

UMUMIY O‘RTA TA’LIM MAKTABLARIDA VOLEYBOL JAMOASINING TEXNIK VA TAKTIK TAYYORGARLIGINI RIVOJLANTIRISHDA KLASTER YONDASHUVINING O‘RNI

Ulug‘bek Murodjon o‘g‘li Zokirov

Chirchiq davlat pedagogika institute o‘qituvchisi
goldman.ulugbek@gmail.com

Zokirjon Zoxidjon o‘g‘li Xusanov

Chirchiq davlat pedagogika instituti magistranti

ANNOTATSIYA

Maqolada umumiy o‘rta ta’lim maktablari voleybol sport jamoalarining sport mashg‘ulotida jismoniy texnik va taktik tayyorgarligini rivojlantirish uchun beriladigan jismoniy mashqlarning turlari, ilmiy tadqiqotda tajriba va nazorat guruhlaridan olingan natijalar ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: sport, texnika, taktika, jismoniy madaniyat, umumiy jismoniy tayyorgarlik.

ABSTRACT

The article reviews the types of physical exercises that are given for the development of physical technical and tactical training in sports training of volleyball sports teams of secondary schools in general, the results obtained from experience and control groups in scientific research.

Keywords: sports, technique, tactics, physical culture, general physical training.

KIRISH

Hozirgi vaqtda butun dunyo ta’lim sohasini berilayotgan e’tibor, millat tarannum etishida dolzarb vazifa sifatida qaralmoqda. Jumladan O‘zbekiston Respublikasida ta’lim muhitida innovatsion klasteri ishlab chiqilab, amaliy hayotga tatbiq qilinmoqda.

Pedagogik ta’lim innovatsion klasteri jismoniy madaniyat va sport sohasida ham o‘zining o‘rnini egallab kelmoqda. Jismoniy madaniyat tizimining zvenolarida klaster yondashuvi jadallik bilan olib borilmoqda. Jismoniy madaniyat tizimi quyidagilardan iborat:

- maktabgacha ta'lim (davlat va nodavlat maktabgacha tarbiya bolalar muassasalari) zvenosi;
- maktab yoshidagilar jismoniy tarbiyasi (umumiy o'rta ta'lim - I-XI sinflar) zvenosi;
- o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi (akademik litseylar, kasb-hunar kolledjlari) zvenosi;
- oliy ta'lim zvenosi;
- qurolli kuchlar tarkibida jismoniy tarbiya zvenosi;
- oliy ta'lim va armiyadan so'nggi havasmandlik asosidagi jismoniy tarbiya zvenosi.

Jismoniy madaniyat tizimining zvenolari yordamida har bir yo'nalish pedagogik, nazariy, amaliy, psixologik jihatdan rivojlanib boradi.

Umumiy o'rta ta'lim tizimida ya'ni maktablarda jismoniy madaniyatdan dars va mashg'ulotlarni klaster yondashuvida tashkil etish ishlari olib borilmoqda. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida voleybol jamoasining texnik va taktik tayyorgarligini rivojlantirishda klasterlash ya'ni mashg'ulotdagi mashqlari butun organizmga ijobiy, salbiy ta'siri hamda jismoniy tayyorgarlikda muhim ahamiyatga egaligi izchillik bilan olib borilmoqda.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Umumiy o'rta ta'lim maktablari voleybol jamoasining jismoniy texnik va taktik tayyorgarligini jismoniy madaniyatdan biomexanikada siklik, atsiklik, kompleks, aralash harakatlar berilsa, fiziologik tomondan maksimal, submaksimal, kata va kichik quvvatdagi mashqlarni berib borish umumiy o'rta ta'lim maktabi voleybolchilarining har tomonlama garmonik rivojlanishiga yordam beradi.

Maqolada quyidagi jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasining ilmiy tadqiqot metodlari yordamida tajribalar o'tkazildi. Ular quyidagilar: nazariy tahlil va umumlashtirish, pedagogik kuzatish, eksperiment, matematik hisoblash ilmiy tadqiqot uslubiyati, suhbat, intervyu olish va so'rovnomadan foydalanish usullaridan foydalanildi.

