

## **BO‘LAJAK VOLEYBOLCHILARGA QO‘YILADIGAN TALABLAR**

**Yuldashev Sardorbek Adilbekovich**

Fakultetlararo jismoniy madaniyat va  
sport kafedrasini mudiri

**Xolbutaev Jaxongir Oibek o‘g‘li**

ADU magistranti

### **ANNOTATSIYA**

*Talaba nafaqat o‘rgatish (o‘qitish) obyekti va subyektidir, balki u bo‘lajak kasbiy-pedagogik faoliyatning ham (o‘qituvchi, trener) obyekti va subyekti sifatida ta’lim oladi. Maqolada bo‘lajak voleybolchilarga qo‘yiladigan talablar haqida so‘z boradi.*

**Kalit so‘zlar:** sport, voleybol, o‘qituvchi-trener, talaba, malakaviy talablar, pedagogik funksiyalar, jismoniy tayyorgarlik.

### **АННОТАЦИЯ**

*Учащийся является не только объектом и субъектом обучения, но и объектом и субъектом будущей профессионально-педагогической деятельности (педагог, тренер). В статье рассматриваются требования к будущим волейболистам.*

**Ключевые слова:** спорт, волейбол, педагог-тренер, воспитанник, квалификационные требования, педагогические функции, физическая подготовка.

### **ABSTRACT**

*The student is not only the object and subject of learning, but also the object and subject of future professional and pedagogical activity (teacher, coach). The article discusses the requirements for future volleyball players.*

**Keywords:** sport, volleyball, teacher-trainer, student, qualification requirements, pedagogical functions, physical training.

### **KIRISH**

XXI asr inson va jamiyat taraqqiyotida ilm-fan, texnika va innovatsion texnologiyalarning global miqyosda jadal sur‘atlar bilan shakllana borishi, ishlab chiqarish, uy-ro‘zg‘or, yo‘l harakatlari, hatto intellektual jarayonlarni “avtomatlar”, kompyuterlar va robotlar “qo‘liga” topshirmoqda. Ushbu vaziyat bir tomondan odamzot uchun barcha qulayliklarni muhayyo etsa, ish sifati va samaradorligini oshirsa, ikkinchi tomondan jismoniy mehnat-mushaklar faoliya-tini nihoyatda chegaralab qo‘ymoqda. Aynan ikkinchi holatning ustuvorligi asta-sekin gipokineziya

(kam harakatlanish) dardiga muhtalo qiladi. Gipokineziya esa, o'z navbatida hayotga xavf soluvchi zamon sivilizatsiyasiga xos hastaliklar (ishemiya, gipertoniya, bronx astmasi, nevroz, osteoxandroz va h.k.)ni keltirib chiqarishi isbot talab qilmaydi. To'g'ri, ushbu kasalliklardan xalos bo'lish uchun "o'tkir" doridarmonlar va zamonaviy muolaja usullari mavjud. Lekin bunday vositalar bir darddan "ozod" qilib, ikkinchi bir dardni "chaqirishi" ehtimoldan holi emas. Olimlar tomonidan azaldan ilmiy asosda isbot qilinganki, gipokineziyani oldini oluvchi yoki davolovchi yagona va o'ta samarali "dori-darmon" – me'yorlangan jismoniy tarbiya va sport mashqlaridir.

Demak, iftixor bilan ta'kidlash mumkinki, Yurtboshimiz tomonidan qo'llabquvvatlanayotgan va davlat siyosati doirasida rivoj topayotgan jismoniy tarbiya va sport sharafli sohaga aylanib bormoqda. Shunday ekan, ayni vaqtda jismoniy tarbiya hamda ommaviy sportni aholining, ayniqsa o'quvchi-yoshlar-ning kundalik hayotiy ehtiyojiga aylantirish va, albatta, yurtimiz bayrog'ini Olimp cho'qqilariga olib chiqishga qodir iste'dodli sport zahiralari hamda raqobatbardosh sportchilar tayyorlovchi professional kadrlar yetishtirish soha-ning o'ta dolzarb vazifalaridan biridir.

Jismoniy tarbiya va xususan voleybol bo'yicha tayyorlanadigan o'qituvchitrenerning modeli "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" muvofiq ta'lim yo'nalishiga mo'ljallangan DTS va fan dasturi talablari bilan belgilanadi.

Voleybol ixtisosligi bo'yicha bakalavriaturada ta'lim olayotgan talaba – bo'lajak o'qituvchi-trenerda dasturda belgilangan kasbiy-pedagogik bilim, amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtirishga qaratiladi.

