O‘ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT UNIVERSITETI

FAN-SPORTGA

ILMIY-NAZARIY JURNAL

2025 / 7



ISSN: 2181 7804




JAHON
CHEMPIONATIDA!
FIFA


UZB UZB
1 0:51 2
O'ZBEK






SANOAT QURILISH BANK

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

2025/7

Бош муҳаррир
Рашид МАТКАРИМОВ

Бош муҳаррир ўринбосари илмий маслаҳатчи:
Ш.Ш. ГАЗИЕВ

Таҳрир ҳайъати таркиби:

Э.Т. Рахманов
Ш.С. Мирзанов
М.Х. Миржамалов
М.Ў.Арзиқулов
С.Б. Репкин
Бек Мун Жонг
И.П. Сивохин
Н.Т. Тўхтабоев
Б.К. Эримбетов
И.Б. Алиев
Л.П. Югай
Д.Х. Умаров
А.К. Эштаев
К.Ш. Зиядуллаев
Н.Ж. Исакулова
А.Б. Жуманиязов
М.М. Қирғизбоев

Таҳрир ҳайъати котиби

Ш.Х.Тоштурдиев
Б.А. Ишимов
Р.И. Исроилов
А.У. Рашидов
О.Е. Мамишев
А.С. Гонашвили

Техник таҳририят таркиби:

Н.Н.Ғаффоров
У.О. Азимова
Ш.Б.Алиева
М.Раҳмонов

fan-sportga.uz

Журналнинг телеграм канали

МУНДАРИЖА/СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ МАШҒУЛОТЛАРИ: ТЕХНИКА, ТАКТИКА, УСУЛИЯТ / ТЕХНИКА, ТАКТИКА И МЕТОДИКА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

А.У. Рашидов – Формирование оперативно-информационных моделей и логических приёмов в аналитической деятельности квалифицированных шахматистов. 3

Е.К. Близнецова – Научно-практическое обеспечение по совершенствованию самообороны женщин на базе единоборств. 7

Е.П. Скворцова – Воспитание и совершенствование скоростной выносливости у студентов образовательной программы «физическая культура и спорт» на учебных занятиях дисциплины «Полиатлон». 10

С.В. Ботяев – Стимулируемое развитие координационных способностей у студентов бакалавров образовательной программы «Физическая культура и спорт» на занятиях гимнастикой. 13

Р.А. Матчанов – Ички ишлар органлари ходимларининг жисмоний тайёргарлигини оширишда психологик ёндашув. 16

Ж.С. Сулаймонов – 15-16 ёшли волейболчиларда йиллик тайёргарлик даврида ўтказилган машғулотлар давомида куч ва тезкорлик-куч қобилиятларини ўсиб бориш динамикаси. 19

А.О. Абдалимов – Современные тенденции применения искусственного интеллекта в спорте. 24

М.К. Жуманиязов – Ёш регбичиларни тайёрлашда техник-тактик кўникмаларни шакллантириш. 27

Н.С. Курбанова – Анализ показателей отбора, используемых на этапе начальной подготовки бадминтонистов. 29

И.И. Мирзатиллаев – Енгил атлетика тўгаракларида ўқувчиларнинг жисмоний тайёргарлигини оширишда IAAFнинг мусобақа дастурини қўллаш услубияти. 32

А.З. Ходжаев – Оғир атлетика машқларини техник жиҳатдан ўргатиш услублари. 36

Ф.А. Соловьева – Анализ управления цифровыми технологиями в фитнес индустрии. 39

Х.Х. Қурбонов – Ўрта масофага югурувчилар йиллик тайёргарлигида спорт формасининг шаклланиши ва ўсиш кўрсаткичлари таҳлили. 42

Ж.Р. Муратов., Э.С. Гаипов – Анализ приёмов в партере и стойке на соревнованиях по вольной борьбе среди взрослых. 47

К.Т. Шакиржанова – Научно-теоретические подходы к обеспечению гендерного равенства в сфере физической культуры и спорта. 50

Ш.Х. Ханкельдиев., С.Р. Ураимов – Мониторинг математической компетентности выпускников факультета физического воспитания с углубленным применением факторного анализа. 54

О.Х. Хасанов – 13-18 ёшли футболчиларни мусобақага саралашда психоэмоционал ҳолатнинг ўзига хос қиёсий таҳлили. 56

FAN Sportga

илмий-назарий журнали

“FAN – SPORTGA”
илмий-назарий журнали

Ўзбекистон давлат жисмоний тарбия ва спорт университети муассислигида чоп этилади

Таҳририят манзили:
111709, Тошкент вилояти, Чирчиқ шаҳри, Спортчилар кўчаси 19-уй. Формат 60x84 1/16. 84 саҳифа.
Босишга рухсат этилди: 26.07.2025

Журнал “DAVR MATBUOT SAVDO” МЧЖ босмахонасида нашр қилинди.