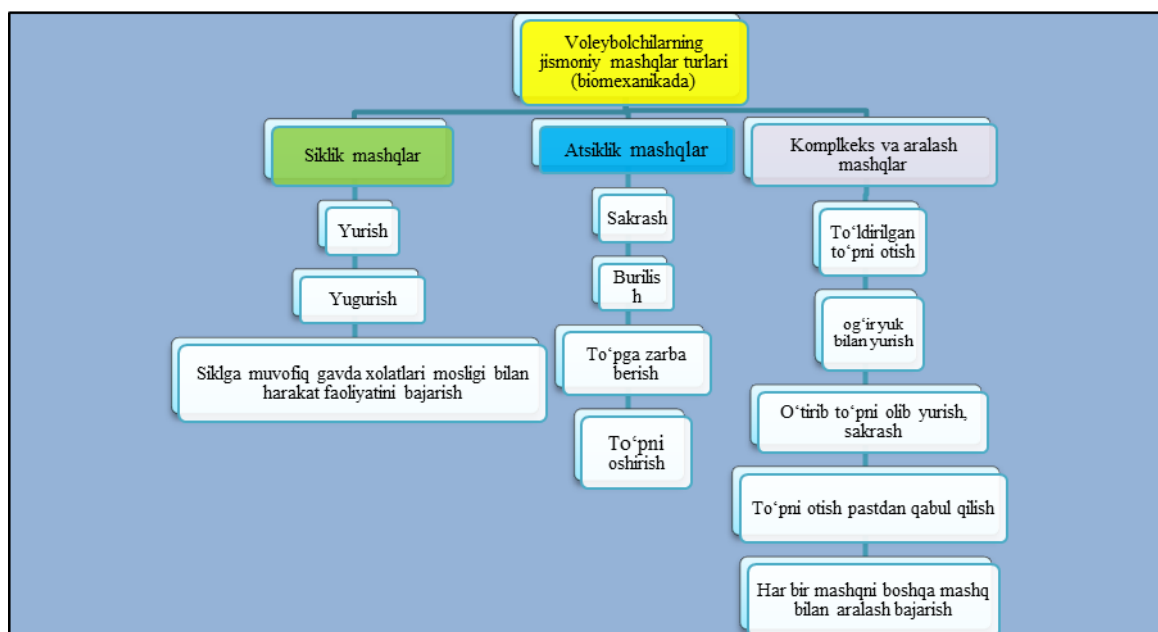
Umumiy o'rta ta'lim maktabda voleybolchilarning har tomonlama rivojlanganligi ya'ni jismoniy, nazariy, psixologik, pedagogik, estetik tomonlarning barqaror bo'lishi uning jismoniy texnik va taktik tayyorgarligiga ham ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadi.

NATIJALAR

Umumiy oʻrta taʼlim maktablarida voleybol jamoasining texnik va taktik tayyorgarligini rivojlantirishda, sport toʻgaraklarida klaster yondashuvi asosida har xil mashqlar berib borildi. Quyidagi 1-rasmda klaster yondashuvi asosida jismoniy texnika va taktik tayyorgarligini rivojlantirish uchun mashqlarni koʻrishingiz mumkin.

1-rasm

Klaster yondashuvi asosida jismoniy texnik va taktik tayyorgarlikni rivojlantirish uchun mashqlar klassifikatsiyasi



Oʻtkazilgan tadqiqotlarga asosan jismoniy madaniyatning biomexanikasida berilgan mashqlar maktab voleybol jamoasining texnik va taktik jismoniy tayyorgarligini hamda maxsus jismoniy sifatlarini rivojlantirishga hamda har tomonlama ijobiy taʼsir koʻrsatdi. Eksperiment yaʼni tajriba guruhlariga jismoniy madaniyat fiziologiyasidagi mashqlar berildi. Ular quyidagilardan iborat: maksimal, submaksimal, katta va kichik. Submaksimal quvvatda 400, 600, 800, 1500, 3000 metr masofalariga takroriylik bilan mashgʻulotlar oʻtkazildi. Katta quvvatda 5000, 8000, 10000 metr masofalarga yugurish va boshqa aerob muhitdagi mashqlar ham berildi.

MUHOKAMA

Tajriba va nazorat guruhlaridan olingan nazorat test natijalariga binoan, tajriba guruhidagi voleybol jamoasining oʻyinchilari 1 oy muddat davomida texnik va taktik tayyorgarliklari 100% dan 23% ga ijobiy tomondan oʻzgardi. Nazorat guruhida 100% dan 13 ga oʻzgardi. 1 yillik silkada voleybol mashgʻulotida umumiy koʻrsatkich tajriba guruhida

to‘plarni qabul qilish va zonalarga zarba berishi, ochko bergan to‘plar nisbatida 36 % ga ijobiy tomondan yaxshilandi. Bu ko‘rsatkichlar shundan dalolat beradiki tizimli ravishda mashg‘ulotlarni olib borish voleybolchilarning jismoniy texnik va taktik tomondan rivojlantiradi.

