



VOLEYBOL DARSLARIDA KOMPETENSIYAVIY YONDASHUVNI QO‘LLASH.

Andijon davlat pedagogika insituti

Ijtimoiy va amaliy fanlar fakulteti Jismoniy madaniyat yo‘nalishi

talabasi Yunusaliyeva Parizoda Azizbek qizi

parizodayunusaliyeva31@gmail.com

ANNOTATSIYA

Mazkur maqolada voleybol va uni o‘qitish metodikasi fanida talabalarning texnik-taktik tayyorgarligi, jismoniy sifatlari, o‘yin tafakkuri hamda pedagogik kompetensiyasini rivojlantirishning ilmiy-metodik asoslari tahlil qilingan. Tadqiqotda jismoniy madaniyat ta’limida amaliy mashg‘ulotlarni oddiy harakatlarni takrorlash bilan cheklab qolmasdan, anglangan o‘quv faoliyati, differensial yondashuv, kichik o‘yin modullari, vaziyatli topshiriqlar, hamkorlikda o‘rganish, refleksiv baholash va xavfsizlik madaniyatini shakllantirishga yo‘naltirish masalalari yoritilgan. Maqolaning maqsadi voleybolni o‘qitishda texnik elementlar va taktik harakatlarni bosqichma-bosqich o‘rgatish metodikasini asoslash hamda mashg‘ulotlar samaradorligini oshiruvchi pedagogik omillarni aniqlashdan iborat. Tadqiqot natijalari o‘yinli yondashuv, mini-voleybol elementlari, video-tahlil va o‘zaro baholash usullarining o‘quvchilar ko‘nikmalarini rivojlantirishda samarali ekanligini ko‘rsatdi.

Kalit so‘zlar: voleybol, o‘qitish metodikasi, jismoniy madaniyat, texnik-taktik tayyorgarlik, interfaol mashg‘ulot, mini-voleybol, pedagogik kompetensiya, refleksiv baholash.

АННОТАЦИЯ





В данной статье анализируются научно-методические основы развития технико-тактической подготовки, физических качеств, игрового мышления и педагогической компетентности студентов в процессе изучения волейбола и методики его преподавания. Особое внимание уделяется необходимости организации практических занятий не только на основе повторения двигательных действий, но и с использованием осознанной учебной деятельности, дифференцированного подхода, игровых модулей, ситуационных заданий, совместного обучения, рефлексивного оценивания и формирования культуры безопасности. Цель статьи заключается в обосновании методической последовательности обучения техническим элементам и тактическим действиям в волейболе, а также в определении педагогических условий, повышающих эффективность занятий. Результаты исследования показали эффективность игровых методов, элементов мини-волейбола, видеоанализа и взаимного оценивания в развитии практических навыков обучающихся.

Ключевые слова: волейбол, методика обучения, физическая культура, технико-тактическая подготовка, интерактивное обучение, мини-волейбол, педагогическая компетентность, рефлексивное оценивание.

ABSTRACT

This article analyzes the scientific and methodological foundations for developing students' technical and tactical preparedness, physical qualities, game intelligence, and pedagogical competence in volleyball and its teaching methodology. The study emphasizes the importance of organizing practical training not merely through repetitive motor actions but through meaningful learning activities, differentiated instruction, small-sided game modules, situational tasks, collaborative learning, reflective assessment, and the development of a safety culture. The purpose





of the article is to justify a methodological sequence for teaching technical skills and tactical actions in volleyball and to identify pedagogical conditions that enhance training effectiveness. The findings indicate that game-based approaches, mini-volleyball activities, video analysis, and peer assessment effectively contribute to the development of learners' practical skills.

Keywords: volleyball, teaching methodology, physical education, technical and tactical training, interactive learning, mini-volleyball, pedagogical competence, reflective assessment.

