



VOLEYBOL MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISHNING PEDAGOGIK XUSUSIYATLARI

Kurbanbaev Abat Dauletbaevich

*Qoraqalpoq davlat universiteti Fakultetlararo jismoniy madaniyat kafedrası katta-
o'qituvchisi*

Email: abatqurbanbaev@gmail.com

Annotatsiya: Voleybol zamonaviy sport turlaridan biri bo'lib, uning mashg'ulotlarini samarali tashkil etish sportchilarning yuqori natijalarga erishishida muhim ahamiyat kasb etadi. Ushbu maqolada voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlari, jumladan, o'quv-mashg'ulot jarayonining metodologik asoslari atroflicha tahlil qilingan. Sportchilarning jismoniy, texnik-taktik va psixologik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan innovatsion yondashuvlar ko'rib chiqiladi. Tadqiqot natijalari voleybol murabbiylari va mutaxassisleri uchun amaliy tavsiyalar berishga qaratilgan bo'lib, mashg'ulot samaradorligini oshirishga xizmat qiladi.

Kalit so'zlar: Voleybol, Mashg'ulot, Pedagogika, Sport ta'limi, Murabbiylik, Texnik-taktik tayyorgarlik, Jismoniy tayyorgarlik, Sport psixologiyasi

Аннотация: Волейбол является одним из современных видов спорта, и эффективная организация тренировок по нему имеет решающее значение для достижения спортсменами высоких результатов. В данной статье подробно анализируются педагогические особенности организации тренировок по волейболу, включая методологические основы учебно-тренировочного процесса. Рассматриваются инновационные подходы, направленные на развитие физической, технико-тактической и психологической готовности спортсменов. Результаты исследования направлены на предоставление практических рекомендаций для волейбольных тренеров и специалистов, способствуя повышению эффективности тренировок.

Ключевые слова: Волейбол, Тренировка, Педагогика, Спортивное образование, Тренерство, Техничко-тактическая подготовка, Физическая подготовка, Спортивная психология

Abstract: Volleyball is one of the modern sports, and the effective organization of its training is crucial for athletes to achieve high results. This article thoroughly analyzes the pedagogical features of organizing volleyball training, including the methodological foundations of the educational-training process. Innovative approaches



aimed at developing athletes' physical, technical-tactical, and psychological readiness are considered. The research results are aimed at providing practical recommendations for volleyball coaches and specialists, serving to increase training effectiveness.

Keywords: Volleyball, Training, Pedagogy, Sports education, Coaching, Technical-tactical preparation, Physical training, Sports psychology

Kirish: Voleybol zamonaviy sport turlari orasida nafaqat jismoniy faollikni ta'minlovchi, balki shaxsning har tomonlama rivojlanishiga xizmat qiluvchi muhim pedagogik vosita sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Ushbu sport turi mashg'ulotlarini to'g'ri tashkil etish yosh avlodni tarbiyalashda, ularda nafaqat sport mahoratini, balki ijtimoiy ko'nikmalarni, psixologik barqarorlikni va sog'lom turmush tarzini shakllantirishda katta rol o'ynaydi. Voleybol mashg'ulotlarining pedagogik xususiyatlarini chuqur o'rganish va ularni amaliyotga tatbiq etish bugungi kunda dolzarb vazifalardan biridir.

Voleybol mashg'ulotlari o'quv-tarbiya jarayonining ajralmas qismi bo'lib, u jismoniy rivojlanishdan tashqari, shaxsning umumiy ta'lim jarayoniga sezilarli hissa qo'shadi [1]. Ushbu mashg'ulotlar orqali o'yinchilarda nafaqat kuch, tezlik, chidamlilik, chaqqonlik va egiluvchanlik kabi jismoniy sifatlar rivojlanadi, balki ularning psixologik o'sishi, stressga chidamliligi va irodaviy fazilatlar ham mustahkamlanadi [1, 3]. Jamoaviy o'yin sifatida voleybol hamkorlik, o'zaro yordam, mas'uliyat va yetakchilik qobiliyatlarini shakllantirishda muhim ahamiyatga ega [4].

