YOSHLAR O‘RTASIDA VOLEYBOL MASHG‘ULOTI ORQALI VATAN PARVARLIK TUYG‘USINI SHAKILLANTIRISH YO‘LLARI

Abdullayev Botirjon Rahimjonivich
Namangan davlat universiteti jismoniy madaniyat kafedrasi o‘qituvchisi
e-mail:*abdullayevbotirjon692@gmail.com*

Annotatsiya: Mazkur tezisda yoshlar o‘rtasida voleybol mashg‘uloti orqali vatan parvarlik tuyg‘usini shakillantirish yo‘llari haqida nazariy ma’lumoylat bayon etilgan.

Kalit so‘zlar: Tayyorgarlik, sifatlar, takomillashtirish, mashq, harakatli o‘yinlar.

Аннотация: В данной дипломной работе представлены теоретические сведения о путях формирования чувства патриотизма у молодежи посредством занятий волейболом.

Ключевое слово: Подготовка, качества, совершенствование, практика, подвижные игры.

Annotation*:* In this thesis, theoretical information about the ways of forming a sense of patriotism among young people through volleyball training is presented.

Key words*:* Preparation, qualities, improvement, exercise, action games.

Ishning dolzarbligi Mamlakat raxbari tashabbusi bilan ushbu sohani rivojlantirishga oid qabul qilingan qator farmon va qarorlarda belgilangan vazifalarni aksariyati, ommaviy sport faoliyatini tizimli va samarali tashkil qilish va barcha ijtimoiy qatlamlarini, ayniqsa bolalar, o’smirlar va yoshlarni ommaviy ravishda jismoniy faollikka jalb qilishga, bu borada tegishli infratuzilma va boshqa zarur ilmiy-amaliy shart-sharoitlarni yaratishga hamda mazkur harakatlar negizida olimpiya va milliy sport turlarini rivojlantirishga alohida e’tibor qaratilmoqda.

Bunga misol qilib O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi PF-5368-son “Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi farmoni Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 4-martdagi 122-son “Sport turlari bo‘yicha terma jamoalar tarkibiga sportchilarni saralab olish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorlar va O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining Sh. Mirziyoev tomonidan 2021-yil 5-noyabrdagi “O‘zbekiston Respublikasida 2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo‘lib o‘tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII-Paralimpiya o‘yinlari dasturlariga kiritilgan sport turlaridan kelib chiqib sport turlarini yanada takomillashtirish va ommalashtirish to‘g‘risida”gi PQ – 5279 - sonli farmonini ko‘rsatish mumkin va boshqa bu sohaga tegishli me’yoriy-huquqiy hujjatlarda aks etgan vazifalarni amalga oshirishga ushbu tadqiqoti muayyan darajada xizmat

qiladi.Albatta oxirgi yillarda voleybol bo‘yicha Milliy chempionatlar obro‘si va darajasini oshirish bo‘yicha ishlar etarlicha olib borilmayotganligi, yuqori malakali va sport zahiralari tayyorgarligini tashkil etish va mazmuniga etarli darajada ahamiyat berilmayotganligi ko‘p bor bayon etilgan. O‘quv-mashg‘ulot jarayoni va viloyatlarda bolalar-o‘smirlar jamolalari orasida musobaqalarni past darajada tashkil etish, alohida hududlarda jismoniy tarbiya va sport bo‘limlari ishining yaxshi yo‘lga qo‘yilmaganligi bilan bog‘liqdir. Bunday kamchiliklar belgilangan, davlat darajasidagi yuqorida bayon etilgan xujjatlar, voleybol rivoji uchun imkoniyat yaratmoqda.

Voleybol sport turi bilan shug‘ullanishda, barcha jismoniy sifatlarni rivojlanishi kuzatiladi. Organizmni turli organ va tizimlari faoliyati voleybol sport turi bilan shug‘ullanishda yaxshilanadi va rivojlanadi. Shuning uchunyurtimiz aholisini sog‘lom turmush tarzini shakllantirishda, voleybol sport turi hozirgi kunda asosiy omillardan hisoblanadi.

Bundan tashqari, voleybol bo‘yicha yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashda, amaliy va nazariy bilim, ko‘nikma va malakalarni berishdagi asosiy hisoblanadi.