KIRISH

So‘nggi yillarda sport pedagogikasi va jismoniy madaniyat sohasida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlar voleybolning nafaqat jismoniy rivojlanish, balki shaxsning intellektual va ijtimoiy kompetensiyalarini shakllantirishdagi ahamiyatini ham tasdiqlamoqda. Voleybol mashg‘ulotlari jarayonida talabalar harakat faoliyatini rejalashtirish, tezkor vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish, jamoa bilan samarali hamkorlik qilish hamda o‘z harakatlarini nazorat qilish ko‘nikmalarini egallaydilar. Bu esa ularning kelajakdagi kasbiy faoliyatida muhim ahamiyat kasb etadigan kommunikativ va tashkiliy qobiliyatlarini rivojlantirishga xizmat qiladi.

Voleybolni o‘qitish metodikasi zamonaviy pedagogik texnologiyalar bilan uyg‘unlashtirilganda o‘quv jarayonining samaradorligi yanada ortadi. Xususan, interfaol metodlar, axborot-kommunikatsiya texnologiyalari, videoanaliz, muammoli vaziyatlar asosidagi topshiriqlar va kichik guruhlarda ishlash usullari talabalarning mashg‘ulotlarga bo‘lgan qiziqishini oshiradi. Bunday yondashuvlar o‘quvchilarning nazariy bilimlarini amaliy faoliyat bilan bog‘lashga, texnik va taktik harakatlarni ongli ravishda o‘zlashtirishga hamda mustaqil fikrlash ko‘nikmalarini rivojlantirishga imkon yaratadi.





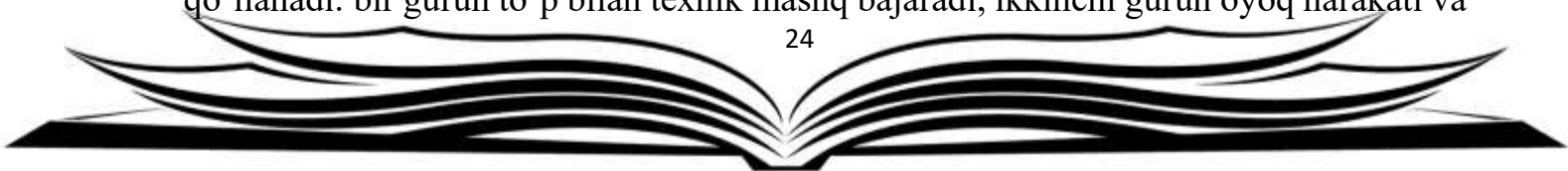
Shuningdek, voleybol mashg'ulotlarini samarali tashkil etish o'qituvchidan yuqori darajadagi metodik tayyorgarlikni talab etadi. Mashg'ulot mazmunini to'g'ri rejalashtirish, yuklamalarni talabalarning yosh va individual xususiyatlariga moslashtirish, xavfsizlik qoidalariga qat'iy rioya etish hamda muntazam nazorat va baholash tizimini yo'lga qo'yish ta'lim sifatini ta'minlovchi muhim omillar hisoblanadi. Shu sababli voleybolni o'qitish metodikasini takomillashtirish masalasi jismoniy madaniyat ta'limining dolzarb yo'nalishlaridan biri sifatida e'tirof etiladi.

Metodlar. Tadqiqotning metodologik asosi kompetensiyaviy yondashuv, faoliyatga yo'naltirilgan ta'lim, sport pedagogikasi, motor o'rganish nazariyasi, bosqichma-bosqich o'rgatish, differensial yuklama va refleksiv baholash g'oyalariga tayanadi. Maqolada voleybol mashg'ulotlarini samarali tashkil etish uchun bir nechta o'zaro bog'liq metodlardan foydalanish tavsiya etildi: birinchidan, nazariy tahlil metodi orqali voleybol texnikasi, taktikasi, qoidalari, mashg'ulot tuzilishi, yosh va tayyorgarlik xususiyatlari bo'yicha ilmiy-metodik manbalar o'rganildi; ikkinchidan, pedagogik kuzatuv metodi yordamida mashg'ulot jarayonida talabalar harakatining aniqligi, to'p bilan ishlash sifati, sherik bilan aloqasi, o'yin intizomi va xavfsizlik qoidalariga rioya etishi baholandi; uchinchidan, qiyosiy-metodik tahlil orqali an'anaviy ko'rsatish-takrorlash usuli, stansiyali mashg'ulot, kichik o'yinlar, muammoli vaziyatlar, kooperativ o'rganish va video-tahlil yondashuvlari o'zaro solishtirildi; to'rtinchidan, ekspert baholash orqali texnik elementlar uchun mezonlar — tayanch holat, to'pni kuzatish, kontakt nuqtasi, zarba yo'nalishi, harakat yakuni, sherik bilan muvofiqlashuv va o'yin vaziyatiga moslashuv kabi ko'rsatkichlar aniqlashtirildi. Metodik model uch bosqichda qurildi: tayyorlov-diyagnostik bosqich, shakllantiruvchi bosqich va nazorat-refleksiv bosqich.