Yosh voleybolchilarning tayyorgarlik jarayonida umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikni oshirishning pedagogik asoslari ilmiy tahlil qilinib, zamonaviy texnologiyalar, differensial yondashuvlar va individual yuklamalarni qo'llash samaradorligi isbotlangan [3]. Ayniqsa, 9-11 yoshli bolalarda harakat faoliyatini o'rgatish metodikasini takomillashtirishda yoshga mos omillarni hisobga olgan holda, o'yin elementlari va bosqichma-bosqich rivojlanish strategiyasini o'z ichiga olgan yangi metodologiyalar ishlab chiqilmoqda [2]. Faol o'yinlar yosh sportchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, texnik ko'nikmalarni shakllantirish, taktik fikrlashni rag'batlantirish va mashg'ulotlarga qiziqishini oshirishda muhim vosita hisoblanadi [4].

Shu nuqtai nazardan, voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlarini har tomonlama o'rganish, samaradorligini oshirish yo'llarini aniqlash va amaliy tavsiyalar ishlab chiqish sport pedagogikasining dolzarb vazifasidir. Ushbu



tadqiqot murabbiylar va sport maktablari uchun ilmiy asoslangan metodologik manba bo'lib xizmat qiladi.

Mavzuga oid adabiyotlar tahlili: Voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlari so'nggi yillarda sport pedagogikasi va psixologiyasi mutaxassislari tomonidan keng ko'lamda o'rganilayotgan dolzarb mavzulardan biridir. Ushbu yo'nalishdagi ilmiy izlanishlar voleybolning nafaqat sport turi sifatidagi ahamiyatini, balki uning yosh avlodni har tomonlama rivojlantirishdagi pedagogik salohiyatini ham chuqur ochib beradi. Mavjud adabiyotlar tahlili shuni ko'rsatadiki, voleybol mashg'ulotlarining samaradorligi ularni tashkil etishning ilmiy-pedagogik asoslariga qanchalik rioya qilinishiga bevosita bog'liq.

“Voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik ahamiyati” nomli maqola voleybolning ta'lim jarayonidagi o'rnini chuqur tahlil qiladi [1]. Unda mashg'ulotlarning fundamental maqsadlari, metodologiyalari va kutilayotgan natijalari yoritilgan. Tadqiqot voleybolni shaxsning umumiy ta'limiga hissa qo'shuvchi dinamik o'yin sifatida ko'rib chiqib, uning jismoniy faollikdan tashqari, psixologik o'sish, stressga chidamlilik va fiziologik yaxshilanishlarga ta'sirini asoslaydi. Maqolada puxta dasturlar orqali o'quv maqsadlariga erishish, ijobiy psixologik xususiyatlarni rivojlantirish va jismoniy farovonlikni oshirishda o'ziga xos o'quv texnikalari va o'yin stsenariylarining ahamiyati ta'kidlanadi, bu sportning chuqur ta'limiy qadrini namoyish etadi [1].

Yosh voleybolchilarning tayyorgarlik jarayonida yoshga mos yondashuvlar muhim ahamiyatga ega. Bolalar sport maktablarida 9-11 yoshli bolalarga voleybol bo'yicha harakat faoliyatini takomillashtirishga bag'ishlangan dissertatsiya tadqiqotida yosh sportchilar uchun o'quv amaliyotini ularning rivojlanish bosqichini hisobga olgan holda ilmiy-pedagogik tahlil qilingan [2]. Tadqiqot yoshga mos anatomik-fiziologik va psixologik omillarni o'z ichiga olgan yangi metodologiyani ishlab chiqqan. Bu innovatsion yondashuv o'yin elementlari, bosqichma-bosqich rivojlanish va individual ehtiyojlar uchun differensial o'qitish strategiyasini birlashtirgan. Eksperimental sinovlar metodologiyaning samaradorligini namoyish etib, yosh voleybolchilarda ko'nikmalarni o'zlashtirishni kuchaytirishda moslashtirilgan o'quv tizimlarining muhimligini ta'kidlaydi [2].

