usullari sport seksiyalarida voleybolchilarni tayyorlashdan 52 ancha farq qilishi lozim. Shuni ta'kidlash kerakki, jismoniy madaniyat fakultetida voleybolni o'qitish usullari va oliy ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya kafedralarida voleybolni o'qitish orasida o'xshashlik mavjud, chunki ular sezilarli darajada sport takomillashuvining elementi sifatida qaralishi mumkin. Voleybolni boshlang'ich o'rgatish bosqichining maqsadlari voleybol boshlang'ich maktabining texnik-taktik vositalari hajmini musobaqalarda cheklangan darajada

ishtirok etish bilan samarali o'zlashtirish (tayyorgarlik darajasiga bog'liq ravishda) va razryadlarni bajarish uchun zarur bo'lgan tayyorgarlik darajasiga erishish hisoblanadi.

Ta'lim berishni birinchi yilining asosiy vazifalari:

1. Sog'liqni mustahkamlash, har tomonlama jismoniy tayyorgarlik.
2. Voleybol mashg'ulotlariga qiziqishni rivojlantirish.
3. Voleybol mashg'ulotlari davomida psixologik tayyorgarlikka ega bo'lish.
4. Boshqa o'quv fanlarini o'zlashtirishga ko'maklashish.
5. Voleybolning nazariy asoslari bilan tanishtirish.
6. Voleybol maktabi elementlarini o'rganish.
7. Maxsus jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lish.

8. Musobaqalarda ishtirok etish. Boshlang'ich bosqichning asosiy vazifasi, boshlovchi voleybolchilarning individual jismoniy va shaxsiy sifatlarini o'rganishdan iborat. Asosiy e'tibor tabaqalashtirilgan (differensial) yondashuvga qaratilishi lozim, chunki birinchi kurs talabalari o'rtasida jismoniy tayyorgarlik darajasida katta farq kuzatiladi. Bu farq jismoniy madaniyat fakulteti (JMF) talabalari va OTMning boshqa fakultetlari talabalari o'rtasida ayniqsa kuchli kuzatiladi. Ta'lim berishni ikkinchi yilining asosiy vazifalari:

1. Voleybol mashg'ulotlariga qiziqishni yanada kuchaytirish va rivojlantirish. 2. Umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik darajasini oshirish.

3. Texnika va taktikani o'rganish.

4. O'z-o'zini tartibga solish va autogen trenirovkaning asosiy vositalari va metodlari bilan tanishish.

5. Trenirovkalarni mustaqil o'tkazish ko'nikma va mahoratlarini egallash, musobaqalarga tayyorgarlik rejasini tuzish. 53 Jismoniy tarbiya kursi bo'yicha dasturga kiritilgan voleybol mashg'ulotlari voleybolchi sportchilarni tayyorlash vazifasini o'z oldiga qo'ymagan vaqtda, demak, mashg'ulotlarni o'tkazish metodikasi umumiy jismoniy tayyorgarlikka qaratilishi, tegishli farq va xususiyatlarga ega bo'lishi lozim, ulardan biri umumiy jismoniy tayyorgarlikka yuqori yo'naltirilganlik hisoblanadi. Jismoniy tarbiya fakulteti talabalari uchun umumiy jismoniy tayyorgarlik vaqti umumiy mashg'ulot vaqtining taxminan 25% ni tashkil etishi kerak. Jismoniy madaniyat fakultetlari talabalariga voleybolni o'rgatish metodikasi, jismoniy tarbiya ixtisosligi bo'yicha oliy ta'limning davlat ta'lim standartida belgilangan mahoratlarni ishlab chiqishga ko'maklashishi lozim. Unga ko'ra, mutaxassis quyidagilarni bilishi zarur:

1. Turli toifadagi insonlarni harakatlar faoliyatiga o'rgatish terminologiyasini egallash hamda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida jismoniy sifatlarini rivojlantirish.

2. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari samaradorligini baholash.

3. Organizmning jismoniy rehabilitatsiya qilishning turli vosita va metodlarini qo'llash.

4. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari jarayonida nut texnikasini ("professional tilni") hamda muloqot, tarbiya va maslahat ishlari ko'nikmalarini egallash, turli holatlarni to'g'ri ifodalash va asosli isbotlash.