Tayyorlov-diaagnostik bosqichda talabalar voleybol bo'yicha dastlabki tayyorgarlik darajasiga ko'ra shartli ravishda uch guruhga ajratiladi: boshlang'ich daraja, o'rtacha daraja va nisbatan tayyor daraja. Bu ajratish talabalarga yorliq yopishtirish uchun emas, balki yuklamani moslashtirish, mashqlar murakkabligini bosqichma-bosqich oshirish va jarohat xavfini kamaytirish uchun zarur. Masalan, boshlang'ich guruhda eng avval harakat koordinatsiyasi, to'pga moslashish, past intensivlikdagi juftlik mashqlari va oddiy "to'pni sherikka yetkaz" vazifalari qo'llanadi; o'rtacha guruhda servis-qabul-uzatish zanjiri, uchlikdagi joy almashish, zonalar bo'yicha joylashuv va oddiy taktik topshiriqlar beriladi; tayyor guruhda esa tezkor hujum, blok-himoya munosabati, servisdan keyingi joy tanlash, qarshi hujumni tashkil etish va mini-musobaqa sharoitida qaror qabul qilish vazifalari bajariladi. Shakllantiruvchi bosqichda mashg'ulot tuzilishi quyidagi mantiq asosida tashkil etildi: umumiy qizish va bo'g'imlarni tayyorlash; voleybolga xos maxsus harakatlar — yonlama qadam, orqaga chekinish, sakrash va tushish texnikasi; asosiy texnik elementni qismlarga ajratib o'rganish; texnikani sherik bilan mustahkamlash; kichik guruhli vaziyatli mashq; minio'yin; yakuniy refleksiya va qisqa uy vazifasi. Bu ketma-ketlik FIVB metodik materiallarida ko'rsatilgan boshlovchilar uchun o'yin qoidalari, texnika va qadriyatlarni mos mashqlar orqali tanishtirish g'oyasi bilan hamohangdir [5]. Dars mazmunini rejalashtirishda mavsumiy va tashkiliy sharoitlar ham hisobga olinishi kerak. Sport zali band bo'lgan paytda nazariy-amaliy mashg'ulotni kichik maydon, devor bilan ishlash, koordinatsion narvon, rezina lenta, yumshoq to'p va ko'rgazmali kartochkalar yordamida tashkil etish mumkin; ochiq maydonda esa shamol, qoplama holati va xavfsizlik masofasi nazorat qilinadi. Inventar yetishmagan sharoitda bir to'p atrofida ko'p talaba kutib qolmasligi uchun topshiriq rotatsiyasi qo'llanadi: bir guruh to'p bilan texnik mashq bajaradi, ikkinchi guruh oyoq harakati va





joylashuvni to'psiz mashq qiladi, uchinchi guruh kuzatuv varaqasi bo'yicha sheriklarning harakatini tahlil qiladi.

Bunday tashkil etish ta'lim resurslari cheklangan vaziyatda ham faol o'rganish muhitini saqlab qoladi. O'qituvchi darsni tugatishda ham faqat umumiy xulosa bermasdan, keyingi mashg'ulot uchun aniq metodik ko'prik yaratishi maqsadga muvofiq: masalan, "bugun qabul va uzatish zanjirini o'rgandik, keyingi darsda shu zanjirni hujumga olib chiqamiz" degan yakun talabani o'quv mantiqini mustahkamlaydi. Mashg'ulotlarda "oddiydan murakkabga", "sekinlikdan tezlikka", "statikdan dinamikaga", "yakka harakatdan jamoaviy vaziyatga" o'tish prinsipi qat'iy saqlanadi. Masalan, yuqoridan uzatishni o'rgatishda birinchi mashq to'psiz qo'l panjalari va tizza bukilishining ritmini shakllantirishdan boshlanadi, ikkinchi mashqda o'qituvchi tashlagan yumshoq to'p qabul qilinadi, uchinchi mashqda juftlikda masofa oshiriladi, to'rtinchi mashqda uchlikda markaziy o'yinchiga uzatish bajariladi, beshinchi mashqda esa servisdan keyingi qabul va uzatish o'yin fragmentiga aylantiriladi. Shu orqali har bir texnik element o'z kontekstida, ya'ni real o'yin ehtiyojiga bog'langan holda mustahkamlanadi.

