

**MAKTAB O'QUVCHILARI JISMONIY SIFATLARINI
RIVOJLANTIRISHDA AKMEOLOGIK YONDASHUVNING DIDAKTIK
IMKONIYATLARI
(voleybol sport turi misolida)**

**Karayev Voxid Shirinbekovich
ChDPU p.f.f.d. (PhD), dotsent v/b.
Murodova Ruxshona Muzaffar qizi
Umarova Odinoxon Baxtiyor qizi
Xabibullayeva Nafosat Xayrulla qizi
ChDPU Jismoniy madaniyat HQS talabasi**

Annotatsiya

Mazkur maqolada jismoniy tarbiya darslari va sinfdan tashqari mashg'ulotlarda voleybol sport turi vositasida maktab o'quvchilarida jismoniy sifatlarni rivojlantirishda akmeologik yondashuvning didaktik imkoniyatlari yuzasidan ko'rsatma va takliflar keltirilgan.

Annotation

This article provides guidance and suggestions on the didactic potential of the acmeological approach to the development of physical qualities in schoolchildren through physical education classes and extracurricular activities in volleyball.

Kalit so'zlar: Akme, beqiyoslik, buyuklik, mukammallik, mashhurlik, mahsuldorlik, professionallik, yuksalish, ismoniy tarbiya, o'quvchi, saralash, usul, vaqt, sinf, yosh, sport, voleybol, rivojlanish, tanlash, mashg'ulot, natija, sifat..

Key words: Akme, uniqueness, greatness, perfection, popularity, productivity, professionalism, rise, Physical education, pupil, selection, time, class, age, sport, volleyball, development, choose, the result of training.

Mustaqil O'zbekistonimizda sport rivojiga katta ahamiyat berib kelinmoqda. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi qonuni (05.09.2015-yil), "Ta'lim to'g'risidagi qonuni (29.08.1997 y), "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" (29.08.1997 y), O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi PQ-3031-sonli "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risidagi qarori, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi PF-5368-sonli "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risidagi sport sohasiga tegishli qarorlar va o'tkazilayotgan tub islohotlarning o'rni juda muhim ahamiyatga egadir. O'quv-mashg'ulot jarayoni va viloyatlarda bolalar-o'smirlar jamolalari orasida

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

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, rivoji uchun imkoniyat yaratmoqda.

Mashg'ulotlarda yosh sportchilarni sportning o'yin turlariga tanlash va tayyorlash uslubiyatiga bag'ishlangan sport amaliyoti tajribalari va tadqiqotlar, yangi, ancha samarali uslubiy yo'llarni izlab topishni juda yuqori darajada shug'ullanishni talab qiladi.

Ayni vaqtda, sport kurashlarida raqobatni oshib borish tendensiyalarini tavsiflovchi, sportni rivojlantirishning zamonaviy bosqichlari, ilm-fan oldiga kelgusida sportchilarni tanlash va ularning tayyorgarligini baholash uslubiyatlari samaradorligini oshirish zaruriyati to'g'risidagi savollarni keskin qo'yimoqda.

Sportning takomillashuv faoliyatida maqsadga intilish, mehnatsevarlik, qat'iyat va matonatni muntazam tarbiyalash bilan uyg'unlashib yuqori natijalarga erishishlariga zamin yaratmoq lozim.

Voleybol sport turida o'yin harakatlarining yuqori tempi, vaziyatlarning tez o'zgarishi, to'p uchun kurashda bevosita raqibdan ustun kelishlik, taktik vazifalarni yechishdagi chegaralangan vaqt, hayajon va uning boshqa xususiyatlari sportchining harakat, funktsional va ruhiy holatiga katta talab qo'yadi.

Shuning uchun Voleybol sport turi bilan shug'ullanish uchun bolalarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish muammolarini, bolaning harakat, funktsional va ruhiy faoliyatining turli tomonlarini, ularning sport mahoratini shakllantirish jarayonidagi mustaqil rivojlanish xususiyatlarini to'liq o'rganmasdan hal qilib bo'lmaydi.

Tibbiy-biologik uslubiyatlar, bolalarning funktsional xususiyatlari va tizimlarini o'rganish, ularning oliy asab tizimi faoliyatining individual xususiyatlarini aniqlash, morfologik ko'rsatkichlarini tavsiflash va baholash uchun juda muhim.

Psixologik uslubiyatlar, voleybolchilarning tezkor (taktik) fikrlash xususiyatlarini, o'yinchilarning jamoadagi psixologik moslashuvi, ularning emotsional barqarorligini aniqlashga yordam beradi.

