

VOLEYBOL BO'YICHA MASHG'ULOTLAR JARAYONIDA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARDAN FOYDALANISH SAMARADORLIGINI TAHLIL QILISH

Abduraxmonov Otaxon Rustamovich
O'Z D J T sport universiteti Farg'ona filiali
“Sport o'yinlari nazariyasi va
uslubiyati kafedrası” katta o'qituvchisi

Annotatsiya:

Ushbu maqolada voleybol bo'yicha mashg'ulotlar jarayonida zamonaviy texnologiyalardan foydalanish samaradorligi tahlil qilinadi. Har xil texnologik vositalar va ularning o'yinchilarning jismoniy, texnik va taktik mahoratini oshirishga ta'siri ko'rib chiqiladi. Tadqiqot kuzatishlar, murabbiylar va sportchilar bilan suhbatlar, shuningdek, mashg'ulotlar va musobaqalar natijalarini tahlil qilish orqali olingan ma'lumotlarni o'z ichiga oladi.

Абстрактный:

В данной статье анализируется эффективность использования современных технологий во время тренировки по волейболу. Рассмотрены различные технологические инструменты и их влияние на улучшение физических, технических и тактических навыков игроков. В исследование включены данные, полученные путем наблюдений, интервью с тренерами и спортсменами, а также анализа результатов тренировок и соревнований.

Abstract:

This article analyzes the effectiveness of using modern technologies during volleyball training. Various technological tools and their impact on improving players' physical, technical and tactical skills are examined. The research includes data obtained through observations, interviews with coaches and athletes, as well as analysis of training and competition results.

Kalit so'zlar: voleybol, zamonaviy texnologiya, tayyorgarlik, samaradorlik, jismoniy tayyorgarlik, texnik mahorat, taktik mahorat.

Ключевые слова: волейбол, современные технологии, тренировка, эффективность, физическая подготовка, техническое мастерство, тактическое мастерство.

Key words: volleyball, modern technology, training, efficiency, physical training, technical skill, tactical skill.

KIRISH

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

Zamonaviy sport mashg'ulotlar jarayoniga yangi texnologiyalarni faol ravishda kiritadi. Voleybolda bu mashg'ulotlar sifatini oshirish, sportchilarni tayyorlash samaradorligini oshirish va mashg'ulotlar dasturlarini optimallashtirish imkonini beradi. O'quv jarayoniga texnologiyani joriy etish o'yin harakatlarini tahlil qilish va sozlash uchun yangi imkoniyatlar ochadi.

Dolzarbligi

Professional sportning kuchli raqobat sharoitida sportchilar tayyorgarligini yaxshilash uchun barcha mavjud imkoniyatlardan foydalanish muhim ahamiyatga ega. Zamonaviy texnologiyalar o'quv jarayonini tahlil qilish va optimallashtirish uchun noyob vositalarni taqdim etadi. Ularning samaradorligini o'rganish bizga o'quv amaliyotiga qo'shilishi mumkin bo'lgan eng foydali usul va yondashuvlarni aniqlash imkonini beradi.

Tadqiqning maqsadi

Tadqiqot maqsadi voleybol bo'yicha mashg'ulotlar jarayonida zamonaviy texnologiyalardan foydalanish samaradorligini tahlil qilish va ularning futbolchilarning jismoniy, texnik va taktik mahoratini oshirishga ta'sirini aniqlashdan iborat.

Vazifalar

Voleybol mashg'ulotlarida qo'llaniladigan zamonaviy texnologiyalar turlarini o'rganish.

Texnikaning futbolchilarning jismoniy tayyorgarligiga ta'sirini baholang.

Texnik va taktik ko'nikmalarni rivojlantirishga texnologiyaning ta'sirini tahlil qilish.

O'quv jarayoniga texnologiyani integratsiya qilish bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot usullari

Kuzatish - zamonaviy texnologiyalardan foydalangan holda mashg'ulotlarni monitoring qilish.

So'rovlar va intervyular - murabbiylar va o'yinchilardan texnologiyani idrok etish va uning mashg'ulot jarayoniga ta'siri haqida ma'lumot to'plash.

Mashg'ulotlar va raqobat ko'rsatkichlarini tahlil qilish - texnologiyadan foydalanish natijasida olingan natijalarning statistik tahlili.

Adabiyot tahlili - mavzu bo'yicha mavjud tadqiqotlar va nashrlarni o'rganish.

Natijalarning tahlili

Voleybolda zamonaviy texnologiyalar turlari

Eng ko'p ishlatiladigan texnologiyalarga quyidagilar kiradi:

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

- Video tahlili : xatolar va to'g'ri texnikani aniqlash uchun mashg'ulotlar va o'yinlarni yozib olish va tahlil qilish.
- Kuzatuv tizimlari : GPS va sensorlar yordamida o'yinchi harakatlarini kuzatish.
- Virtual haqiqat (VR) : Taktik fikrlash va reaksiyani yaxshilash uchun virtual muhitda mashq qilish.
- Treningni rejalashtirish dasturi : o'quv rejalarini avtomatlashtirish va optimallashtirish.

Texnologiyaning jismoniy tayyorgarlikka ta'siri

Mashg'ulotlarni tahlil qilish uchun kuzatuv tizimlari va dasturiy ta'minotdan foydalanish yuklarni aniqroq rejalashtirish, mashg'ulotlar jarayonini optimallashtirish va futbolchilarning jismoniy tayyorgarligini oshirish imkonini beradi. Ma'lumotlar tahlili shuni ko'rsatdiki, texnologiyadan foydalanish sportchilarning chidamliligi, tezligi va kuchini oshirishga yordam beradi.

