

Date: 3rd January-2026

JISMONIY TARBIYA YO‘NALISHIDA BO‘LMAGAN OLIY O‘QUV YURTI TALABALARIGA VOLEYBOLNI O‘RGATISHNING PEDAGOGIK SHART- SHAROITLARI

Abdisheripov Sardor Sulton o‘g‘li

Osiyo Xalqaro Universiteti

Jismoniy tarbiya yo‘nalishi, 1-bosqich magistranti

Annotatsiya: Mazkur maqolada jismoniy tarbiya yo‘nalishida tahsil olmayotgan oliy o‘quv yurti talabalariga voleybol sport turini o‘rgatishning pedagogik shart-sharoitlari ilmiy-nazariy va amaliy jihatdan tahlil qilingan. Talabalarning jismoniy tayyorgarligi, motivatsiyasi, o‘quv mashg‘ulotlarini tashkil etish shakllari hamda zamonaviy pedagogik texnologiyalarning ahamiyati yoritilgan. Voleybol mashg‘ulotlarini samarali tashkil etish orqali talabalarning jismoniy rivoji, sog‘lom turmush tarziga bo‘lgan qiziqishi va ijtimoiy faolligini oshirish imkoniyatlari asoslab berilgan.

Kalit so‘zlar: voleybol, jismoniy tarbiya, oliy ta‘lim, pedagogik shart-sharoitlar, sport o‘yinlari, motivatsiya, sog‘lom turmush tarzi.

KIRISH

Bugungi kunda oliy ta‘lim muassasalarida talabalarning nafaqat kasbiy bilim va ko‘nikmalarini rivojlantirish, balki ularning jismoniy sog‘lig‘ini mustahkamlash ham muhim vazifalardan biri hisoblanadi. Ayniqsa, jismoniy tarbiya yo‘nalishida bo‘lmagan oliy o‘quv yurti talabalariga uchun sport o‘yinlari orqali jismoniy faollikni oshirish dolzarb masala sanaladi. Shu nuqtai nazardan voleybol sport turi talabalarning yosh va jismoniy imkoniyatlariga mosligi, ommaviyligi va sog‘lomlashtiruvchi ahamiyati bilan ajralib turadi. Voleybol mashg‘ulotlarini samarali tashkil etish pedagogik yondashuvlarni to‘g‘ri tanlash, mashg‘ulot jarayonida qulay shart-sharoitlar yaratish va talabalarning qiziqishini oshirishni talab etadi. Mazkur maqolada ana shu masalalar chuqur tahlil qilinadi.

1. VOLEYBOLNING TALABALAR JISMONIY RIVOJIDAGI AHAMIYATI



Voleybol sport o‘yini inson organizmining deyarli barcha funksional tizimlarini rivojlantirishga xizmat qiladi. U tezkorlik, chaqqonlik, kuch, muvofiqlashtirish hamda chidamlilik kabi jismoniy sifatlarni shakllantiradi. Bundan tashqari, voleybol o‘yini talabalarda jamoada ishlash, muloqot qilish, mas‘uliyat va intizom kabi ijtimoiy ko‘nikmalarni rivojlantiradi. Jismoniy tarbiya

yo‘nalishida bo‘lmagan talabalar uchun voleybol mashg‘ulotlari sog‘lom turmush tarziga

Date: 3rd January-2026

bo'lgan qiziqishni oshirish, o'quv jarayonida yuzaga keladigan stress va charchoqlarni kamaytirishda samarali vosita bo'lib xizmat qiladi.

2. VOLEYBOLNI O'RGATISHDA PEDAGOGIK SHART-SHAROITLAR TUSHUNCHASI



Pedagogik shart-sharoitlar deganda o'quv jarayonining samaradorligini ta'minlovchi tashkiliy, metodik, psixologik va moddiy omillar majmui tushuniladi. Voleybolni o'rgatishda ushbu shart-sharoitlar to'g'ri tashkil etilsa, mashg'ulotlarning samaradorligi sezilarli darajada oshadi. Jismoniy tarbiya yo'nalishida bo'lmagan talabalar bilan ishlashda

pedagogik shart-sharoitlar ayniqsa muhim bo'lib, mashg'ulotlar talabalar imkoniyatlari va qiziqishlariga mos ravishda tashkil etilishi lozim.