Maksimal yetuklik individ, shaxs rivojining cho'qqisi va individual faoliyat bilan bog'liq ekan, ana shu cho'qqi yunonchada "akme" deyiladi va bu soha akmeologiya deb yuritiladi. Shu bilan birga, "akme"da insonning faoliyati bilan bog'liq holatlar ham nazarda tutiladi. Jumladan, shaxsning "yulduzli" onlari yoki shunga yaqin jarayonlari.

Akmeologik yondashuv- mashg'ulot jarayonining shaxsiy yo'nalgan xususiyatlarini ochib beradi. Uning mohiyati shundaki, mashg'ulot shaxs hayotiy

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

olami, murabbiy va shug'ullanuvchining mazmuniy reallik yuzasiga o'tadi. Murabbiy va shug'ullanuvchining nafaqat fikr va munosabatlarini o'zgartirishga, balki o'zaro ta'sir sub'ektining shakllanishi va rivojlanishiga olib keladi. Bunday yondashuv nazariy va amaliy jihatni o'z-o'zini tarbiyalash, o'z-o'zini o'qitishga, ya'ni hamkorlikka, birgalikda ijod qilishga aylanishiga xizmat qiladi. Bunda mashg'ulot jarayonida asosiy qarama-qarshilik, mashg'ulotni ideal shaklga olib kelish uchun ta'lim mazmunida mavjud pedagog va bolaning real hayotiy pozitsiyasi amalga oshiriladi. Mazkur yondashuv mashg'ulotning yakuniy natijasiga erishishiga – pedagog va bolani universallashtirish (takrorlanmaslik, noyoblik) va amaliy funktsiyani bajarilishiga yo'naltiradi.

Akmeologik yondashuv asosida voleybolchilarda jismoniy sifatlar ko'rsatkichlarini rivojlantirish, voleybol sport turini samarali o'rgatish uchun quyidagi vazifalarni amalga oshirish lozim:

- jismoniy-tarbiya darslarida yoki darsdan tashqari mashg'ulotlarida voleybol sportini o'rgatishda belgilangan mashqlar tizimining yuqori darajasini ishlab chiqish orqali jismoniy sifatlarini shakllantirish;

- yordamchi va maxsus mashqlar orqali o'quvchilarga jismoniy mashqlar yuqumliligi darajasini oshirish va ijobiy ta'sirini aniqlash;

- o'quvchilarni jismoniy tarbiya darslarida voleybol sport turiga yo'naltirishda harakatli o'yinlarni yosh xususiyatlariga moslashtirish va samaradorligini o'rganish;

- dars jarayonida yoki darsdan tashqari mashg'ulotlarda o'quvchilarni voleybol sport turiga tanlash-tayyorlash va voleybol mashg'ulotiga moyilligi, chidamliligi, fikrlash doirasi va qiziqishini oshirish hamda jismoniy, aqliy sifatlarini rivojlantirib borish.

Ushbu vazifalarni amalga oshirish orqali o'quvchilarni Voleybol sport turi bo'yicha yuqori darajaga olib chiqish samaradorligiga erishish hamda jismoniy sifatlarini rivojlantirish ko'zda tutilgan.

Akmeologik yondashuvning asosiy maqsadi - progressiv rivojlanishga hamda birinchi navbatda shaxsning professionalizmi va muayyan mehnat subyektlari faoliyatining taraqqiyotiga imkon beradigan talablar, sharoit va omillar tizimini namoyon etadi. Akmeogramma doimo individual bo'ladi, rasmiy ravishda u samarali faoliyat ko'rsatayotgan subyektning individual kesimini, uning imkoniyatlari va istiqbollarni, o'rnini qoplaydigan va aksi bo'lgan xususiyatlarini o'zida mujassam etadi.

Akmeologik yondashuv orqali biz voleybol sportini yuksak darajaga chiqarish maqsadiga muvofiq bosqichma-bosqich, dastlabki, o'rta va keyingi yetukligida bo'lgan munosabatlarini yosh shug'ullanuvchilar tomonidan o'zlashtirishi (asosan

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

professional sifatida) qonuniyatlarining mexanizmlarini aniqlab beradi. Akmeologik izchillik, ya'ni mukammallik cho'qqisiga intilish, bu—inson hayotining ajralmas xususiyati bo'lib, bu ibora orqali shaxsiy, kasbiy rivojlanish va o'z-o'zini takomillashtirishga moyillik anglatiladi. Bunday izchillik insonning ijodiy potensialida va kasbiy mahoratida o'z ifodasini topadi. Akmeologik izchillik inson hayot-mamotining ontologik attributidir, ya'ni insonning tug'ilganidan toki umrining oxirigacha bo'lgan individual rivojlanish yo'lini qamrab oladi. Akmeologiya aynan shu jihati bilan jamiyatshunoslik va insonshunoslik fanlari bilan to'g'ridan to'g'ri bog'lanib ketadi. Akmeologiyaning ijtimoiy bilimlar bilan aloqasi uning tarixiy va madaniy ildizlarini o'rganishda alohida ahamiyat kasb etadi. Bunday ta'kid akmeologiyaning falsafa bilan o'zaro bog'liqligida yaqqol ko'zga tashlanadi. Bunday aloqa ikki yo'nalishda amalga oshadi — birinchidan bu, dunyoqarashga oid tomon bo'lsa, ikkinchidan, metodologik tomonni tashkil etadi. Akmeologiya inson kasbiy faoliyati doirasidagi professionallik va ijodiylikning akme shaklining rivojlanishi uchun zarur qonuniyatlarni o'rganuvchi fan bo'lgani uchun «akmeologiya» atamasining mazmuni, mohiyati insonshunos olimlar tomonidan turli bahs va munozaralarni keltirib chiqarmoqda.