Jismoniy tarbiya darslari: - maktabda jismoniy tarbiya va ta’limning asosiy shakli. Ularning miqdori tayanch o‘quv jismoniy rejasida haftasiga 2 o‘quv soati hisobidan belgilangan. Xalq ta’limi vazirligining 2010-yil mart oyidagi qaroriga ko‘ra belgilangan 2 soatlik dars o‘quvchilar jismoniy mashqlariga bo‘lgan ehtiyojini faqat 9-10% qondrilishini hisobga olib, maktab soatlari hisobidan 3 soatdan 5 soatgacha ko‘paytirishni ham belgilab qo‘ygan.

Harakat faoliyatining darsdan tashqari shakllari:

Jismoniy mashg‘ulotlarning sinfdan tashqari shakllari:

Sport to‘garaklari, o‘quvchilar qiziqishiga qarab ochilgan to‘garaklar va boshqalar.

Umummaktab tadibirlari, bayramlar, sport turlari bo‘yicha musobaqalar, spartakiadalar, viktorinalar va boshqalar.

Mustaqil mashg‘ulotlar: ko‘pincha uy vazifalarini bajarish tarzida, bolalar va o‘smirlar sport maktabi sport sho‘’balaridagi mashg‘ulotlar. Safarlar, o‘yinlar va boshqalar. Mashg‘ulotlarning barcha shakllari haftasiga boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun 8-10 soat, 5-9 sinf o‘quvchilari uchun 10-12 soat harakat tartibini ta’minlab berish kerak. elgilangan hajm o‘quvchilarning ko‘rsatilgan guruhlari uchun yetarli darajada zarur va minimal darajada majburiydir. Nosog‘lom, jismoniy rivojlanish va tayyorgarlik past darajali o‘quvchilar uchun maxsus (individual-differensial) rejim o‘rganiladi. O‘quvchilarning jismoniy tayyorgarligi darajasini belgilovchi bilim ko‘nikma malakalar.

Umumiy xulosa shundaki, jismoniy tarbiya darslaridagi harakatli oʻyinlarda aqliy va jismoniy tarbiya jarayonlari qoʻshib olib borilishi, ularning tarbiyaviy jihatlarini koʻzda tutish lozimdir. Buning uchun oʻqituvchilar va mutaxassis xodimlar harakatli oʻyinlarning mazmunlariga jiddiy e’tibor berishlari, oʻtiladigan joy va kerakli asbob-uskunalardan ehtiyotkorlik bilan, maqsadli foydalanishlariga toʻgʻri keladi. Harakatli oʻyinlarda ijtimoiy mehnat tarbiyasi “Mehnat-mehnatdan unar”, “Mehnat mehnatning tagi rohat”, “Mehnat qilsang rizqing butun boʻladi”, kabi maqollar behisob koʻp. Chunki, mehnatsiz turmush-oʻgʻirlik, vahshiylikni keltirib chiqaradi. Shu boisdan ham insonlar bolalikdan boshlab mehnatga oʻrgatishga alohida e’tibor berib kelingan.

Xulosa qadimgi ajdodlarimiz va keyingi avlodlarimiz ham mehnat jarayonlarini har xil harakatli oʻyinlarda aks ettirgan. Bu oʻyinlarning mazmunida mehnat turlari ifoda etilib, shugʻullanuvchilarning jismoniy rivojlanishdagi eng muhim boʻlgan sifat belgilari ifodalanadi. Shu asosda oʻquvchi-yoshlarning salomatliligi, qiziqishi va jinsiga qarab oʻyinlarni tanlash lozim. Kasb-hunar yoʻlidagi oʻquvchilarga moslashtirib, ixtisoslikka qaratilgan harakatli oʻyinlarni ham saralash maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR ROʻYXATI

1. Oʻzbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2020-yil 4-martdagi 122-son “Sport turlari boʻyicha terma jamoalar tarkibiga sportchilarni saralab olish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari toʻgʻrisida”gi qarorlar. Mabuot.uz

2. Программа развития децко-юносҳеского волейбола в Восточно-Казахстанской области на 2016-2020 годы.- Усть-Каменогорск. - 2016.- 94с.

3. Шарафеева А.Б. Физическая подготовка волейболистов. Методические рекомендации. - Томск. - 2008. -54 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. всч. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 5е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2007 С. 32-51.

5. Шомуратов А. А. Методика подготовки юных волейболистов в современных условиях // Молодой ученый. -2015. - №13. - С. 760-763.

