

**KASB-HUNAR MAKTABIDA VOLEYBOL SEKTSIYASI ISHINI TASHKILLASH  
SAMARADORLIGI****A.T.Xasanov***Ilmiy rahbari, PhD, dotsent. Farg‘ona davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti**“Sport o‘yinlari” kafedrasi mudiri***Sulaymonov Jaxongir Solijonovich***Farg‘ona davlat universiteti magistratura bo‘limi jismoniy tarbiya**va sport mashg‘ulotlar nazariyasi 2-kurs 21.03 guruh magistranti*

**Annotatsiya:** *Voleybol, shu soha olimlari L.R. Ayrapetyans va A.A. Pulatovlar aytib o‘tganidek o‘zining hamrabobligi, kamxarajatliligi, go‘zal o‘yin mazmuni, katta-yu kichik diqqatini o‘ziga rom qiluvchi hujum va himoya kombinatsiyalari bilan yurtimiz shahar-qishloqlarida, mahallayu maskanlarda, to‘y va bayramlarda bahs-raqobat, sihat-salomatlik, jismoniy va ruhiy barkamollik vositasi sifatida xizmat qilib kelmoqda. Voleybol - o‘quv fani sifatida barcha ta‘lim muassasalari o‘quv rejasiga kiritilgan, darsdan va ishdan tashqari vaqtlarda faoliyat kO‘rsatadigan sport to‘garaklari, BO‘SMLar, sport klublarida maxsus rejalashtiruv hujjatlariga asoslangan o‘quv-trenirovka jarayoniga joriy etilgan.*

**Kalit so‘zlar:** *aqliy, axloqiy, kasbiy, jismoniy, jismoniy sifatlar, jismoniy tarbiya va sport, voleybol, sektsiya, yosh avlod, sog‘lom ruhda tarbiyalash.*

**Kirish.** Yosh avlodni har tomonlama aqliy, axloqiy, kasbiy va jismoniy sifatlarini tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sport asosiy o‘rinni egallaydi. Mamlakatimizda yosh avlodni sog‘lom ruhda tarbiyalash borasida bir qancha ishlar amalga oshirilmoqda. Ta‘lim muassasalarida jismoniy tarbiya va madaniyat darslarining sifatini yaxshilash, maktabdan tashqari ishlarni tashkil qilish va ularni samaradorligini oshirish, sport turlarini rivojlantirish, targ‘ib qilish va ommaviyligini oshirish, sog‘lomlashtirishdek dolzarb masalalarni o‘z ichiga oladi. O‘tib kelayotgan avlodni o‘qitish va tarbiyalash umumiy tizimida jismoniy tarbiya muhim o‘rin to‘tadi. Uning vositalari, usul va shakllari salomatlikni mustahkamlash, ish qobiliyatini oshirish, faol mehnat faoliyati va mamlakat mudofaasiga tayorlash uchun xizmat qiladi. Jismoniy tarbiya o‘z ichiga, jamiyatning barcha a‘zolarini jismoniy tarbiya va sport bilan har kuni shug‘ullanishni qamrab olishi kerak. Bunda mashg‘ulotlar oxirgi fan yutuqlari asosida tashkil etilishi lozim.

**Tadqiqot maqsadi.** O‘quvchi yoshlarni jismoniy tarbiyalash jarayonida voleybol sektsiyasi samarasini oshirishning eng sodda, aniq, zamonaviy sportchi organizmiga ijobiy ta‘sir qiluvchi, natijalarga eltuvchi va ilmiy metodik me‘yor va sharoitlarni yaratishga ko‘maklashish.

**Tadqiqot vazifalari.** Tadqiqot maqsadiga erishish va oldinda turgan farazni tajribada tekshirish uchun quyidagi vazifalar hal qilinadi:

1. Kasb hunar maktabida voleybol sektsiyasi ishlarni tashkillash.
2. Voleybol sektsiyasi ishini takomillashtirish va mashg‘ulotlar jarayoniga yangi texnologiyalarni jalb qilish.
3. Jismoniy tarbiya o‘qituvchilari ish faoliyati samara darajasini oshirish.

