

BOSHLANG'ICH TAYYORGARLIK BOSQICHIDA VOLEYBOLCHILARNI TANLASH VA SARALASH YO'LLARI

Xudoyberdiyev Abdulaziz Baxriddinovich

Oriental universiteti jismoniy tarbiya fakulteti magistranti.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15251031>

Annotatsiya. O'sib kelayotgan yosh qizlarni tarbiyalash va o'smirlarning yuksak ma'naviy va jismoniy sifatlarini shakllanishida eng muhim vositalardan bo'lgan voleybol o'yini orqali harakat faoliyatini yanada yaxshilash.

Kalit so'zlar: Yosh voleybolchilar, kuch, chidamlilik, maxsus sport kostyumlari, maxsus rivojlantiruvchi mashqlar, simulyatorlar.

ПУТИ ОТБОРА И ОТБОРА ВОЛЕЙБОЛИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. Дальнейшее совершенствование двигательной активности посредством игры в волейбол, которая является одним из важнейших инструментов воспитания девушек и формирования высоких моральных и физических качеств подростков.

Ключевые слова: Юные волейболисты, сила, выносливость, специальные спортивные костюмы, специальные развивающие упражнения, тренажеры.

SELECTION AND QUALIFICATION OF VOLLEYBALL PLAYERS AT THE INITIAL PREPARATORY STAGE

Abstract. Further improvement of motor activity through the game of volleyball, which is one of the most important tools for educating girls and developing high moral and physical qualities of adolescents.

Key words: Young volleyball players, strength, endurance, special sports suits, special developmental exercises, training equipment.

Dolzarbliqi. Mamlakatimizda sport turlari ichida voleybol sport turini rivojlantirish masalalariga har doim davlat siyosati darajasida e'tibor qaratilib kelingan. Voleybolni rivojlantirish yuzasidan ishlab chiqilgan va hayotga tatbiq etilgan qator qaror va farmonlar sport turini taraqqiy etishga zamin yaratib keldi. Natijada, terma jamoamiz hamda klublarimizning bir muncha saviyasini ortishiga va xalqaro miqyosdagi maqomini oshirishga erishildi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoevning 2019 yil 4 dekabr kunidagi "O'zbekistonda voleybolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5887-sonli Farmonini e'lon qilinishi va uni hayotga faol targ'ib etish zamirida, yaqin yillar ichida o'zbek voleybolini yanada yangi rivojlanish bosqichiga olib chiqish kabi

asosiy vazifalardan birini hal etish nazarda tutilgan (1). Bunga erishish esa, “O‘zbekistonda voleybolni 2030 yilgacha rivojlantirishni yangi bosqichga olib chiqish konsepsiyasi” asosida amalga oshirilishi nazarda tutilgan.

Konsepsiya doirasida bir qator vazifalarni hal etish bilan birga, voleybolchilarni musobaqa faoliyati jarayonining samaradorligini keskin yaxshilash masalasi borasidagi vazifalar ham alohida o‘z o‘rniga ega. Voleybolchilarning musobaqa faoliyati jarayoni xususiyatlari, doimiy tarzda vaziyatlarni o‘zgarishi, organizmga ta’sir etadigan yuklamalarning turli ko‘rinishlarda bo‘lishi, ish bajarishni dam olish bilan doimiy almashinib borishi bilan tavsiflanadi.

Bunda voleybolchi tomonidan amalga oshirilishi kerak bo‘ladigan texnik-taktik harakatlar ham turli ko‘rinishlarda va turli nisbatlarda amalga oshirilib boriladi. Bitta o‘yinda kuzatilgan texnik-taktik harakat parametrlarini aks ettiradigan ko‘rsatkichlar, misol uchun, ularning hajmi yoki samaradorlik ko‘rsatkichlari, ikkinchi uchrashuvda boshqacha ko‘rinishni hosil qilishi mumkin. Bir uchrashuvning ko‘rsatkichlari ikkinchi uchrashuvning ko‘rsatkichlariga ko‘p hollarda to‘g‘ri kelmaydi. Bu holat voleybolni yana bir bor boshqa sport turlaridan tubdan farq qilishi, nostandart vaziyatlarga boy sport turi ekanligini izohlaydi. O‘z navbatida, bu omillar voleybolchining jismoniy va funksional imkoniyatiga nisbatan talablar yuqori ekanligini bildirib, bu holat, ayniqsa, bugungi kunda tobora katta ahamiyat kasb etib borayotganligini ta’kidlash o‘rinli.

Mahalliy olimlarimizning ta’kidlashicha, zamonaviy voleybolning xususiyatlaridan kelib chiqib, o‘quv-mashg‘ulotlarning tuzilmasini o‘zgartirish hamda voleybolchilar tayyorgarligiga nisbatan talablarni oshirish lozimligi ko‘rsatib o‘tiladi (3).