6. Ғофуров, Абдувохид Махмудович, and Абдушокир Махмудович Ғофуров. "ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ НА ПУТИ К УСОВЕРШЕНСТВОВАНИИ." INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". Vol. 3. No. 1. 2024.

7. Mukhammedovich, Jurayev Vokhidjon. "Psychological Foundations of Willpower in the Formation of Competition Motivation in Athletes." Central asian

journal of literature, philosophy and culture 3.11 (2022): 315-318.

8.Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA’VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." Science and innovation in the education system 2.7 (2023): 106-112.

9.Makhmudovich, Gofurov Abduvokhid, and Gofurov Abdushokir Makhmudovich. "STUDY OF FUNCTIONAL INDICATORS OF YOUNG SWIMMERS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.10 (2023): 29-31.

10.Makhmudovich, Gafurov Abdushokir. "Medical problems of sports selection and sports orientation." ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603 11.12 (2022): 313-318.

11.Abduvalievich, Abdullaev Rustamjon. "NECESSARY FORMATION OF COMPLEX COMPETENCE SAFETY OF TOURIST SERVICES DURING THE DEVELOPMENT OF A STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL." Science and Innovation 2.2 (2023): 261-264.

12.Abdullabdullaev, R. "BASES OF SCIENTIFIC AND TECHNOLOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF FORMATION OF SPECIAL TOURIST KNOWLEDGE, ABILITIES AND SKILLS." Science and innovation 2.B3 (2023): 122-123.

13.Жураев, Вохиджон Мухаммедович. "СПОРЧИЛАРНИНГ ДАЪВОГАРЛИК ДАРАЖАСИ ВА ИРОДАВИЙ СИФАТЛАРИНИНГ ПСИХОЛГИК ХУСУСИЯТЛАРИ." Academic research in educational sciences 4.TMA Conference (2023): 894-900.

14.Abdullayev, Rustam. "The Process Of Quality Education-As A Mechanical Combination Of Teaching And Learning Processes." Procedia of Social Sciences and Humanities 4 (2022): 57-59.

15.Abdullayev, Rustam. "INDICATORS OF CRITERIA FOR EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF FORENSIC SUPPORT FOR THE INSPECTION OF THE SCENE." ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В СОВРЕМЕННОЙ НАУКЕ. 2022.

16.Араббоев, К. Т., and Е. Я. Михайлова. "ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИЙ ИНТЕГРИРОВАННОГО МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ." Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi 7 (2023): 753-757.945825205

17.Mukhammedovich, Juraev Vohidjon. "Psychological Features of Competitive Motivation of Athletes." Central asian journal of literature, philosophy and culture 3.11 (2022): 312-314.

18.Tokhirzhonovich, Arabboev Kakhramon. "The effect of physical activity on the body of schoolchildren in physical education lessons." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 11.12 (2023): 112-115.

19.Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT ACTIVITY AND LIFESTYLE." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.09 (2023): 58-63.

20.Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA’VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." Science and innovation in the education system 2.7 (2023): 106-112.

21.Араббоев, Қ. Т. "Жисмоний тарбия дарсларида талабалар ўқув-спорт фаоллигини оширишда шахсга йўналтирилган таълим турларининг ўрни." Фан-спортга Учредители: Узбекский государственный университет физической культуры и спорта 6: 68-71.

22.Muratova, Gulnara Rashitovna. "PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS BASED ON THE POSSIBILITY OF AEROBICS." INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION". Vol. 3. No. 1. 2024.

23.Rashitovna, Muratova Gulnara, and Atadjanov Asadbek Baxtiyor o'g'li. "IMPLEMENTATION OF NEW TECHNOLOGIES IN THE AEROBICS PROGRAM FOR FEMALE STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 13.01 (2024): 38-41.

24.Umarov, Abdusamat Abdumalikovich, and Zulxumor Urinboyevna Umarova. "Talaba-yoshlarni jismoniy sifatlarini rivojlantirishda milliy va harakatli o ‘yinlarning o ‘rni." Scientific progress 4.1 (2023): 260-265.

25.Умаров, А. А., Умарова З. У. (2023). СПОРТ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА: ИНСТИТУЦИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД. МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ВРЕМЯ НАУЧНОГО ПРОГРЕССА» , 2 (2), 46–52. Получено с http://academicsresearch.ru/index.php/ispcttosp/article/view/1264.

26.Umarov, A. A., and L. I. Kutyanin. "New defoliants: search, properties, application." Chemistry (2000).