Akmeologiya—tabiiy, umumjamo'a va insoniy qoidalar asosida kasbiy mahoratning yuksak muvaffaqiyatga erishishi haqidagi ta'limot bo'lib, insonning yetuklik bosqichida rivojlanish qonunlari va mexanizmi haqida yanada yuksakroq darajalarni egallash fenomenologiyasini tadqiq etadi. Akmeologiya mahsuldorlik tushunchasini ochib beruvchi kasbiy faoliyat kategoriyasi tahlil qilinadi. Shuningdek, samarador faoliyat, professionalizm va ijod rivojlanishidagi hamda texnologiyani ishlab chiqib, mashg'ulot faoliyatida yuksaklikka erishishning yo'nalish va usullarini izlash va ularning bu jarayon qonuniyatlariga tatbiq etish, professionalizmning ijodiy yutuqlari sari yo'naltirilgan samarador tizimlar darajalarini belgilash bilan shug'ullanadi. Globallashuv davrida fan va texnologiyalar rivojlanish cho'qqisiga chiqar ekan, «barkamol avlod», «akmeshaxs» kabi tushunchalar ilmiy muomalaga kirib keldi. Buning asosiy sababi — insonning intellektual qobiliyati zamon va makon bilan chambarchas bog'liq bo'lib, fan va texnologiyalar rivojiga qarab mukammallashib boradi va nihoyat o'z «akme»siga erishadi. Akmeologiyaning eng muhim jihati — yuksak ijodiy pog'onaga ko'tarilishidagi turli jihatlarini o'rganuvchi muhim zamonaviy tarmoq bo'lib, insonning hunari rivoji, ijobiy ta'sirini kuchaytirishga xizmat qilishini chuqur anglashi, o'z ijodiy faoliyatini rivojlantirish maqsadida mukammallik va kamolotga erishishi jihatlarini fanlar, ayniqsa, insonshunoslik bilan uyg'unlikda o'rganishdan iboratdir.

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

Shunday qilib, akmeologik yondashuv jismoniy tarbiya darslarida va darsdan tashqari mashg'ulotlarida shug'ullanuvchilarni o'qitishda samarali usul hisoblanib jarayonni tizimli ravishda yuqori cho'qqiga olib chiqish samarasini beradi. O'quvchilarga jismoniy tarbiya darslarida hamda darsdan tashqari mashg'ulot jarayonlarida voleybol sport turini o'rgatishda va yuqori natijalarga erishishni hamda shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarliklarini yaxshilashni taqozo etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Qurbonova M.A. Boshlang'ich tayyorgarlik davrida yosh voleybolchilarni tanlash va mashg'ulot jarayonida xalq harakatli o'yinlaridan foydalanish. Toshkent-2006.2. Jismoniy tarbiya va sport jurnali. 2018-yil.
2. Shukurllayev J.M. 7-14 yoshli maktab o'quvchilari ichidan voleybol sport turiga tanlab olish metodikasini takomillashtirish. TDPU magistrlik dissertatsiyasi. 2020-yil.
3. Pavlov Sh. K, Abduraxmonov F. A. Podgotovka gandbolistov. Toshkent Uz GIFK, 2006.
4. Shukurllayev J.M. 7-14 yoshli maktab o'quvchilarini voleybol sport turiga tanlab olishning metodik xususiyatlari. "Mug'allim hem uzliksiz bilimlendirio" 2-son. 2019-yil. Nekis.sh. B.153-156
5. Shukurllayev J.M. O'quvchi yoshlarni voleybol sport turiga tanlab olishning metodik xususiyatlari. ACADEMIC RESEARCH in EDUCATIONAL SCIENCES. №.1. 2020 2-oktyabr.
6. Shukurllayev J.M. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini voleybol sport turiga saralab olish usullarini takomillashtirish. "Boshlang'ich ta'limni kompetensiyaviy tashkil etish: nazariya va amaliyot" mavzusidagi onlayn halqaro ilmiy-nazariy anjuman. 2020-yil 28-aprel.