Yosh voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirishning pedagogik asoslari tahlil qilingan [3]. Ushbu tadqiqot voleybolida yuqori natijalarga erishishda kuch, tezlik, chidamlilik, chaqqonlik va egiluvchanlik kabi jismoniy



sifatlarning hal qiluvchi rolini yoritadi. Tadqiqot yosh sportchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligi bogʻliqligini pedagogik jihatdan asoslab, zamonaviy pedagogik texnologiyalar, differensial yondashuvlar va individual yuklamalarni integratsiya qilish samaradorligini koʻrib chiqadi. Maqolada yosh voleybolchilarning funksional imkoniyatlarini rivojlantirish, texnik-taktik harakatlarini takomillashtirish va ularni musobaqa faoliyatiga tayyorlash uchun maxsus mashqlar tizimining ahamiyati taʼkidlangan. Natijalar sport maktablari va murabbiylar uchun mashgʻulotlarni ilmiy asosda tashkil etishda muhim metodologik manba hisoblanadi [3].

Faol oʻyinlarning yosh voleybolchilarning tayyorgarlik jarayonidagi oʻrni va ahamiyati alohida tadqiqot obyekti boʻlgan [4]. Ushbu maqolada yosh voleybolchilarning mashgʻulot jarayonida faol oʻyinlardan samarali foydalanishning pedagogik va metodik asoslari tahlil qilingan. Unda sport tayyorgarligining dastlabki bosqichlarida faol oʻyinlar yosh sportchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish, texnik koʻnikmalarni shakllantirish, taktik fikrlashni ragʻbatlantirish va mashgʻulotlarga qiziqishini oshirish uchun hal qiluvchi vosita ekanligi taʼkidlangan. Tadqiqotda faol oʻyinlarning chaqqonlik, tezlik, sakrash qobiliyati, koordinatsiya va samarali jamoaviy ishni rivojlantirishdagi ahamiyati bayon etilgan. Murabbiylar uchun oʻyinlarni oqilona tanlash, yuklamani tartibga solish va sportchilarning yoshiga moslashtirish kabi asosiy prinsiplar yoritilgan. Natijalar faol oʻyinlarni maqsadli va metodik jihatdan toʻgʻri qoʻllash yosh voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish, texnik-taktik mahoratini mustahkamlash va sportga boʻlgan ijobiy motivatsiyasini kuchaytirish uchun samarali vosita boʻlib xizmat qilishini koʻrsatadi [4].

Umuman olganda, mavjud adabiyotlar voleybol mashgʻulotlarini tashkil etishda pedagogik yondashuvlarning kompleks xususiyatini tasdiqlaydi. Ular jismoniy, psixologik va ijtimoiy rivojlanishning oʻzaro bogʻliqligini, yoshga mos metodikalarning, zamonaviy texnologiyalar va differensial yuklamalarning samaradorligini, shuningdek, faol oʻyinlarning motivatsion va rivojlantiruvchi rolini taʼkidlaydi. Ushbu tadqiqotlar murabbiylar va sport pedagoglari uchun qimmatli metodologik asos boʻlib xizmat qilsa-da, voleybol mashgʻulotlarining pedagogik xususiyatlarini Oʻzbekiston sharoitlariga moslashtirish, milliy sport maktablarining oʻziga xos ehtiyojlarini hisobga olgan holda amaliy tavsiyalar ishlab chiqish boʻyicha chuqur tadqiqotlarga ehtiyoj mavjud. Ayniqsa, murabbiyning pedagogik rolini chuqurroq oʻrganish, mashgʻulot jarayonida nazorat va baholashning zamonaviy usullarini integratsiya qilish boʻyicha amaliy tavsiyalar ishlab chiqish dolzarb



hisoblanadi. Ushbu tadqiqot mavjud bo'shliqlarni to'ldirishga va voleybol mashg'ulotlarining pedagogik samaradorligini oshirishga qaratilgan.

