

Date: 17th February-2026

9–11 YOSHLI BOLALARGA VOLEYBOLDA HARAKAT FAOLIYATINI O'RGATISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISH

Boribaeva Raygul Sagiydullaevna
Osiyo Xalqaro Universiteti magistranti

Annotatsiya: Mazkur tezisda bolalar sport maktablari sharoitida 9–11 yoshli bolalarga voleybol sport turida harakat faoliyatini o'rgatish metodikasini takomillashtirish masalalari ilmiy-pedagogik nuqtai nazardan yoritilgan. Tadqiqot davomida yoshga xos anatomik-fiziologik va psixologik omillarni hisobga olgan holda o'yinli, bosqichma-bosqich hamda differensial yondashuv asosida metodika ishlab chiqildi. Pedagogik tajriba-sinov natijalari taklif etilgan metodikaning mashg'ulotlar samaradorligini oshirishga xizmat qilishini ko'rsatdi.

Kalit so'zlar: voleybol, harakat faoliyati, boshlang'ich tayyorgarlik, bolalar sporti, o'yinli metod, sport pedagogikasi.

Kirish

Bugungi kunda jismoniy madaniyat va sport tizimida bolalar sportini rivojlantirish ustuvor yo'nalishlardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida qo'llaniladigan metodik yondashuvlarning ilmiy asoslangan bo'lishi yosh sportchilarning kelajakdagi natijalariga bevosita ta'sir ko'rsatadi. Voleybol jamoaviy sport turi sifatida bolalarda jismoniy sifatlar bilan bir qatorda muloqot madaniyati, ijtimoiy faollik va jamoada ishlash ko'nikmalarini shakllantiradi.

9–11 yosh davri harakat malakalari rivojlanishining eng muhim bosqichlaridan biri bo'lib, ushbu davrda berilgan pedagogik ta'sirlar bolalarning keyingi sport faoliyatida muhim rol o'ynaydi. Shu sababli voleybol mashg'ulotlarida harakat faoliyatini o'rgatish metodikasini takomillashtirish dolzarb ilmiy-amaliy masala hisoblanadi.

9–11 yoshli bolalarning yosh xususiyatlari va voleybol mashg'ulotlarining nazariy asoslari

9–11 yosh davrida bolalar organizmi faol o'sish va rivojlanish bosqichida bo'ladi. Nerv tizimining yuqori darajadagi moslashuvchanligi yangi harakatlarni tez o'zlashtirish imkonini yaratadi. Bu davrda bolalar vizual kuzatish orqali o'rganishga moyil bo'lib, taqlid qilish qobiliyati kuchli rivojlangan bo'ladi.

Shu bilan birga, diqqatning barqarorligi hali to'liq shakllanmaganligi sababli mashg'ulotlarda uzoq davom etadigan bir xil mashqlar bolalarda charchoq va qiziqishning pasayishiga olib kelishi mumkin. Nazariy manbalarda ta'kidlanishicha, aynan shu yosh davrida o'yin elementlari bilan boyitilgan mashg'ulotlar harakat malakalarini samarali shakllantirishga yordam beradi.

Voleybol mashg'ulotlari jarayonida to'p bilan bajariladigan harakatlar, yugurish, sakrash va muvozanat mashqlari bolalarning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantiradi.



Date: 17th February-2026

Boshlang'ich bosqichda texnik mukammallikdan ko'ra harakatning to'g'ri tuzilishini shakllantirish ustuvor vazifa hisoblanadi.

Voleybol mashg'ulotlarini tashkil etishning pedagogik asoslari

Ilmiy-pedagogik tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, bolalarda harakat faoliyatini shakllantirish jarayonida mashg'ulotlarning mazmuni va tuzilishi muhim omil hisoblanadi. 9–11 yoshli bolalar jismoniy yuklamalarga sezgir bo'lib, mashg'ulotlarda yuklama hajmi bosqichma-bosqich oshirib borilishi zarur.

Sport pedagogikasi nazariyasiga ko'ra, boshlang'ich tayyorgarlik bosqichida texnik elementlarni soddalashtirilgan sharoitda o'rgatish samarali natija beradi. To'pni uzatish, qabul qilish, harakatlanish kabi elementlarni o'yinli mashqlar orqali o'rgatish bolalarning emotsional holatini yaxshilab, mashg'ulotlarga bo'lgan motivatsiyani oshiradi.

O'yinli yondashuv bolalarning tabiiy harakat ehtiyojini qondirib, mashg'ulot jarayonini qiziqarli va samarali qiladi. Shu sababli voleybol mashg'ulotlarida o'yin elementlaridan foydalanish pedagogik jihatdan asoslangan yondashuv hisoblanadi.

Tadqiqot metodlarining ilmiy asoslanganligi

Tadqiqot jarayonida sport pedagogikasi va jismoniy tarbiya nazariyasiga mos metodlardan foydalanildi. Pedagogik kuzatuv orqali o'quvchilarning harakat faolligi, texnik harakatlarni bajarish sifati hamda mashg'ulotga bo'lgan munosabati tahlil qilindi.

