Niyozmatov Elbek Rustamaliyevich
Namangan muhandislik-qurilish instituti o‘qituvchisi
E-mail: niyozmatove@gmail.com

VOLEYBOL VOSITASIDA TALABALARDA KASBIY KO‘NIKMALARNI SHAKLLANTIRISH

DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.11750621

Annotatsiya. Ushbu maqolada birinchi va ikkinchi bosqich talabalarning kasbiy ko‘nikmalarini shakllantirishda voleybol vositasidan foydalanish masalalari bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: voleybol, talabalar, kasbiy ko‘nikmalar, mashg‘ulotlar

Jahonda kasbiy-pedagogik faoliyat sifatini oshirish uchun innovatsion texnologiyalarni yaratishga qaratilgan yangi samarali ta’lim modellarini ishlab chiqish bo‘yicha ko‘plab ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Voleybol sport turi rivojlangan mamlakatlarda musobaqa va mashg‘ulot jarayonida vositalarni tabaqalashtirish, funksional zahira imkoniyatlarini boshqarishga qaratilgan tiklovchi texnologiyalar ishlab chiqilgan.

Jahon mutaxassislari tadqiqotlarining ko‘rsatishicha, “Voleybol” fani materialini o‘qitishga tabaqalashtirilgan yondashuv bo‘yicha pedagogik ko‘nikmalar va shaxsiy sifatlarni shakllantirish uchun ushbu sport turi vositalaridan foydalanish istiqbollari yetarlicha o‘rganilmagan. Ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili bo‘lajak jismoniy tarbiya mutaxassis o‘qituvchiga o‘z vazifalarini muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan muhim kasbiy bilim, ko‘nikma va malakalarni shakllantirishning samarali uslubiyatini ishlab chiqishni taqazo qilmoqda.

Voleybolni o‘rgatishni pedagogik ko‘nikmalarni shakllantirish bilan moslashtirish maqsadida mashg‘ulotlarning to‘rtinchi oyidan boshlab mashg‘ulot jarayoniga 1-jadvalda ko‘rsatilgan maxsus mashqlar va vazifalar kiritildi.

Psixologik tayyorgarlikning maqsadi talabalarda voleybol bilan muvaffaqiyatli shug‘ullanish uchun zarur bo‘lgan shaxsiy va psixik sifatlarni shakllantirish hisoblanadi.

Psixologik tayyorgarlik vositalari orasida sportchining psixik holatiga ta’sir o‘tkazish imkonini beruvchi o‘zini-o‘zi boshqarish usuli muhim o‘rin tutadi. Mashg‘ulotlar jarayonida quyidagi asosiy usullardan foydalandik: tasavvur etish va hayol qilish mexanizmlarini o‘z ichiga oluvchi autogen mashg‘ulot (mashg‘ulot yakunida), badanni qizdirishda harakatli va nafas olish mashqlari.

Mashg‘ulot o‘yini jarayonida qo‘llaniladigan maxsus vazifalar:

1. Qadam tashlab kuchli va zaif qo‘l bilan 4-3-2-zonalardan turli uzatishlar bilan to‘g‘ri hujum zarbasi.

2. Tayanch holatda turli usullar va keyingi yiqilish bilan to‘p qabul qilishni bajarish: uzatishlar, turli hujum zarbalari, to‘siq qo‘yuvchilar va hujumchilar muhofazasida.

3. Turli usullarda hamda balandligi va masofasi bo‘yicha turli uzatishlar bilan berilgan zarbalarga individual va guruhli to‘siq qo‘yish (to‘siq qo‘yuvchilarga zarbalarning zonalari va yo‘nalishlari ma’lum).

Har bir vazifa o‘yin davomida almashinishlar bilan bajarildi. Keyinchalik bu vazifalarning to‘g‘ri va aniq bajarilishi mutaxassislar tomonidan baholandi va shu orqali diqqatni jamlash, o‘zini-o‘zi nazorat qilish, chidamkorlik darajasini, ya’ni o‘zining psixik holatini boshqarish qobiliyati tavsiflandi.

Nazorat va tajriba guruhlari talabalari bilan mashg‘ulotlarni muammoli tashkil etish uslublarini talabalarning kasbiy malaka va ko‘nikmalarini shakllantirishga, ularning tanlagan sport turiga va o‘quv jarayoniga bo‘lgan munosabatiga ta’siri o‘rganildi.