Tanlov deb muayyan soha yoki faoliyatda yuksak natijalarga erisha olish imkoniyatlari mavjud kishilarni saralab olish jarayoniga aytiladi.

“Sport tanlovi” - bu muayyan sport turi bo‘yicha muntazam o‘tkaziladigan o‘quv mashg‘ulotlari, shu jumladan musobaqalar bilan bog‘liq bo‘lgan aynan shu shu jarayonlarda yuqori natijalarga erisha oladigan istiqbolli bolalarni izlab topishga imkon yaratadigan ko‘p yillik pedagogik jarayonidir. Tanlovni maqsadga mos tashkil qilish, bolalardagi nasliy va xayot davomida o‘zlashtirgan harakat qobiliyatchlari, ruhiy xislatlari hamda funksional imkoniyatlarni ob’ektiv baholash, voleybolga bo‘lgan iste’dod va bo‘ljak mahorat belgilarini aniq bashoratlash uchun turli me’yoriy test (mashqlar) majmuasidan foydalanish odat tusiga kirgan.

Sport tanlovi ko‘p yillik sport tayyorgarligi bilan uzviy bog‘lik bo‘lib, sport malakalarini o‘zlashtirishning dastlabki bosqichigacha boshlab eng yuqori bosqichida, ya’ni milliy terma jamoalari faoliyatida ham amalga oshiriladi. “Tanlov” tushunchasi o‘z ichiga “munosiblik”, ya’ni insonni bir sohaga (ma’lum faoliyatga) iste’dodi bo‘yicha yarashi yoki yaramasligi

masalasini kiritadi. Bu degan soʻz inson nafakat oʻz imkoniyatlari (qaddi-qomati, jismoniy sifatleri, ruhiy xususiyatlari va h.) bilan muayyan faoliyatga (kasbga, ishga, sportga va h.) mos kelishi kerak, balki aynan shu faoliyat mazkur inson mijoziga munosib boʻlishi maqsadga muvofiqdir (emotsiya, aktivatsiya, motivatsiya masalalari). “Tanlov” atamasi oʻz tarkibiga yana sportga oid “chamalov” tushunchasini kiritadi.

Sport tanlovi – koʻp yillik pedagogik jarayondir. Koʻp yillik sport tayyorgarligi tizimi oʻz mohiyati va maqsadiga binoan koʻp yillik sport tanlovini oʻz ichiga oladi va mazkur jarayonni 4 bosqichda amalga oshirishi taqozo etadi:

Chamalash – bogʻchalarda, maktablarda va sport maktablarining boshlangʻich guruhlarida amalga oshirilishi mumkin. Toʻgʻri chamalash murabbiyning isteʼdodiga, uning bilimi va tajribasiga bogʻliq. Bolaning nasliga, turmush tarzi koʻrsatkichlariga qarab chamalash ham eʼtiborli ahamiyatga ega.

Tadqiqot maqsadi. Yosh voleybolchilarni belgilangan tartibli bosqichda tanlab olish va iqtidorlilarni toʻgʻri jalb qilish va kelajakdagi musobaqalarga bolalarni tayyorlash va uyushqoqligini oshirish.

Tadqiqot vazifalari: Yosh voleybolchilarni tanlashda dastlabki tanlov bosqichi, musobaqalarga tanlash, terma jamoalarga tanlashda yoshlarning qiziqishi va qobiliyatidan foydalangan holda toʻgʻri tanlovni amalga oshirish;

Tadqiqot usullari ilmiy uslubiy adabiyotlar taxlili, pedagogik kuzatuv, kabi usullardan foydalanilgan.

Tadqiqotning tashkil qilinishi.

Koʻp yillik sport tayyorgarligi tizimi oʻz mohiyati va maqsadiga binoan koʻp yillik sport tanlovini oʻz ichiga oladi va mazkur jarayonni 4 bosqichda amalga oshirishi taqozo etadi:

I. Dastlabki tanlov – (7-14 y);

II. Sportchilarni oʻyin ixtisosligiga (funktsiyasiga) saralovchi maxsus tanlov (15-17 y);

III. Yuqori jamoalarga tanlov (18-20 y);

IV. Terma jamoalarga tanlov.

Koʻp yillik sport tayyorgarligi tizimida tanlov jarayonini tashkiliy tartibi quyidagi blok-andozada berilgan.

Bolalarni dastlabki tanlovga tayyorlash maktab Sharoitida jismoniy tarbiya oʻqituvchisi tomonidan amalga oshiriladi, oʻquvchilar dastur asosida va baholovchi mashqlar, harakatli xalq oʻyinlari yordamida saralanishi mumkin. Mazkur saralovchi vositalar aynan voleybol oʻyining mohiyatiga nihoyatda yaqin boʻlishi maqsadga muvofiq. Bunday vositalar tavsiya qilingan adabiyotlarda keng yoritilgan.