4. Ajratilgan vaqtlardan umumli foydalanishga yordamlashish.

**Tadqiqotni tashkil qilish uslublari.** Oldinga qo'yilgan vazifalari hal etish uchun quyidagi pedagogik tadqiqotlar metodlaridan foydalanildi: ilmiy, ilmiy-metodik adabiyotlarni tahlil qilish va umumlashtirish; anketa so'rovi; pedagogik tajribalar, ma'lumotlarning statistik tahlili.

Bu mavzu bo'yicha tadqiqot olib borishdan maqsad, maktab o'quvchilarini bo'sh vaqtlarini mazmunli o'tkazish, ulardagi jismoniy sifatlarni tarbiyalash va sport musobaqalarida doimiy ishtirok etishlarini hamda dunyoda ommaviy sport turlaridan bo'lgan voleybol sport turi bilan muntazam shug'ullanishlarini ta'minlash.

Seksiya ishining rejasi jismoniy tarbiya o'qituvchisi tomonidan bir yilga tuziladi va ma'naviy-ma'rifiy ishlari bo'yicha direktor o'rinbosari hamda maktab direktori tomonidan tasdiqlanadi. bundan tashqari oylik va kunlik rejalarga bo'lib, unga kunlik reja konspekt qilinadi. Rejani tuzishda barcha sharoitlar xisobga olinishi shart.

Yangi boshlovchilar uchun mashg'ulotni asosiy shakli bu guruhli darsdir. U uch qismdan tuziladi: tayyorlov qism(tanani qizdirish uchun) 20-25 minut (qish oylarida 35-40 munut), asosiy qism 45-50 minut, yakunlov qism 5-15 minutdan iborat bo'ladi.

Darsni tayyorlov qismining maqsadi shug'ullanuvchilarni tashkillashni o'z ichiga oladi; saflanish, yurish va yugurish, umumrivojlantiruvchi(organizmni qizdiruvchi) mashqlar beriladi. So'ngra harakatli o'yinlar va estafetalardan keyin maxsus mashqlar qo'llanilishi maqsadga muvofiq bo'ladi.

Asosiy qismda o'z oldiga maqsad qilgan va uslubiy jihatdan to'g'ri tanlangan reja asosida taktik-texnik mashg'ulotlar olib boriladi (asosiy qism so'ngida 15 xisobga qadar 1 bo'lim voleybol o'ynatish maqsadga muvofiq).

Darsning yakuniy qismida barcha yuklamalardan xalos qilish va organizmni bo'shashtirish uchun mashqlar qo'llash tavsiya qilinadi.

**Tadqiqot natijalari va muhokamasi.** har haftaning bir kunida mashg'ulot o'tkazilmaydigan kuni seksiya ishtirokchilaridan beshta sifatlarni aniqlash uchun amaliy test sinovlari olib kuzatib boriladi.

Shu tekshiruv va test natijalariga qarab o'quvchilarga mashq yuklamalarini individual ham berib borish yaxshi natija beradi. Agar qaysidir o'quvchida oldingi natijasini yomonlashuvi kuzatilsa, u uchun alohida passivlashtirilgan (vaqtinchalik) mashqlar beriladi (sog'ligi va ruhiy kuzatuvga olinadi). Berilgan yuklamalarni hafta davomida miqdori yoki vaqti o'zgarib boradi.

**Xulosa.** Xulosa qilib shuni aytish mumkinki, kasb maktablarida, maktablarda voleybol sport seksiyasini tashkillash, olib borish va alohida e'tibor qaratish muhimki, bolalar sportini samarali tashkil qilish, ko'p yillik sport trenirovkasi jarayonida shug'ullanuvchilar sog'ligi va ularning sport mahoratini shakllantirib borish ustuvor jihatdan jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlariga bog'liqdir. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida qo'yiladigan asosiy maqsad - sog'liqni mustahkamlash hamda yuqori sport natijalariga erishish avvalambor yoshlikdan boshlab umumiy jismoniy sifatlarni rivojlantirish muhimligiga e'tibor qaratadi. Aksariyat olimlarning ta'kidlashicha, muayyan sport turi bo'yicha muntazam o'tkazib boriladigan hamda hajm, shiddat va mazmun jihatdan to'g'ri tashkil qilingan mashg'ulotlar bolalar va o'smirlar organizmiga ijobiy ta'sir ko'rsatar ekan. Lekin, umumiy jismoniy tayyorgarlikka asoslangan va tor doirada ixtisoslashtirilgan mashg'ulotlar salbiy oqibatlarga olib