Muammoli o‘qitish uslublaridan foydalanib mashg‘ulotlarni tashkil etish uslublari quyidagilardan iborat:

1. Aniq hujum zarbasini va keyingi javob harakati bilan aniq himoyani o‘rganish va takomillashtirishda cheklangan tor vazifaga ega bo‘lgan o‘quv-mashg‘ulot o‘yinini

1-jadval

Birinchi yil ta'lim olayotgan talabalarda kasbiy ko'nikmalarni shakllantirish

T/r	Kasbiy ko'nikmalar	Vazifalar va mashqlar	Bitta mashg'ulot davomiyligi vaqti (daqiqa.)	Bir oy ichidagi mashg'ulotlar soni
1.	Shaxsiy qobiliyatni tanqidiy tahlil qilish	Mashg'ulot o'yinlarida bajarilgan shaxsiy xatolar va muvoffaqiyatli harakatlarni aniqlash hamda tahlil qilish. Setlar orasidagi tanaffuslarda va mashg'ulotdan so'ng murabbiyning savollariga javob berish	15	8
2.	Hatolarni tuzatgan holda mashqlarni bajarish texnikasini nazorat qilish	Shug'ullanuvchilarning mashg'ulot o'yinlaridagi xatolari hamda muvoffaqiyatli harakatlarini aniqlash va tahlil qilish	10	8
3.	Shug'ullanuvchilar faoliyatini tahlil qilish	Murabbiy bilan suhbat, unda texnik, taktik, jismoniy tayyorgarlik, bor kuch bilan o'ynash darajasi baholanadi.	15	4
4.	Harakat sifatlarini rivojlantirish uchun turli-tuman mashqlardan foyda-lanish	Shug'ullanuvchi o'zi ishtirok etgan holda umumiy yoki maxsus jismoniy tayyorgarlik mashg'ulot o'tkazadi, murabbiy mashg'ulot jarayoniga tuzatishlar kiritadi	60	3
5.	Sportchini maxsus harakat faolligiga tayyorlash	Shug'ullanuvchi o'zi ishtirok etgan holda umumiy yoki maxsus jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mashg'ulot o'tkazadi. Murabbiy mashg'ulot ja-rayoniga tuzatishlar kiritadi.	20	6
6.	O'z psixik holatini boshqarish	Mashg'ulot o'yini jarayonidagi maxsus vazifalar (vazifalar bayoni quyida keltirilgan)	6	6
7.	Jismoniy yuklamalar-ni boshqarish	Shug'ullanuvchilar tomonidan chi-galyozdi mashqlari, umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mashg'ulotlarning o'tkazilishi	20	6
8.	Mashqlarni murakkablik darajasi o'sib borishiga qarab joylashtirish	Shug'ullanuvchi o'zi ishtirok etgan holda texnika va taktikani o'rganish va takomillashtirish bo'yicha mashg'ulotning asosiy qismini o'tkazadi. Murabbiy mashg'ulotlar jarayoniga tuzatishlar kiritadi	30	4

qo'llash.

3. Shug'ullanuvchi tomonidan mashg'ulot o'yinida harakat faoliyati yoki taktik usulning bitta yoki bir nechta tarkibiy qismlarini tanlash va qo'llash.

4. Berilgan muammoning hal etilishi sa-maradorligini shug'ullanuvchi tomonidan baholanishi.

5. Shug'ullanuvchilarning texnik-taktik harakatlarining to'g'ri tanlanganligi va sa-maradorligini murabbiy tomonidan bahol-anishi.

Voleybolni muammoli o'qitishdan foyda-lanishga ba'zi misollarni keltiramiz. O'yin

boshlanishidan oldin o‘qituvchi hujum harakatini aytadi, masalan, orqa chiziqdan to‘rga kelayotgan o‘yinchini to‘pni uzatishi bilan orqa chiziqdan hujum zarbasi. Keyin o‘qituvchi qarshi hujum harakatlarining bir necha variantlarini aytadi va himoya harakatlarini aytmaydi. Himoyani aniqlash va qarshi hujumlarni tanlash voleybolchining o‘zi tomonidan mashg‘ulot o‘yinida amalga oshiriladi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Абдулина О.А. Общепедагогическая подготовка учителя в системе высшего образования: Уч. пособие для спец. высших уч. заведений. — М.: Просвещение, 1990. - 140-144 с.

2. Айрапетьянц Л.Р, Волейбол: Учебник для высших учебных заведений. – Ташкент, 2006 – 239 с.

3. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А.Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособия для студентов учреждений среднего профессионального образования, обучающихся по группе специальностей 0300 «Образование». – М.: Альфа-М., 2003. –С.323-327.

4. Беляев А.В., Булыкина Л.В., Волейбол: Теория и методика тренировки; ТВТ Дивизион – Москва. 2011. – 176 с.

Татина Е.С., Култанов Б.Ж., Есильбаева Б.Т. и др. Современные аспекты воспитания и развития студентов в процессе обучения. // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 6.-29-31.

5. Харламов И.Ф. О педагогическом мастерстве, творчестве и новаторстве // Педагогика. – 1992. – № 7 – 8. – С. 11–15

6. Коковкин А. В. Организация учебной деятельности студентов по педагогическому физкультурно-спортивному совершенствованию на факультетах физической культуры. Авторф. … дисс. канд. пед.наук. –М, 2006. -24с.

7. Макеева В. С. Профессионально-личностное развитие будущего учителя в процессе физического воспитания : дис. ... д-ра пед. наук. -Орел, 2002. - 395 с.

8. Найда М.С. Формирование практикоориентированных умений будущего специалиста по физической культуре в системе среднего профессионального образования. Автореф. дис. ... канд. пед. наук.- Красноярск, 2014. - 22 с.