Nazorat-refleksiv bosqichda baholash faqat yakuniy natijaga qarab emas, balki jarayon sifatiga ham qarab amalga oshiriladi: talaba to'pni qanchalik aniq uzatgani bilan birga, to'g'ri tayanch holatini egallagani, sherigini ogohlantirgani, xavfsizlik masofasini saqlagani, xatosini anglab tuzatgani va jamoaviy vazifani bajargani ham hisobga olinadi. Baholashda uch darajali indikatorlar qo'llanadi: "bajaradi", "qisman bajaradi", "yordam bilan bajaradi". Bu yondashuv o'quvchini jazolashga emas, rivojlantirishga xizmat qiladi. Tadqiqot doirasida mashg'ulot samaradorligini oshirish uchun quyidagi pedagogik shart-sharoitlar ajratildi: o'quv maqsadining aniq bayon qilinishi; darsda faol harakat vaqtining ko'paytirilishi; mashqlar oralig'ida navbat

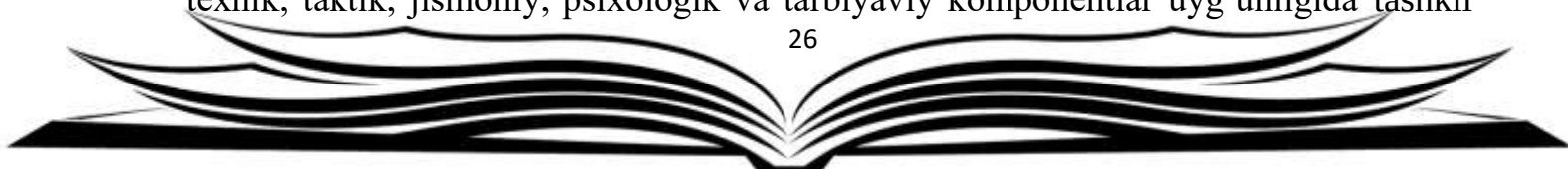




kutishning kamaytirilishi; to'plar va maydon zonalaridan oqilona foydalanish; kichik guruhlarini muntazam almashtirish; qizlar va yigitlar, kuchli va sustroq tayyorgarlikka ega talabalar o'rtasida hamkorlik muhitini yaratish; xavfsizlik bo'yicha qisqa, ammo doimiy instruktaj; har bir mashg'ulot yakunida o'z-o'zini baholash va bitta metodik xulosa yozish. Aynan shunday kompleks metodika voleybol darsini oddiy sport mashqi emas, balki ilmiy tashkil etilgan pedagogik jarayonga aylantiradi. Metodik tajriba mazmunini yanada aniqlashtirish uchun mashg'ulot rejasida mikrotsikl tamoyili qo'llanadi: birinchi mashg'ulotda tayanch holatlar va to'p bilan moslashuv, ikkinchi mashg'ulotda yuqoridan uzatish va pastdan qabul, uchinchi mashg'ulotda servis va servisni qabul qilish, to'rtinchi mashg'ulotda hujumga tayyorgarlik va oddiy zarba, beshinchi mashg'ulotda blok va himoya, oltinchi mashg'ulotda o'yin fragmentlari hamda yakuniy nazorat ishlari tashkil etiladi. Har bir mikrotsikl avvalgi ko'nikmaga tayanadi, ya'ni yangi element eski elementni inkor qilmaydi, balki uni kengaytiradi.