5. O'z-o'zi ta'lim olish va o'z-o'zini takomillashtirish jarayonida oliy ta'lim muassasasida olingan ta'limga nisbatan jismoniy tarbiya va sport faoliyatining yangi turlarini egallash.

6. O'quvchilarni sog'lomlashtirish va jismoniy takomillashtirish maqsadida jismoniy faollik va jismoniy mashqlarni doimo qo'llash, gigienik va tabiiy omillardan muntazam

foydalanish zaruriyati asosida sogʻlom turmush tarzini shakllantirish vosita va metodlarini egallash.

7. Aniq vazifalarni yechish uchun ilmiy-uslubiy faoliyat ko'nikmalarini qo'llay olish.

8. O'quvchilarning harakatlar faoliyatini o'zlashtirish va jismoniy sifatlarni rivojlantirish jarayonidagi xatolari sabablarini aniqlay olish hamda ularni bartaraf etish metodikasini topish. 54

Oliy ta'lim muassasalari talabalariga voleybolni o'rgatish metodikasini ishlab chiqishda, oliy o'quv muassasalari uchun belgilangan jismoniy tarbiya bo'yicha dastur talablariga amal qilish lozim, ular o'qituvchilar oldiga quyidagi asosiy vazifalarni qo'yadi:

1) shaxsning rivojlanishi va uni kasbiy faoliyatga tayyorlashda jismoniy tarbiyaning ahamiyatini tushunish;

2) jismoniy tarbiya va sogʻlom turmush tarzining ilmiy-amaliy asoslarini bilish;

3) jismoniy tarbiyaga motivatsion va qadriyatli munosabatni shakllantirish, sogʻlom turmush tarzini o'rnatish, jismoniy o'zo'zini takomillashtirish va o'z-o'zini tarbiyalash, jismoniy mashqlar va sport bilan muntazam shug'ullanish ehtiyoji;

4) salomatlikni saqlash va mustahkamlashni, psixik farovonlikni, shaxsning psixofizik qobiliyati, sifat va xususiyatlarini rivojlantirish va takomillashtirishni, jismoniy tarbiyada o'z-o'zini aniqlashni ta'minlovchi amaliy mahorat va ko'nikmalar tizimini egallash;

5) talabaning bo'lajak kasbiga psixofizik tayyorgarligini belgilovchi umumiy va kasbiy-amaliy jismoniy tayyorgarlikni ta'minlash;

6) hayotiy va kasbiy maqsadlarga erishish uchun jismoniy tarbiya va sport faoliyatidan ijodiy foydalanish tajribasini egallash. Bu vazifalarni hal etish, jismoniy tarbiya dasturiga kiritilgan voleybol mashg'ulotlariga faol ijodiy munosabatni shakllantirishni ko'zda tutadi.

Talabalarga berilgan sport ixtisosligini erkin tanlash imkoniyati, bunday munosabatga ko'maklashishga qaratilgan. O'qituvchining maqsadi -voleybol mashg'ulotlari yordamida o'qituvchilarning kasbiy mahoratlarini shakllantirish vazifasini bajarish uchun yuqorida keltirilgan barcha shartlardan maksimal foydalanish hisoblanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегияси. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги ПФ-4947 сонли Фармони.
2. Каримов И.А. Ўзбекистон XXI аср бўсағасида хавфсизликка таҳдид, барқарорлик шартлари ва тараққиёт кафолатлари. - Т.: Ўзбекистон, 1997. – 326 б.
3. Каримов И.А. «Ўзбекистон болалар спортини ривож лантириш жамғармасини тузиш тўғрисида»ги // Халқ сўзи 2002.-24 октябр Ўзбекистон Республикасининг 2000 йилда қабул қилинган Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисидаги» қонуни янги таҳрири.
4. Ўзбекистонда «Жисмоний тарбия ва спортни янада ривожлантириш чора-тадбирлари тўғрисида»ги 1999 йил 27 майдаги қарори.
5. Айранетянц Л.Р., Волейбол Учебник для высших учебных заведений Т. «Зар қалам» 2006 йил.
6. Айрапетянц Л.Р., Пўлатов А.А., Исроилов Ш.Х. Волейбол оили ўқув юртлари талабаларига мўлжалланган ўқув услубий қўлланма. – ЎзДЖТИ Наширети 2009 й.