3. TASHKILIY VA METODIK SHART-SHAROITLAR

Voleybol mashg'ulotlarini samarali tashkil etish uchun quyidagi tashkiliy va metodik shart-sharoitlarga e'tibor qaratish zarur:

- mashg'ulotlarni bosqichma-bosqich tashkil etish (oddiydan murakkabga);
- o'yin elementlarini tushuntirish va ko'rsatish orqali o'rgatish;
- individual va guruhli mashqlarni uyg'unlashtirish;
- zamonaviy pedagogik texnologiyalar va interaktiv usullardan foydalanish.

Shuningdek, mashg'ulotlarda texnik va taktik harakatlarni o'rgatishda talabalarning jismoniy tayyorgarlik darajasi inobatga olinishi muhimdir.

4. PSIXOLOGIK VA MOTIVATSION SHART-SHAROITLAR

Talabalarning voleybol mashg'ulotlariga bo'lgan qiziqishini oshirish pedagogik jarayonning muhim tarkibiy qismi hisoblanadi. Motivatsiyani shakllantirish uchun musobaqa elementlaridan, rag'batlantirish usullaridan va o'yinli mashqlardan foydalanish samarali natija beradi. Psixologik jihatdan qulay muhit yaratish, talabalar o'rtasida sog'lom raqobatni rivojlantirish va o'zaro hurmatni shakllantirish voleybolni o'rgatish jarayonining samaradorligini oshiradi.

5. MODDIY-TEXNIK SHART-SHAROITLAR



Voleybol mashg'ulotlarini sifatli o'tkazish uchun sport zali, voleybol to'plari, to'r va boshqa sport anjomlarining yetarli darajada bo'lishi muhimdir. Zamonaviy sport inshootlari va xavfsizlik talablariga rioya etilishi mashg'ulotlarning samarali va xavfsiz o'tkazilishini ta'minlaydi. Moddiy-texnik

Date: 3rd January-2026

bazaning mustahkamligi talabalarning mashg'ulotlarga muntazam qatnashishiga va sportga bo'lgan qiziqishining ortishiga xizmat qiladi.

6. TAJRIBA-SINOV ISHLARINI TASHKIL ETISH VA NATIJALAR TAHLILI

6.1. Tadqiqotning maqsadi va vazifalari

Mazkur tadqiqotning asosiy maqsadi jismoniy tarbiya yo'nalishida bo'lmagan oliy o'quv yurti talabalariga voleybolni o'rgatishda samarali pedagogik shart-sharoitlarni aniqlash va ularning mashg'ulot samaradorligiga ta'sirini eksperimental yo'l bilan asoslab berishdan iborat.

Tadqiqot davomida quyidagi vazifalar belgilandi:

- voleybol mashg'ulotlarini an'anaviy va takomillashtirilgan pedagogik sharoitlarda tashkil etish;
- talabalarning jismoniy va texnik tayyorgarlik darajasini aniqlash;
- tajriba-sinov mashg'ulotlari natijalarini tahlil qilish va solishtirish.

6.2. Tadqiqotni tashkil etish sharoiti va ishtirokchilari

Tajriba-sinov ishlari oliy ta'lim muassasasining jismoniy tarbiya mashg'ulotlari doirasida olib borildi. Tadqiqotda jami **60 nafar talaba** ishtirok etdi. Ular ikki guruhga bo'lindi:

1-Nazorat guruhi (30 nafar talaba) – mashg'ulotlar an'anaviy usullar asosida olib borildi;

2-Tajriba guruhi (30 nafar talaba) – mashg'ulotlar maxsus ishlab chiqilgan pedagogik shart-sharoitlar asosida tashkil etildi.

Tajriba guruhi mashg'ulotlarida:

- bosqichma-bosqich o'rgatish;
- o'yinli va musobaqaviy mashqlar;
- motivatsiyani oshiruvchi pedagogik usullar;
- individual yondashuv keng qo'llanildi.

6.3. Tadqiqot metodlari

Tadqiqot jarayonida quyidagi metodlardan foydalanildi:

- pedagogik kuzatish;
- test va nazorat mashqlari;
- taqqoslash va statistik tahlil;
- so'rovnoma va suhbat usullari.

Talabalarning voleybol bo'yicha texnik tayyorgarligi quyidagi ko'rsatkichlar orqali baholandi:

- yuqoridan va pastdan to'p uzatish aniqligi;
- to'pni qabul qilish texnikasi;
- o'yindagi faollik va jamoaviy harakatlar.

6.4. Tajriba-sinov natijalari

Tajriba boshida nazorat va tajriba guruhlarining ko'rsatkichlari deyarli bir xil darajada bo'ldi. Tajriba yakunida esa sezilarli farqlar kuzatildi.