kelishi kuzatilgan. Binobarin, dastlabki o'rgatish bosqichida jismoniy va texnik-taktik mashqlar nisbatini to'g'ri rejalashtirish bolalar sport mahoratini samarali shakllantirish imkoniyatini yaratadi.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YHATI:**

1. P.Xodjayev, B.Ibragimov. Sport pedagogik mahoratini oshirish (voleybol). “Umud Design” Toshkent - 2021
2. S. M. Boyxo'jayev. Malakali voleybolchilarga xos jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodikasi. uslubiy qo'llanma. Toshkent - 2021
3. Волейбол. Под общей редакцией профессора Беляева А. В. и доцента Савина М.В. Москва «Физкультура, образование и наука» 2000
4. A. A. Pulatov. Voleybol nazariyasi va uslubiyati darslik. Chirchiq - 2020.
5. Ayrapetyants, A.A. Pulatov Voleybol nazariyasi va uslubiyati. Toshkent 2011
6. F.T. Miraxmedov, A.T. Ibragimov. Volebol. O'quv uslubiy qo'llanma. 2017
7. O. Karimova. Bitiruv malakaviy ish. 2017
8. L.R. Ayrapetyants, A.A. Pulatov. Voleybol. Nazariyasi va uslubiyati. Toshkent 2011
9. Z.B. Boltayev VOLEYBOL nazariyasi va uslubiyati. Darslik. Samarqand - 2019
10. Айрапетьянтс Л.Р. Волейбол // Учебник для высших учебных заведений. - Т.: Заркалам, 2006. - 240 с.
11. Айрапетьянтс L.R., Pulatov A.A., Isroilov Sh.X. Voleybol // O'quv qo'llanma. -Т., 2009. - 77 б.
12. Беляев А.В. Обучение технике игрив вoleyболи совершенствование // Методическое пособие. - М.: Олимпия. Человек, 2008. - 54 с.
13. Бержо. Волейбол высшего уровня // Авторперевода с французского языка Ю.Б.Чесноков. - М.: Олимпия. Человек, 2007. - 31 с.
14. Волков Л.П. Теория и методика детского и юношеского спорта. - Киев: Олимпийская литература, 2002. - 294 с.15. Гарипов А.Т., Клещев Ю.Ю., Фомин Э.В. Скоростно-силовая подготовка юных вoleyболистов // Методические рекомендации. - М.: ВФВ, 2009. - 45с.
16. Железняк Ю.Д., Айрапетьянтс. Л.Р., Пименов М.П., Кунянский.В.А. Массовый вoleyбол (обучение, соревнования, судейство). - Т.: Ибн Сино, 1994. - 144с.
17. Железняк Ю.Д., Чачин А.В., Сыромятников Ю.П. Волейбол //Примерные программы для ДЮСШ и СДЮШОР. - М.: Советский спорт, 2009. - 130 с.
18. Isroilov Sh.X. Voleybol // Olimpiya zaxiralari talabalari uchun o'quv qo'llanma. - Т.: Tasvir, 2008. - 144 б.19. Pulatov A.A. Voleybolning rasmiy qoidalari. - Т.: O'zDJTI, 2002. - 53 б.
20. Pulatov A.A., Isroilov SH.X., Qurbanova M.A. Voleybol // J.T. III kurs talabalari uchun ixtisoslik fanidan ma'ruza matnlari. - Т., 2003. - 44 б.
21. Pulatov A.A. Voleybol // J.T. II kurs talabalariga mo'ljallangan ma'ruzalar to'plami. - Т.: 2004. - 71 б.



22. Pulatov A.A., Israilov SH.X. Voleybol nazariyasi va uslubiyati // O‘quv qo‘llanma. – T.: 2007. – 148 b.