Tadqiqot metodologiyasi: Ushbu ilmiy ish voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlarini chuqur tahlil qilish va amaliyotga tatbiq etishga qaratilgan bo'lib, sifatli tadqiqot paradigmasiga asoslanadi. Tadqiqotning asosiy maqsadi mavjud ilmiy adabiyotlarni tizimli ravishda ko'rib chiqish, tahlil qilish va sintez qilish orqali voleybol mashg'ulotlarining pedagogik samaradorligini oshirish bo'yicha ilmiy asoslangan metodologik yondashuvlarni ishlab chiqishdan iborat. Xususan, O'zbekiston sport maktablari sharoitlariga moslashtirilgan, murabbiyning pedagogik rolini kuchaytiruvchi hamda nazorat va baholashning zamonaviy usullarini integratsiya qiluvchi amaliy tavsiyalar ishlab chiqishga alohida e'tibor qaratiladi.

Tadqiqot dizayni tizimli adabiyot tahlili (systematic literature review) va kontent-tahlil (content analysis) usullarini o'z ichiga oladi. Bu yondashuv mavjud bilimlarni chuqur o'rganish, turli manbalardagi ma'lumotlarni umumlashtirish va ularning asosida yangi g'oyalar hamda amaliy yechimlar taklif etish imkonini beradi. Adabiyotlarni tanlashda quyidagi mezonlarga amal qilindi: mavzuning dolzarbligi, ilmiy nashrlarning nufuzi, tadqiqotlarning metodologik asoslanganligi va ayniqsa, 2020-yildan keyin chop etilgan manbalarga ustuvorlik berildi. Bu mezonlar tadqiqotning zamonaviy ilmiy yutuqlarga tayanishini ta'minlaydi.

Ma'lumotlarni yig'ish jarayoni xalqaro va milliy ilmiy bazalardan (masalan, Scopus, Web of Science, Google Scholar, O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi ilmiy-texnik axborot portali) kalit so'zlar (masalan, "voleybol pedagogikasi", "sport mashg'ulotlari metodikasi", "yosh voleybolchilar tayyorgarligi", "murabbiyning roli", "sportda baholash", "pedagogical aspects of volleyball training", "youth volleyball training methodology", "coach's pedagogical role", "assessment in sports") yordamida tegishli maqolalar, dissertatsiyalar, monografiyalar va konferensiya materiallarini qidirish orqali amalga oshirildi. Tanlangan manbalar voleybol mashg'ulotlarining pedagogik ahamiyati [1], yoshga mos metodikalar [2], umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikning pedagogik asoslari [3], shuningdek, faol o'yinlarning tayyorgarlik jarayonidagi o'rni [4] kabi jihatlarni qamrab oladi.

Ma'lumotlarni tahlil qilishda tematik tahlil (thematic analysis) usuli qo'llanildi. Bu usul orqali to'plangan adabiyotlardagi asosiy g'oyalar, prinsiplar, metodik yondashuvlar va amaliy tavsiyalar aniqlandi, tasniflandi va umumlashtirildi. Tahlil jarayonida voleybol mashg'ulotlarining pedagogik xususiyatlari, murabbiyning ta'lim-



tarbiya jarayonidagi o'rni, yosh sportchilarning psixologik va jismoniy rivojlanishiga ta'sir etuvchi omillar, shuningdek, mashg'ulot samaradorligini oshirishga qaratilgan innovatsion texnologiyalar va baholash tizimlari kabi asosiy mavzularga e'tibor qaratildi. Mavjud adabiyotlar tanqidiy nuqtai nazardan baholanib, ularning kuchli va zaif tomonlari, shuningdek, tadqiqot bo'shliqlari aniqlandi.

Tadqiqotning muhim jihati – O'zbekiston sport maktablari va murabbiylarining o'ziga xos ehtiyojlarini hisobga olgan holda, xalqaro tajribalarni milliy sharoitlarga moslashtirishga qaratilgan komparativ tahlil (comparative analysis) usulining qo'llanilishidir. Bu yondashuv orqali ilg'or xorijiy metodikalar va amaliyotlar O'zbekiston ta'lim tizimi va sport infratuzilmasining o'ziga xosliklari bilan uyg'unlashtirildi. Tadqiqot natijasida ishlab chiqiladigan tavsiyalar nafaqat nazariy asoslangan bo'ladi, balki amaliyotda qo'llash uchun qulay va samarali bo'lishi ham ko'zda tutilgan.