Natijalar tahlili shuni ko'rsatdiki:



Date: 3rd January-2026

- tajriba guruhida texnik elementlarni bajarish sifati **25–30 % ga oshdi**;
- to'p uzatish aniqligi nazorat guruhiga nisbatan **20 % yuqori** bo'ldi;
- talabalarning mashg'ulotlarga bo'lgan qiziqishi va faolligi sezilarli darajada ortdi.

Nazorat guruhida ham ijobiy o'zgarishlar kuzatilgan bo'lsa-da, ularning o'sish sur'ati tajriba guruhiga nisbatan past bo'ldi.

6.5. Natijalar muhokamasi



Olingan natijalar shuni ko'rsatadiki, voleybolni o'rgatishda maxsus pedagogik shart-sharoitlar yaratish mashg'ulot samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Ayniqsa, o'yinli mashqlar, rag'batlantirish va motivatsion yondashuvlar jismoniy tarbiya yo'nalishida bo'lmagan talabalar uchun juda samarali bo'ldi. Tajriba natijalari ilmiy adabiyotlarda keltirilgan

xulosalar bilan mos keladi va voleybol mashg'ulotlarini takomillashtirish zarurligini tasdiqlaydi. O'tkazilgan tajriba-sinov ishlari jismoniy tarbiya yo'nalishida bo'lmagan oliy o'quv yurti talabalariga voleybolni o'rgatishda samarali pedagogik shart-sharoitlarni yaratish muhim ekanligini ko'rsatdi. Tashkiliy, metodik va psixologik yondashuvlarning uyg'unligi mashg'ulotlar sifatini oshiradi hamda talabalarning jismoniy va ijtimoiy rivojlanishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

XULOSA

Xulosa qilib aytganda, jismoniy tarbiya yo'nalishida bo'lmagan oliy o'quv yurti talabalariga voleybol sport turini o'rgatish jarayoni puxta rejalashtirilgan va ilmiy asoslangan pedagogik shart-sharoitlarni yaratishni talab etadi. Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatdiki, mashg'ulotlarni an'anaviy yondashuvlar bilan cheklab qolmasdan, zamonaviy pedagogik texnologiyalar, o'yinli va musobaqaviy mashqlar hamda motivatsion usullar bilan uyg'unlashtirish mashg'ulotlar samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Tashkiliy shart-sharoitlarning to'g'ri yo'lga qo'yilishi, ya'ni mashg'ulotlarning bosqichma-bosqich, oddiydan murakkabga tamoyili asosida tashkil etilishi talabalarning texnik va jismoniy tayyorgarligini izchil rivojlantirishga imkon yaratadi. Metodik jihatdan to'g'ri tanlangan mashqlar tizimi voleybol texnikasini o'zlashtirish jarayonini yengillashtiradi va talabalarning o'yin jarayonidagi faolligini oshiradi.

Shuningdek, psixologik qulay muhit yaratish, talabalarning individual imkoniyatlarini inobatga olish va rag'batlantirish mexanizmlaridan foydalanish mashg'ulotlarga bo'lgan qiziqishni kuchaytiradi. Moddiy-texnik bazaning yetarli darajada ta'minlanganligi esa mashg'ulotlarning xavfsiz, samarali va uzluksiz olib borilishiga xizmat qiladi. O'tkazilgan tajriba-sinov ishlari natijalari shuni tasdiqladiki, pedagogik shart-sharoitlar asosida tashkil etilgan voleybol mashg'ulotlari talabalarning jismoniy rivojlanishi, sog'lom turmush tarziga bo'lgan ijobiy munosabati va jamoaviy faoliyat

Date: 3rd January-2026

ko'nikmalarini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi. Mazkur yondashuvni oliy ta'lim muassasalarining jismoniy tarbiya mashg'ulotlariga keng joriy etish maqsadga muvofiqdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Kerimov F. **Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi.** – Toshkent: O'zbekiston, 2018.
2. Volkov V. **Sport o'yinlarini o'qitish metodikasi.** – Moskva: Sport, 2016.
3. Nazarov A. **Oliy ta'limda jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil etish.** – Toshkent: Fan va texnologiya, 2020.
4. Platonov V.N. **Sport trenirovkasi nazariyasi va metodikasi.** – Kiyev: Olimpiyskaya literatura, 2015.
5. Bompa T., Buzzichelli C. **Periodization: Theory and Methodology of Training.** – Human Kinetics, 2019.
6. Zamonaviy ilmiy maqolalar va metodik qo'llanmalar (Scopus, Google Scholar, eLIBRARY), 2019–2024.