Jismoniy tayyorgarlikni baholash maqsadida tezkorlik, chaqqonlik va koordinatsiyani aniqlovchi testlar qo'llanildi. Texnik harakatlarni baholashda to'pni uzatish va qabul qilish elementlari asosiy mezon sifatida tanlandi. Olingan natijalar matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlanib, metodikaning samaradorligi ilmiy jihatdan asoslandi.

Tadqiqot metodlari va tashkil etilishi

Tadqiqot bolalar sport maktabi sharoitida o'tkazilib, unda 9–11 yoshli 24 nafar o'quvchi ishtirok etdi. Ishtirokchilar tajriba va nazorat guruhlariga ajratildi. Tajriba guruhida takomillashtirilgan metodika asosida mashg'ulotlar olib borildi, nazorat guruhida esa an'anaviy usullar qo'llanildi.

Pedagogik tajriba davomida o'quvchilarning harakat faoliyati, texnik ko'rsatkichlari va mashg'ulotga qiziqish darajasi muntazam kuzatildi. Mashg'ulotlar samaradorligi jismoniy tayyorgarlik testlari hamda texnik harakatlarni bajarish natijalari orqali solishtirma tahlil qilindi.

Harakat faoliyatini o'rgatish metodikasini takomillashtirish mazmuni

Takomillashtirilgan metodika quyidagi tamoyillarga asoslandi:

- yosh xususiyatlariga moslik;
- bosqichma-bosqich o'rgatish;
- o'yinli yondashuv;
- individual va differensial yondashuv.

Mashg'ulotlar davomida texnik elementlar soddalashtirilgan mashqlar orqali o'rgatilib, asta-sekin murakkablashtirildi. O'yinli mashqlar bolalarning harakat faolligini



Date: 17th February-2026

oshirib, jamoaviy hamkorlikni rivojlantirdi. Differensial yondashuv orqali har bir o'quvchining individual imkoniyatlari hisobga olindi.

Tadqiqot natijalari va muhokama

Pedagogik tajriba natijalari shuni ko'rsatdiki, takomillashtirilgan metodika qo'llanilgan tajriba guruhida texnik harakatlarni o'zlashtirish darajasi sezilarli darajada yuqori bo'ldi. Bolalarning chaqqonlik, tezkorlik va koordinatsion ko'rsatkichlari ham ijobiy o'sish dinamikasini namoyon etdi.

O'yinli mashg'ulotlar bolalarda ijobiy emotsional fonni yaratib, mashg'ulotlarga muntazam qatnashish motivatsiyasini oshirdi. Nazorat guruhi bilan taqqoslanganda tajriba guruhida mashg'ulotlar samaradorligi yuqoriroq ekani aniqlandi.

Xulosa

O'tkazilgan tadqiqot natijalari 9–11 yoshli bolalarga voleybolda harakat faoliyatini o'rgatishda takomillashtirilgan metodikaning samaradorligini tasdiqladi. O'yinli, bosqichma-bosqich va differensial yondashuv bolalarning harakat malakalarini barqaror shakllantirishga yordam berdi.

Mazkur metodika bolalar sport maktablari, umumta'lim maktablaridagi voleybol to'garaklari hamda boshlang'ich tayyorgarlik guruhlarida qo'llash uchun tavsiya etiladi. Kelgusida ushbu yo'nalishda olib boriladigan ilmiy izlanishlar sport pedagogikasi rivojiga xizmat qilishi mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Abdullayev A. **Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi.** – Toshkent: O'qituvchi, 2020. – 256 b.
2. Karimov I.A. **Bolalar sportini rivojlantirishning pedagogik asoslari.** – Toshkent: Fan, 2019. – 184 b.
3. Nazarov A.A. **Sport pedagogikasi asoslari.** – Toshkent: Innovatsiya nashriyoti, 2021. – 198 b.
4. O'zbekiston Respublikasi Sport vazirligi. **Bolalar va o'smirlar sport maktablari uchun o'quv dasturi.** – Toshkent, 2022.
5. Platonov V.N. **Sport trenirovkasi nazariyasi va tizimi.** – Moskva: Olimpiyskaya literatura, 2018. – 624 s.
6. Balsevich V.K. **Bolalar va o'smirlar sporti fiziologiyasi.** – Moskva: Sport akademiyasi, 2016. – 312 s.
7. Bomp T., Buzzichelli C. **Periodization: Theory and Methodology of Training.** – Champaign: Human Kinetics, 2017. – 352 p.
8. Canada Sport for Life Organization. **Long-Term Athlete Development Model.** – Canada, 2019.
9. Matveyev L.P. **Sport mashg'ulotlari nazariyasi.** – Moskva: Fizkultura i sport, 2015. – 288 s.
10. Ozolin N.G. **Yosh sportchilar tayyorgarligi nazariyasi.** – Moskva, 2014. – 240 s.