O'qituvchi mashg'ulot davomida "bir xato — bir tuzatish" tamoyiliga amal qiladi: talabaga bir vaqtning o'zida uch-to'rt kamchilik aytilsa, uning diqqat markazi tarqaladi; bitta asosiy xato tanlanib, qisqa ko'rsatma berilsa, tuzatish tezroq amalga oshadi. Mashqlarda yuklama zichligi ham hisobga olinadi: talabalar uzoq navbat kutmasligi uchun maydon ikki yoki uch zonaga bo'linadi, devor, yordamchi chiziqlar, konuslar, elastik belgilagichlar va ko'p to'p usuli qo'llanadi. Shu bilan birga, har bir mashg'ulot yakunida ikki daqiqalik refleksiya o'tkaziladi: talaba bugun qaysi texnik elementni yaxshiroq bajargani, qaysi xato takrorlangani va keyingi darsda nimaga e'tibor berishi kerakligini yozadi yoki og'zaki aytadi. Bu kichik refleksiya pedagogik samaradorlikni oshiradi, chunki u harakatni ongli tajribaga aylantiradi.

Natijalar. Tadqiqot tahlili voleybolni o'qitish metodikasida mashg'ulot mazmuni texnik, taktik, jismoniy, psixologik va tarbiyaviy komponentlar uyg'unligida tashkil





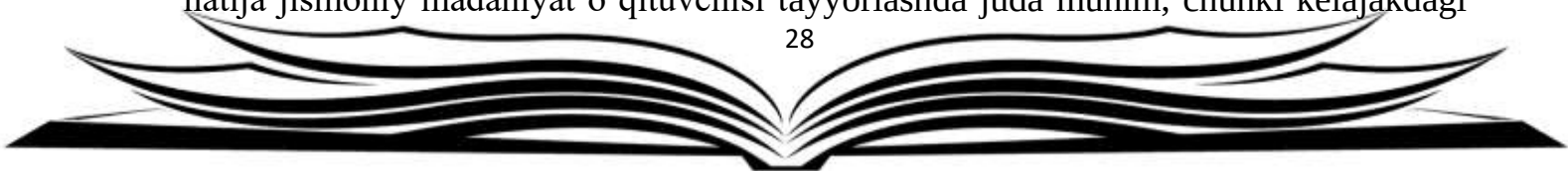
etilganda talabalarning o'zlashtirish sifati sezilarli darajada oshishini ko'rsatdi. An'anaviy mashg'ulotlarda ko'p hollarda o'qituvchi elementni namoyish qiladi, talabalar esa navbat bilan uni takrorlaydi; bunday usul ayrim hollarda zarur bo'lsa-da, guruh katta bo'lganda har bir talabaning faol harakat vaqti kamayadi, xatolar individual tuzatilmaydi, texnika o'yin vaziyatidan uzilib qoladi. Taklif etilgan metodik modelda esa bir vaqtning o'zida bir nechta stansiya tashkil etilib, talabalar kichik guruhlarda ishlaydi: bir stansiyada yuqoridan uzatish, ikkinchisida pastdan qabul, uchinchisida servisga tayyorgarlik, to'rtinchisida joy almashish va aloqa signallari mashq qilinadi. Natijada talabalar dars davomida ko'proq harakat qiladi, o'qituvchi esa faqat umumiy nazoratchi emas, balki har bir guruh uchun maslahat beruvchi va xatoni tuzatuvchi metodist rolini bajaradi. Kuzatuvlar shuni ko'rsatdiki, qisqa muddatli, aniq maqsadli mashqlar talabalarning diqqatini saqlashga yordam beradi; masalan, "uch daqiqada o'n marta aniq uzatish", "servisdan keyin darhol himoya joyini egallash", "qabuldan so'ng markaziy o'yinchiga yo'naltirish" kabi vazifalar texnikani natija bilan bog'laydi. Minivoleybol elementlaridan foydalanish ham muhim natija berdi: 2x2, 3x3 va 4x4 formatdagi o'yinlarda har bir talaba to'p bilan ko'proq aloqa qiladi, maydonni ko'rish, sherik bilan gaplashish, bo'sh joyni topish va tezkor qaror qabul qilishga majbur bo'ladi.