Dastlabki tanlovga tayyorlash jarayonida o'quvchilar muntazam tibbiy kurikdan o'tib turishlari shart. Bu tadbir qanchalik sifatli va samarali amalga oshirilsa, shunchalik sport maktablarida uyushtiriladigan tanlovni sifat darajasi yukori bo'ladi.

Dastlabki tanlov. Dastlabki tanlov odatda 3 bosqichda amalga oshiriladi (14-andoza)

I-bosqich. Targ'ibot-tashviqot ishlarini uyushtirib, o'quvchi bolalarni qiziqtirish, jalb qilish (suhbat, ma'ruzalar o'tkazish, voleybol musobaqalari haqida filmlar namoyish qilish).

Ko'rgazmali musobaqalar uyushtirish, taniqli sportchilar ishtirokida suhbatlar o'tkazish.

DAVRLAR

Boshlangʻich tanlov		Koʻp yilga moʻljallangan tanlov		Jamoani tuzish tanlovi	
		Pogʻonalar			
Sport iqtisodligiga yondosh tirish	Boshlan gʻich tayyorgarlik guruhiga tanlov	Sport ixtisodsligiga tanlov	Sport takomillashuvi guruxiga tanlov	Sport ustalari jamoasiga tanlov	Terma jamoalarga tanlov
BOSQICHLAR					
1-bosqich					
Tayyorgarlik tadbirlari	Tayrgarlikni baholash	Tayrgarlikni baho lash	Oʻyin samarasini baholash	Oʻyinchi larni tanlash	Nomzod larni tanlash
2-bosqich					
Naslga qarab chamalash	Qobilyatni baho lash	Oʻyin ixtisodsligiga munosiblik	Takomilla-Shuv darajasini baholash	Asosiy oʻyinchi larni birlashtirish	Oʻyinchilarni birlashtirish
3-bosqich					
Sport turiga karab chamalash	Spotr turiga munosib ligi xaqida xulosa	Imkoniya tiga qarab chamalash	Oʻyin yoʻnalishini baholash	Maʼlum uyinga oʻyinchi larni saralash	Maʼlum uyinga oʻyinchilarni saralash

II-bosqich. Baholovchi mashqlar, harakatli va xalq o'yinlari yordamida dastlabki tanlov - qabul o'tkazish (qaddi-qomat ko'rsatkichlari, jismoniy sifatlarning rivojlanganligini apparatlar yordamida aniqlash va hokazo). Jismoniy rivojlanish va jismoniy tayyorgarlik bo'yicha belgilangan me'yoriy ko'rsatkichlar 4 jadvalda aks ettirilgan.

III-bosqich. Boshlang'ich tayyorgarlik I yillik o'rgatish bosqichida bolalarni maxsus sifatlari, texnik-taktik malakalari, qobiliyatlari va imkoniyatlarini baholash. Ularni nasliy xislatlarini o'rganish. Texnik va taktik tayyorgarlik bo'yicha tanlov o'tkazish.

Voleybol bilan shug'ullanishga munosibligi. Sport maktablariga qabul qilish mutaxassis-murabbiy uchun o'ta mas'uliyatli tadbir.

Bu tadbirni amalda hamma ko'rsatkichlarni bir-biriga taqqoslay bilish, voleybol o'yinining mohiyatiga yaqin ko'rsatkichga ega bo'lgan bolalarni farqlay olish, sport turiga zarur qobiliyatlarni ajrata bilish katta ahamiyatga egadir. Shu bilan bir qatorda tanlov natijalariga ko'ra qabul qilish haqida uzil-kesil xulosaga kelish o'rinsiz, mavjud ko'rsatkichlarni e'tiborga olgan holda saralovni davom ettirish darkor.

Uzluksiz tanlov (saralov) va o'yin funksiyalarini (ixtisoslarini) belgilash. Yuqori malakali voleybolchilarni tayyorlashda mazkur bosqich tadbirlari hal qiluvchi ahamiyatga loyiq.

Albatta uzluksiz tanlov-saralov hamda bolalarni muayyan o'yin ixtisosliklariga munosibliklarini aniqlash ko'p yillik sport tayyorgarligini barcha bosqichlarida amalga oshirib boriladi. Bu masala, ayniqsa, o'quv trenirovka va takomillashtiruv guruhlarida alohida ahamiyat kasb etadi. Bolalarni dastlabki tanlovga tayyorlash maktab Sharoitida jismoniy tarbiya o'qituvchisi tomonidan amalga oshiriladi, o'quvchilar dastur asosida va baholovchi mashqlar, harakatli xalq o'yinlari yordamida saralanishi mumkin. Mazkur saralovchi vositalar aynan voleybol o'yinining mohiyatiga nihoyatda yaqin bo'lishi maqsadga muvofiq. Bunday vositalar tavsiya qilingan adabiyotlarda keng yoritilgan.