## **MUHOKAMA VA NATIJALAR**

Voleybol ixtisosligi bo'yicha trener-o'qituvchining ko'p komponentli kasbiy-pedagogik funksiyalarining (boshqaruvchilik, mashq-lantirish, tashkilotchilik, tarbiyachilik va h.k.) tarkibiy tuzilishi, mohiyati, maz-muni haqida chuqur va keng tasavvurga ega bo'lishi, mavjud ilg'or tajribalar va ilmiy-tadqiqot natijalariga asoslangan nazariy bilimlar, amaliy ko'nikma hamda malakalarni o'zlashtirishini ta'minlash, ularni malakaviy amaliyotlar davomida mukammallashtirish, voleybolga tanlov o'tkazish, diagnostik, seleksion-prognostik ishlar kabi kasbiy-funksional qobiliyatlarga ega bo'lishi, turli yoshli va malakaga mansub voleybolchilar bilan mashg'ulot hamda musobaqalar o'tkazish, hakamlik qilish va musobaqani boshqarish sirlarini o'rgatishga mo'ljallanadi.

## **XULOSA VA TAKLIFLAR**

Ushbu fan dasturiga asosan talabaga quyidagi malakaviy talablar qo'yiladi.  
Talaba:

- "Voleybol nazariyasi va uslubiyati" fani dasturiga kiritilgan barcha ma'ruza mavzulari bo'yicha beriladigan nazariy bilimlar, seminar va amaliy mashg'ulotlar, malakaviy amaliyotlar davomida shakllantiriladigan kasbiy-pedagogik ko'nikma va malakalarni o'zlashtirishi;

- mazkur jarayonda mahalliy va xorijiy mutaxassislarining ilg'or tajribalari, innovatsion-pedagogik va axborot-kommunikatsion texnologiyalardan faol foydalanishi;

- fanga doir tarixiy-evolyutsion materiallar, jismoniy, texnik-taktik va psixologik tayyorgarlik jarayonlarining mohiyati, mazmuni hamda ushbu jarayonlarni amalga oshirish texnologiyasi, uslublari, vositalari va prinsiplarini bilishi;

- o'yin texnikasi va taktikasi, ularga o'rgatish, tanlov va seleksion ishlar, turli yosh va malakaga mansub voleybolchilar hamda jamoalar bilan mashg'ulot o'tkazish texnologiyasini chuqur egallashi;

- musobaqa qoidalari, hakamlar va hakamlik qilish, musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish, musobaqa samaradorligini ilmiy asosda aniqlash, olingan natijalar yordamida jamoani boshqarish bilan bog'liq bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirishi;

- tayyorgarlik turlari mohiyati va mazmunini bilish, ularni rivojlantirish, ularni shakllanish dinamikasini ilmiy-pedagogik uslublar, test mashqlari yordamida baholash ko'nikmalari va mezonlarini bilish hamda qo'llash malakalariga ega bo'lishi;

- o'qituvchi-trenerning ko'p komponentli kasbiy-pedagogik funksiyalari – boshqaruvchilik, tashkilotchilik, tarbiyachilik, ijodkorlik, loyihachilik, kommunikativlik, diagnostik, seleksion-prognostik ishlarni tashkil qilish ko'nikmalarini o'zlashtirishi;

- qayd etilgan kasbiy-pedagogik bilim, ko'nikma va malakalarni nazariy (ma'ruza), amaliy hamda seminar mashg'ulotlari, malakaviy amaliyotlar, turli ilmiy-amaliy anjumanlarda kurs ishlari va bitiruv malakaviy ishlarni bajarish davomida mukammallashtirishi;

- harakatlar zahirasi boyitish, texnik-taktik mahorat doirasini kengaytirish va sog'liqni mukammallashtirishda muhim rol o'ynovchi "o'naqay va chapa-qay" harakat funksiyalarini simmetrik tartibda shakllantirish texnologiyasi, vositalari hamda prinsiplarini o'rganish, o'zlashtirish va amalda qo'llash ko'nik-masiga ega bo'lishi;

---

- mashg'ulot va musobaqa davomida yuklamalardan toliqish alomatlarini vizual va maxsus testlar asosida aniqlash, ularni bartaraf etish vositalari, ish qobiliyatini tiklash bilan bog'liq bilim, ko'nikma va malakalarini o'zlashtirishi kerak.

### **REFERENCES**

1. Айрапетьянц Л.Р. Волейбол. Учебник для высших учебных заведений. – Т.: Зар qalam. 2006.
2. Беляев А.В. Обучение технике игры в волейбол и её совершенствование. Методическое пособие. Олимпия. Человек. – М.: 2008.
3. Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры. // Спортивные игры, подвижные игры. – М.: Влад ос, 2003.