Texnik va taktik ko'nikmalarni rivojlantirish

Video tahlil va VR treningi sizga o'yin vaziyatlarini batafsil tahlil qilish va zarbalar, xizmat ko'rsatish va blokirovkalarni bajarish texnikasini yaxshilash imkonini beradi. Murabbiylar va futbolchilarning ta'kidlashicha, ushbu texnologiyalardan foydalanish taktik tuzilmalarni yaxshiroq tushunishga yordam beradi va o'yin xabardorligini oshiradi.

Voleybol bo'yicha mashg'ulotlar jarayonida zamonaviy texnologiyalardan foydalanish sportchilarni tayyorlash samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Voleybol mashg'ulotlarida faol qo'llaniladigan asosiy texnologik yangiliklardan ba'zilari:

Video tahlili : Murabbiylar o'yinchi texnikasini, jamoa taktikasini tahlil qilish va zaif tomonlarini aniqlash uchun o'yin va mashg'ulotlarning video yozuvlaridan foydalanadilar. Zamonaviy video tahlil dasturlari sizga asosiy fikrlarni ajratib ko'rsatish, statistik tahlillarni o'tkazish va individual o'quv rejalarini yaratish imkonini beradi.

Harakatni kuzatish tizimlari : taqiladigan qurilmalar va sensorlar o'yinchilarning maydondagi harakatlarini, masalan, tezlik, tezlashuv, sakrash balandligi va boshqalarni kuzatishi mumkin. Ushbu ma'lumotlar murabbiylarga mashg'ulotlar dasturlarini optimallashtirish va jarohatlarning oldini olishga yordam beradi.

Virtual haqiqat : VR texnologiyalari sizga o'yin vaziyatlari va mashg'ulotlarning simulyatsiyasini yaratishga imkon beradi. Bu o'yinchilarga strategik fikrlashni rivojlantirishga, reaksiyalarni yaxshilashga va real vaqtda qaror qabul qilishga yordam beradi.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

Ma'lumotlar tahlili va mashinani o'rganish : Katta hajmdagi o'yinchilarning ishlashi haqidagi ma'lumotlarni to'plash va tahlil qilish murabbiylarga xatti-harakatlar modellarini aniqlashga, o'yin strategiyalarini optimallashtirishga va moslashtirilgan o'quv dasturlarini ishlab chiqishga yordam beradi.

Mobil ilovalar : Maxsus o'quv dasturlari o'yinchilarga moslashtirilgan o'quv dasturlari, mashqlar, parhez tavsiyalari va boshqa foydali ma'lumotlardan foydalanish imkonini beradi.

XULOSA

Voleybol bo'yicha mashg'ulotlar jarayonida zamonaviy texnologiyalardan foydalanish sportchilarni tayyorlash samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Texnologiyalar o'yinchilarning jismoniy, texnik va taktik mahoratini oshirishga, shuningdek, mashg'ulotlar jarayonini optimallashtirishga yordam beradi. Tadqiqot natijalari yuqori sport ko'rsatkichlariga erishish uchun texnologiya vositalarini mashg'ulotlarga integratsiya qilish muhimligini ta'kidlaydi. Mashg'ulotlar jarayoniga zamonaviy texnologiyalarni faol joriy etish, ulardan to'g'ri foydalanish va voleybolchilarning individual ehtiyojlariga moslashtirishga e'tibor berish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Abdurahmonov, O., & Abdupattoyev, A. (2024). VOLEYBOLDA MUSOBAQA OLDI TAKTIK TAYYORGARLIK MASHG 'ULOTLARI. *Research and implementation*, 2(Maxsus 1), 64-67.
2. Abdurahmonov, O., & Abdusattorov, R. (2024). VOLEYBOLDA MUSOBAQA OLDI RUXIY TAYYORGARLIK MASHG 'ULOTLARI. *Research and implementation*, 2(Maxsus 1), 49-52.
3. Solijonovich, S. J. (2023). ZAMONAVIY VOLEYBOLDA TO 'PNI UZATISH TEXNIKASI. *PEDAGOG*, 6(11), 14-18.
4. Solijonovich, S. J., & Xasanov, A. T. (2023). KASB-HUNAR MAKTABIDA VOLEYBOL SEKTSIYASI ISHINI TASHKILLASH SAMARADORLIGI. *O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI*, 2(15), 117-122.
5. Solijonovich, S. J. (2023). ZAMONAVIY VOLEYBOLDA TO 'PNI O 'YINGA KIRITISH TEXNIKASI. *IMRAS*, 6(6), 366-373.
6. Solijonovich, S. J. (2023). ZAMONAVIY VOLEYBOLDA HUJUM QILISH TEXNIKASI. *Научный Фокус*, 1(7), 570-574.
7. Xasanov, A. T., & Solijonovich, S. J. (2023). KASB-HUNAR MAKTABIDA VOLEYBOL SEKTSIYASI ISHINI TASHKILLASH SAMARADORLIGI. *IJODKOR O'QITUVCHI*, 3(29), 215-217.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish
va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

8. Solijonovich, S. J. (2024). PROFESSIONAL TA'LIM MUASSASALARIDA VOLEYBOL BO'YICHA SPORT SEKTSIYALARINI TASHKIL ETISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH.(YOSH VOLEYBOLCHILARDA JISMONIY VA MAXSUS ISH QOBILIYATLARINI RIVOJLANTIRISHNING INNOVATSION METODLARI ASOSIDA). *Новости образования: исследование в XXI веке*, 2(17), 63-66.