Xulosa. Xulosa qilib aytganda ilmiy-uslubiy adabiyotlarni o'rganish hamda amaliyotda voleybolchilarning tayyorgarligi jarayonini kuzatish natijasida olib borilayotgan mashg'ulotlarda aynan musobaqa faoliyatiga xos bo'lgan taktik harakatlarini rivojlantirishga yetarli darajada e'tibor berilmasligi hamda tayyorgarlik davrining bosqichlarida mana shunday harakatlarga oid metodik jihatdan yondoshuvning yetishmasligi yosh sportchilarda hujum va himoyadagi taktik harakatlarni rivojlantirishni samarali tashkil etish imkonini bermay kelayotganligi ma'lum bo'ldi.

Voleybolchilarni belgilangan tartibli bosqichda tanlab olish va iqtidorlilarni to'g'ri jalb qilish va yo'naltirish kelajakdagi musobaqalarga bolalarni tayyorlash va uyushqoqligini oshirish. Bosqichlardan yaxshi natijalarga erishgan bolalarni qo'llab quvvatlasak, nafaqat umum ta'lim maktablariga oliy ta'lim universitetlariga ham kerakli kadr yetishtirib beramiz.

REFERENCES

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi. Qonuni// Oliy ta'lim.
2. Me'yoriy hujjatlar to'plami. — T.: Sharq, 1997.
3. O'zbekiston Respublikasining "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi
4. to'g'risida"gi Qonuni. // Oliy ta'lim. Me'yoriy hujjatlar to'plami. -T.: Sharq, 1997 y
5. «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonun. // O'zbekiston Respublikasi
6. Qonuniga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish haqida/ O'zbekiston Respublikasi Qonuni. "Xalq so'zi" gazetasi, 2015 yil 5 sentabr, №174, 1-4 b.

7. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan
8. birga quramiz. - Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2017, 48 b.
9. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini
10. birgalikda barpo etamiz. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag'ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo'shma majlisidagi nutqi. - Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2016, 56 b.
11. A.A. Pulatov., A.A.Umarov. "Sport va harakatli o'yinlar (Voleybol)" T: 2020y.
12. B.M.Miradilov, B.Z.Karimov, M.A.Umbetova "Sport pedagogik mahoratini oshirish (Voleybol)" T;-2018 y
13. Belyaev A.V., Savin M.V., Voleybol. // Uchebnik dlya studentov vuzov FK. M.: TVT, 2009. – 360s.
14. Ayrapetyans L.R., Pulatov A.A. Voleybol nazariyasi va uslubiyati. // Oliy o'quv yurtlari uchun darslik. T.: 2011. - 278 b.
15. Ayrapetyans L.R., Pulatov A.A., Isroilov Sh.X. Voleybol. // Oliy o'quv yurtlari umumiy kurs talabalari uchun o'quv qo'llanma. T.: 2009. – 77 b.
16. Pulatov A.A. Voleybolning rasmiy qoidalari. O'zDJTI nashriyot-matbaa bo'limi. T.: 2002. - 53 b.
17. Pulatov A.A. Voleybol. //JTI I kurs talabalariga mo'ljallangan ma'ruzalar to'plami. T.: 2004. - 71 b.
18. Mamadaliyev S., Yallaqayev Z. O 'ZBEKISTONDA SPORT EKSTRIMAL TURIZMINI RIVOJLANTIRISH VA O 'ZGARUVCHAN TURISTLARNI DOIMIY TURISTLARGA AYLANTIRISH CHORA-TADBIRLARI //Modern Science and Research. – 2024. – T. 3. – №. 12. – C. 835-839.
19. Abduraxmonovich M. S., Yusupovich Y. Z. O 'ZBEKISTONDA SPORT EKSTRIMAL TURIZMINI RIVOJLANTIRISH VA O 'ZGARUVCHAN TURISTLARNI DOIMIY TURISTLARGA AYLANTIRISH CHORA-TADBIRLARI //International scientific journal «MODERN SCIENCE AND RESEARCH. – 2024. – T. 3.
20. Mamadaliyev S., Yallaqayev Z. O'ZBEKISTON SHAROITIDA TURLI AXOLI QATLAMLARIDA SPORT-SOG'LOMLASHTIRISH TURIZMI MASHG'ULOTLARINI TASHKIL ETISHDAGI O 'ZIGA XOS YONDOSHUVLAR //Modern Science and Research. – 2024. – T. 3. – №. 12. – C. 1253-1262.