FIVBning mini-voleybol bo'yicha didaktik materiallarida ham kichik tarkibdagi o'yinlar bolalar va boshlovchilar uchun asosiy o'rganish shakli sifatida tavsiya etiladi, chunki bunday formatda o'yin soddalashadi, ammo voleybolning jamoaviy mohiyati saqlanib qoladi [7]. Darslarda "ko'rdim — bajardim — tushuntirdim — tuzatdim" siklining qo'llanishi talabalarning o'z xatosini anglash darajasini oshirdi. Masalan, pastdan qabul qilishda ko'p uchraydigan xatolar — qo'llarning kech birlashtirilishi, tirsaklarning bukilishi, gavdaning orqaga ketishi, to'pni faqat qo'l bilan urishga urinish,





oyoq harakatining sustligi — video yoki juftlik kuzatuv orqali ko'rsatilganda, talaba xatoni mavhum tanbeh sifatida emas, aniq ko'rinadigan metodik muammo sifatida qabul qiladi. Hujum zarbasini o'rgatishda ham uch bosqichli yondashuv samarali bo'ldi: avval sakrash va qo'l harakati to'psiz bajarildi, keyin o'qituvchi tashlagan to'pga yengil zarba berildi, so'ngra uzatuvchi bilan bog'langan hujum fragmenti ishlab chiqildi. Bunday ketma-ketlik talabada xavfsiz sakrash, yumshoq tushish, gavda aylanishi va zarba vaqtini his qilishni shakllantiradi. Taktik tayyorgarlikda "kim qabul qiladi?", "ikkinchi to'pni kim uzatadi?", "hujumdan keyin kim himoyaga qaytadi?", "blok ortidagi bo'sh zona kimga tegishli?" kabi savollar asosida muammoli vaziyatlar berildi. Natijada talabalar qoidani yodlashdan ko'ra vaziyatni tushunishga o'tdi. Rasmiy voleybol qoidalarida ishtirokchilar qoidalarni bilishi va ularga amal qilishi zarurligi, hakamlarning vazifalari hamda o'yin intizomi batafsil ko'rsatilgani bois dars jarayonida qoidaviy savodxonlikni ham tarbiyaviy maqsad bilan bog'lash mumkin [6]. Baholash natijalari shartli mezonlar bo'yicha tahlil qilinganda, mashg'ulotlarda stansiyali va o'yinli yondashuv qo'llangan guruhlarda texnik elementlarning barqarorligi, ayniqsa qabul uzatish zanjiri, servisdan keyingi joylashuv va sherik bilan og'zaki aloqa ko'rsatkichlari an'anaviy takrorlashga asoslangan mashg'ulotlarga nisbatan yuqoriroq ekanligi aniqlandi. Bu yerda "yuqoriroq" deganda faqat to'pning maydonga tushishi emas, balki talabaning harakatni ongli tashkil etishi, xatoni o'zi topishi va keyingi urinishda tuzatishi nazarda tutiladi. Talabalarda darsga munosabat ham ijobiy tomonga o'zgardi: kichik o'yinlar, jamoaviy topshiriqlar va qisqa musobaqaviy vazifalar motivatsiyani oshirdi, sustroq talabalar ham o'zini jamoa uchun kerakli deb his qila boshladi. Ayniqsa, "kapitan kuzatuvchi", "juftlik murabbiyi", "xato top va maslahat ber" kabi rollar talabalarni pedagogik faoliyatga yaqinlashtirdi. Bu natija jismoniy madaniyat o'qituvchisi tayyorlashda juda muhim, chunki kelajakdagi