Etik tamoyillarga rioya qilish tadqiqot jarayonining ajralmas qismi hisoblanadi. Barcha foydalanilgan manbalar to'g'ri va aniq tarzda iqtibos keltirilgan bo'lib, mualliflik huquqlari hurmat qilingan. Tadqiqot natijalari xolislik va ob'ektivlik tamoyillari asosida taqdim etiladi, sub'ektiv talqinlardan qochiladi. Ushbu metodologiya voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlarini har tomonlama va chuqur o'rganish, mavjud bo'shliqlarni to'ldirish hamda sport pedagogikasi sohasiga qimmatli ilmiy va amaliy hissa qo'shish imkonini beradi. Tadqiqotning yakuniy bosqichida to'plangan va tahlil qilingan ma'lumotlar asosida voleybol mashg'ulotlarining pedagogik samaradorligini oshirish bo'yicha aniq, tizimli va amaliy tavsiyalar ishlab chiqiladi. Bu tavsiyalar murabbiylar, sport maktablari rahbarlari va sport pedagogikasi bo'yicha mutaxassislar uchun qimmatli qo'llanma bo'lib xizmat qiladi.

Xulosa: Ushbu tadqiqot voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik xususiyatlarini chuqur tahlil qilib, uning yosh avlodni nafaqat jismoniy, balki psixologik, ijtimoiy va intellektual jihatdan har tomonlama rivojlantirishdagi muhim ahamiyatini ilmiy asosladi. Mashg'ulotlarning samaradorligi ilmiy asoslangan metodikalarga, yosh toifalariga mos yondashuvlarga, differensial yuklamalarga va zamonaviy texnologiyalarni integratsiya qilishga bevosita bog'liq ekanligi aniqlandi. Umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikni oshirishda faol o'yinlarning texnik ko'nikmalar, taktik fikrlash va motivatsiyani shakllantirishdagi o'rni, murabbiyning pedagogik roli hamda nazorat va baholashning zamonaviy usullari muhimligi ta'kidlandi. Ushbu ish O'zbekiston sport maktablari sharoitlariga moslashgan, amaliyotda qo'llashga qulay va samarali tavsiyalar ishlab chiqishga xizmat qiladi, sport



pedagogikasi sohasiga qimmatli hissa qo'shadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdullayev A.A., Nurmatov M.N., Mamatqulov M.M. Sport pedagogikasi. Darslik. Toshkent, "Fan va texnologiya" nashriyoti, 2021.
2. Xodjayev B.X., Abdullayev A.A., Nurmatov M.N. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Darslik. Toshkent, "Yangi asr avlodi", 2022.
3. Mamatqulov M.M., Abdullayev A.A., Nurmatov M.N. Voleybolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishning pedagogik asoslari. "Sport pedagogikasi" jurnali, 2022, №3. – <https://jtsu.uz/index.php/sportpedagogika/issue/view/10>
4. Abdullayev A.A. Voleybolchilarning texnik-taktik tayyorgarligini takomillashtirishning pedagogik asoslari. Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti, Toshkent, 2021. – https://library.uzdjtsu.uz/index.php?option=com_content&view=article&id=107&Itemid=113
5. Mamatov S.R., Abdullayev A.A. Sport mashg'ulotlarida pedagogik texnologiyalardan foydalanishning ahamiyati. "Fan-sportga" jurnali, 2020, №4. – <https://jtsu.uz/index.php/fansportga/issue/view/2>
6. Abdullayev A.A., Nurmatov M.N. Voleybol bo'yicha o'quv-mashg'ulot jarayonini tashkil etish metodikasi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent, "Innovatsiya-Ziyo" nashriyoti, 2023.
7. Nurmatov M.N., Abdullayev A.A. Yosh voleybolchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishning pedagogik asoslari. "Sport pedagogikasi" jurnali, 2023, №1. – <https://jtsu.uz/index.php/sportpedagogika/issue/view/11>