XULOSA

Xulosa o‘rnida shuni bayon etish mumkinki har bir sport bo‘yicha sport mashg‘ulotlarini tashkil etishda dasturiylik (programma) ya’ni mashg‘ulotlarni yozma ravishda nazariy tomondan ham e’tiborga olish maqsadga muvofiq bo‘ladi. Har bir voleybol mashg‘ulotida sport turidan kelib chiqib hamda boshqa sport turiga aloqador mashqlarni berib borish sportchining jismoniy texnik va taktik mahoratini oshirishda muhim ahamiyatga ega.

REFERENCES

1. Ulugbek Zokirov. Individual Features Of Development Of Information And Communicative Competence In Masters Of Higher Pedagogical Education. The American Journal of Social Science and Education Innovations. № 3 (3), 486-491. (2021). <https://usajournalshub.com/index.php/tajssei/article/view/2423/2314>
2. Zokirov Ulugbek Murodjon oqli. Scientific and Theoretical Bases of Didactic Principles of Development of Information – Communicative Competence in Masters of Higher Pedagogical Education of the Republic of Uzbekistan. Annals of the Romanian Society for Cell Biology. № 25 (4), 2021. 8896-8903. <http://annalsofrscb.ro/index.php/journal/article/view/3612>
3. Зокиров У.М. “Эркин курашчиларнинг умумий ва махсус жисмоний тайёргарликларини такомиллаштириш усуллари”. The journal of academic research in educational sciences. № 1 (2), 306-314. (2020).
4. Зокиров У.М. “Совершенствование тренировочного процесса студентов факультета физической культуры специализирующихся в спортивной борьбе” маг. Диссертация ФерГУ 2020 г. 25,26,27,28.
5. Зокиров У.М., Каримов Т.Р. “Бошланғич синф ўқувчиларини жисмоний тарбиялашда ҳаракатли ўйинлардан фойдаланиш усуллари”. The Journal Of Academic Research In Educational Sciences. № 2 (2), 583-590. (2021).
6. Зокиров У.М., Каримов Т.Р. “Умумий ўрта таълим мактаб ўқувчиларини жисмоний тарбия дарсларида миллий ҳаракатли ўйинларни бажариш орқали жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш”. The Journal Of Academic Research In Educational Sciences. № 2 (4), 1166-1171. (2021).



7. Зокиров У.М., Курбанова П.С. “Олий таълим муассасалари талабаларида соғлом турмуш тарзини ривожлантириш”. The journal of academic research in educational sciences. № 2 (5), 150-155. (2021).
8. Zokirov U.M. "Improvement of the training process of students of the Faculty of Physical Education, specializing in wrestling" mag. Dissertation - FerSU 2020 25, 26, 27, 28.
9. Зокиров У.М., Патидинов К.Д. “Умумий ўрта таълим мактаби 7 – 8 синф ўқувчиларининг жисмоний тайёргарлигини жисмоний ривожланишига боғлиқлиги”. The journal of academic research in educational sciences. № 1 (4), 693-697. (2020).
10. Хонкелдиев Ш.Х., Закиров У.М., Меликузиев А.А. Эффективность разработанной методики повышения физической подготовленности юных борцов вольного стиля. Наука сегодня вызовы и решения материалы международной научно-практической конференции. №1(1), 164-168. 2020.
11. Зокиров У.М. “Индивидуализация технико-тактической подготовки борцов курашистов при моделировании соревновательной деятельности”. Мамлакатимиз олий таълим тизимида жисмоний маданият таълимини модернизациялаш стратегияси муаммолари ва таълим мазмунининг янги моделлари мавзусидаги республика илмий-амалий анжуман материаллари 2019. 82-85.
12. Зокиров У., Жўраев Ш. Умумий ўрта таълим мактабларида жисмоний маданият бўйича синфдан ташқари ишларни мониторингини ташкил этиш. The Journal Of Academic Research In Educational Sciences. №1 (3), 1115-1121 (2020).
13. Ханкелдиев Ш., Зокиров У. Оздоровительная направленность занятий физической культурой в сельских общеобразовательных школах в республике узбекистан. Наука сегодня реальность и перспективы. №1 (1), 113-114. 2019.
14. У.М.Зокиров. Олий педагогик таълим магистрларида ахборот - коммуникатив компетентликни ривожлантиришнинг дидактика тамойилларини илмий - назарий асослари. “УзМУ ХАБАРЛАРИ” Мирзо Улуғбек номидаги Ўзбекистон миллий университети илмий журнали. № 1/4/1, 74-77. (2021).