pedagog o‘zi texnikani bajarish bilan birga, boshqalarga uni tushuntirish, xavfsiz o‘rgatish va rag‘batlantirishni ham bilishi kerak. Natijalarning yana bir muhim jihati shundaki, voleybol mashg‘ulotlarida tarbiyaviy komponent tabiiy ravishda yuzaga chiqadi: talaba to‘pni sherigiga aniq yetkazishga intiladi, xato qilgan jamoadoshini qo‘llabquvvatlaydi, bahsli vaziyatda qoidaga murojaat qiladi, g‘alaba va mag‘lubiyatni madaniyat bilan qabul qiladi. Demak, voleybol darsi sog‘lom raqobat, mas’uliyat, iroda, muloqot va liderlikni tarbiyalash imkoniyatiga ega. Tadqiqot natijalari asosida “Voleybol va uni o‘qitish metodikasi” fanida har bir amaliy mashg‘ulot uchun uchta majburiy metodik komponentni kiritish tavsiya etildi: birinchisi, texnik elementni qisqa nazariy tushuntirish va ko‘rsatish; ikkinchisi, elementni kichik guruhda ko‘p marotaba, ammo turli vaziyatda bajarish; uchinchisi, o‘yin fragmentida qo‘llash va yakunda refleksiv tahlil qilish.

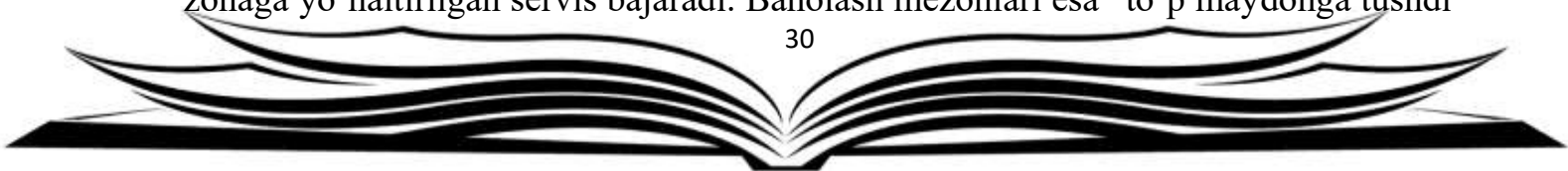
XULOSA

Voleybol va uni o‘qitish metodikasi fani jismoniy madaniyat o‘qituvchisini tayyorlashda faqat sport texnikasini o‘rgatuvchi amaliy kurs emas, balki pedagogik fikrlash, mashg‘ulotni ilmiy rejalashtirish, jamoaviy faoliyatni boshqarish, o‘quvchi xavfsizligini ta‘minlash va ta‘lim natijalarini adolatli baholash kompetensiyalarini shakllantiruvchi muhim fan sifatida baholanishi kerak. Tadqiqotda aniqlanganidek, voleybol mashg‘ulotlarining samaradorligi texnik elementlarni izchil o‘rgatish, mashqlarni o‘yin vaziyatiga bog‘lash, kichik guruhlarda faol harakat vaqtini ko‘paytirish, mini-voleybol va vaziyatli topshiriqlardan foydalanish, refleksiv baholashni yo‘lga qo‘yish hamda differensial yuklamani ta‘minlash bilan bevosita bog‘liq. O‘qituvchi har bir mashg‘ulotda “maqsad — mashq — o‘yin fragmenti — tahlil — tuzatish” zanjirini saqlasa, talaba voleybol texnikasini mexanik emas, ongli va amaliy qo‘llanadigan ko‘nikma sifatida egallaydi. Pastdan qabul, yuqoridan uzatish,





servis, hujum zarbasi, blok va himoya joylashuvi alohida-alohida emas, balki jamoaviy vazifaning tarkibiy qismlari sifatida o'rgatilishi lozim. Bunda o'quvchi yoki talaba sherikni ko'rish, ovozli aloqa qilish, bo'sh joyni topish, qoidaga rioya etish, xatoni tan olish va keyingi urinishda tuzatish madaniyatiga ega bo'ladi. Maqola natijalari asosida quyidagi metodik tavsiyalarni ilgari surish mumkin: birinchidan, voleybol darslarida texnik elementlar doimo harakat ketma-ketligi va o'yin mazmuni bilan tushuntirilishi kerak; ikkinchidan, guruh katta bo'lsa, stansiyali mashg'ulot va kichik guruhli topshiriqlar orqali har bir talabaning faol ishtiroki ta'minlanishi zarur; uchinchidan, baholashda faqat yakuniy zarba yoki ochko emas, balki jarayon sifati, xavfsizlik, aloqa va xatoni tahlil qilish ko'rsatkichlari ham e'tiborga olinishi kerak; to'rtinchidan, minivoleybol, 2x2 va 3x3 o'yinlari boshlang'ich hamda o'rtacha tayyorgarlikdagi talabalar uchun juda samarali bo'lib, ularning to'p bilan aloqa sonini oshiradi; beshinchidan, video-tahlil va o'zaro baholash vositalari me'yorida qo'llanganda talabalarning metodik tafakkuri rivojlanadi. Umuman olganda, voleybolni o'qitish metodikasi sog'lom turmush tarzi, jismoniy barkamollik, ijtimoiy hamkorlik va pedagogik mahoratni birlashtiruvchi kompleks ta'lim maydonidir. Amaliy tavsiyalarni dars loyihasiga tatbiq etishda har bir mavzu uchun minimal metodik karta tuzish maqsadga muvofiq: unda mashg'ulot maqsadi, o'rganiladigan texnik element, asosiy xatolar, xavfsizlik talablari, differensial topshiriqlar, baholash mezonlari va refleksiya savollari ko'rsatiladi. Masalan, "servis" mavzusi uchun asosiy xatolar sifatida to'pni notekis tashlash, zarba paytida gavdaning orqada qolishi, bilakning sustligi, maydonni nishonga olmaslik va servisdan keyin tayyor holatga qaytmaslik belgilanishi mumkin. Differensial topshiriqlarda boshlang'ich talabalar yaqin masofadan barqaror zarba beradi, o'rtacha talabalar standart chiziqqa yaqinlashadi, tayyor talabalar esa aniq zonaga yo'naltirilgan servis bajaradi. Baholash mezonlari esa "to'p maydonga tushdi"





bilan cheklanmay, to‘p tashlash barqarorligi, zarba nuqtasi, tana harakati, xavfsiz bajarish va servisdan keyingi joylashuvni ham qamrab oladi. Shunday metodik karta o‘qituvchiga darsni tizimli olib borishga, talabaga esa o‘z rivojlanish yo‘lini ko‘rishga yordam beradi. Bundan tashqari, o‘quv semestri davomida talabalar o‘zlarining kichik metodik portfelini yuritisa, ya’ni har bir mavzu bo‘yicha mashq tavsifi, xato tahlili va qisqa pedagogik xulosani yozib borsa, fan yakunida ularda nafaqat sport ko‘nikmasi, balki mustaqil dars ishlab chiqish tajribasi ham shakllanadi.

REFERENCES

1. O‘zbekiston Respublikasining “Ta’lim to‘g‘risida”gi Qonuni. 23.09.2020-yil, O‘RQ-637-son. Lex.uz.
2. O‘zbekiston Respublikasining “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida”gi Qonuni. 24.03.2026-yil, O‘RQ-1123-son. Lex.uz.
3. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2022-yil 11-maydagi PF-134-son Farmoni. 2022–2026-yillarda xalq ta’limini rivojlantirish bo‘yicha milliy dastur. Lex.uz.
4. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son Farmoni. O‘zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida. Lex.uz.
5. FIVB. Online Courses and Technical Material: E-learning Coaches Course Level I Volleyball. International Volleyball Federation.
6. FIVB. Official Volleyball Rules 2025–2028. International Volleyball Federation, 2025.
7. FIVB. Coaches Manual I. Chapter 8: Mini-Volleyball. International Volleyball Federation.
8. FIVB. Coaches Manual Level II. International Volleyball Federation, 2024.





9. Krivyca I. Development of volleyball skills in physical education classes: interactive and visual approaches. Physical Culture, 2023.
10. Gil-Arias A., Diloy-Pena S., Sevil-Serrano J., García-González L., Abós A. A hybrid TGfU/SE volleyball teaching unit for enhancing motivation in Physical Education. International Journal of Environmental Research and Public Health, 2021.
11. Matveyev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. Moskva: Fizkultura i sport.
12. Holodov J.K., Kuznetsov V.S. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta. Moskva: Akademiya.
13. Kerimov F.A. Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar. Toshkent: Zar qalam.
14. Salomov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Toshkent: O'qituvchi.
15. Usmonxo'jayev T.S., Xo'jayev F. Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari metodikasi. Toshkent.