“MATBUOT TARQATUVCHI” обуна каталоги индекси: 1118

05.02.2018 йилда Тошкент шаҳрида оммавий ахборот воситаси сифатида давлат рўйхатидан ўтказилган.

Рўйхатга олиш рақами № 02-005 “FAN – SPORTGA” журнали 2004 йилдан нашр этилади.

Суратлар муаллифи:
Анвар Ильясов
Абдулло Файзуллаев

2025/7

Ғ.Т. Исмоилов – Малакали кикбоксчилар машғулот жараёнига қизиқишини шакллантирувчи омиллар. 60

Чжан Цзысюань., В.В. Клинов – Современное состояние и перспективы развития гребли на байдарках и каноэ в Китайской народной Республике. 63

А.А. Абдураззахов – Спорт-соғломлаштириш туризмида талабаларнинг умумий функционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлик даражаси таҳлили. 68

Н.Д. Кайназаров – Развитие физической подготовки посредством симуляционных упражнений для лыжных гонщиков в возрасте 13-14 лет. 72

Н.О. Отегенов – Анализ двигательных характеристик тела юных тяжелоатлетов 14-16 лет. 75

А.Е. Шилманов – Ёш футболчиларда координация қобилиятини ривожлантиришда вестибуляр гимнастика воситаларининг ўрни. 78

А.Б. Хасанов – Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида касбий билимларини ва амалий кўникмаларини ривожлантиришнинг илмий-услубий асослари. 82

Б.Ш. Рахматов., Л.Б. Собирова., Ғ.С. Хўжамкелдиев., И.М. Мамбетназаров., А.Р. Оталиева – Ёш каратэчиларни тайёрлаш жараёнида машғулотларни самарали ташкил этиш ва стратегик режалаштириш. 87

А.А. Турсунов – Замонавий волейболда тўпни қабул қилиб зарур зонага етказиш аниқлигининг ўрни ва уни барқарорлаштириш муҳимлиги. 90

Д.А. Омонов – Ёш боксчиларда чап қўл тўғри зарбаси жараёнида тананинг бурчак тезлиги ва зарба кучининг кинематик таҳлили. 93

Ш.У. Набиев – Талаба боксчиларнинг чап қўлда бошга тўғридан зарба бериш жараёнида оёқ ҳаракатларининг кинематик таҳлили. 98

Ҳ.Д. Султонов – Спортчи талабалар (курашчилар)да вазн назорати ва замонавий методик асослари. 101

Ш.С. Тилавов – 14-15 ёшли триатлончиларининг куч-чидамкорлик тайёргарлигини такомиллаштириш. 104

М.Н. Эгамбердиев – Малакали кикбоксчиларда статик ва динамик режимларда мувозанат сақлаш турғунлигининг бир ўқув-машғулот йили давомида ўсиш суръати. 107

Ж.М. Шукурллаев – Мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологияси. 111

А.К. Шарипов – Жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабаларининг педагогик амалиётга касбий-педагогик тайёргарлик даражасини баҳолаш методларини такомиллаштириш. 115

Д.Э. Джурабаева – Профессор-ўқитувчиларнинг рационал турмуш тарзи ва морфо-функционал ҳолатига нисбатини сўровнома натижалари орқали таҳлил қилиш. 119

М.А. Ибрагимов – Спорт курашлари ва таэквондо спорт турларида эшитишида нуқсони бор спортчиларни тайёрлаш методикаларининг қиёсий таҳлили. 122

боришга урғу берилмас экан. Мазкур ҳолат зарбалар аниқлигини барқарорлаштириш имкониятини яратиб бермайди.

Адабиётлар:

1. Агафонов А.И., Характеристика технико-тактической подготовки юных кикбоксеров., -Фундаментальные исследования, 2014.
2. Александров Ю.М. Выявление и реализация условий повышения эффективности соревновательной деятельности квалифицированных боксеров. “Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта”. 2013, 17 с.
3. Бибиков С.В. Методика развития координационных способностей юных боксерев на основе моделирования условий их соревновательной деятельности, -Автореферат. Волгоград, 2008.
4. Большаков Л.В. Оценка функции равновесия боксеров в вертикальной стойке. – Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. 2021, 76 с.
5. Витковски З., Лях В.И., Развитие координационных способностей у футболистов 11-19 лет, -Физическое култура, 2008.
6. Галимова А.Г., Цинкер В.М. Координационные способности как фактор повышения кондиций человека, Вестник Бурятского государственного университета, 2014.
7. Гатин Ф.А. Методика повышения уровня технической подготовки квалифицированных боксеров на основе интегративного подхода., Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2018.
8. Герасимов М.В., Козин В.В., Салугин Ф.В. Технология тактико-технической подготовки квалифицированных кикбоксеров с учетом сложнокоординационных условий ведения поединка., Современные проблемы науки и образования. 2021.
9. Герасимов М.В. Развитие ударных баллистических координаций кикбоксеров средствами комплексных вариативных заданий. // Автореферат. – Санкт-Петербург, 2023.
10. Егоров М.И., Конкин И.В., Сердцева А.А., Лапшин А.В., Камшилов С.В. Технические средства тренировки и контроля точности ударов боксеров. // Ученые записки университета имена П.Ф. Лесгафта. 2018, 86 с.
11. Зиннатнуров А.З., Болтиков Ю.В., Абрамов Н.А. Оценка эффективности комбинированного подхода в тренировочном процессе боксеров. // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2019, 76 с.
12. Зиновьев М.А. Развитие скоростно-силовых способностей у юношей 16-18 лет, занимающихся кикбоксингом. // Выпускная квалификационная работа. – Екатеринбург, 2019.
13. Ишенко Д. История возникновения кикбоксинга и его направления.,
14.Кладов Э.В., Развитие специальной выносливости у кикбоксёров юношей в подготовительном периоде с учётом стиля ведения боя., Автореферат. –Омск, 2011.
15. Кладов Э.В., Шульпина В.П. Методика развития специальной выносливости у кикбоксеров 14-15 лет в разеделе ффулл-контакт в подготовительном периоде с учетом индивидуального стиля ведения боя. Омский научный вестник, 2011.
16. Клещев В.Н., Кикбоксинг. Учебник для вузов, Москва, 2006
17. Клещев В.Н. Физические качества кикбоксера. // Курс лекций. –Москва, 2018.
18. Клещев В.В. Формирование индивидуально-типовых манер ведения боя в кикбоксинге. // Автореферат. – Москва, 2006.
19. Климачев В.А., Экспресс-контроль и индивидуализация технической подготовки юных боксеров с учетом вестибулярной устойчивости., Автореферат. Санкт-Петербург. 2000.
20. Колесник И.С. Инновационная технология развития ведущих двигательных координаций у боксеров 15-17 лет массовых разрядов. // Автореферат. - Малаховка, 2006.
21. Колесник И.С., Кузнецов А.С., Петров А.Г. Теоретическое и методическое обоснование формирования равновесия как одной из ведущих двигательных координаций у боксеров., Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2009
22. Колесник И.С. Моделирование повышения результативности атакующих действий боксеров 14-16 лет. “Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта”. 2012, 61 с.
23. Колесник И.С., Осипов Д.А. Факторы, влияющие на повышение уровня технической подготовленности квалифицированных боксеров., Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2013.
24. Колесник И.С., Осипов Д.А. Факторы, влияющие на повышение уровня технической подготовленности квалифицированных боксеров. “Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта”. 2013, 79 с.
25. Клещев В.Н., Физические качества кикбоксеров., Курс лекций, Москва, 2018

Педагогика фанлари бўйича фалсафа доктори (PhD), доцент
Ж.М. ШУКУРЛЛАЕВ[1]
[1]Чирчиқ давлат педагогика университети
Чирчиқ шаҳри, Ўзбекистон

МИНИ ВОЛЕЙБОЛ СПОРТ ТУРИНИ ВОЛЕЙБОЛГА ИНТЕГРАЦИЯЛАШ ВАРИАТИВЛИГИ АКМЕОЛОГИЯСИ

Аннотация

В данной статье представлены рекомендации и предложения по акмеологии вариативности интеграции мини-волейбола в волейбол. В ходе исследования были разработаны критерии целеполагания и ориентации на результат Смарт (точность, размерность, доступность, ресурсоемкость, регламент) по направлению волейбола через мини-волейбол и обоснованы на 1 год педагогического опыта.

Ключевые слова: *Вариатив, мини-волейбол, механизм, акмеология, интеграция, качество, тренировка, результат, спорт, волейбол.*

Annotation

Мазкур мақолада мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологияси бўйича кўрсатма ва таклифлар келтирилган. Тадқиқотда мини волейбол орқали волейболга йўналтириш бўйича Смарт (аниқлилик, ўлчамлилик, эришимлилик, ресурс билан таъминланганлик, регламент) мақсад белгилаш ва натижага мўлжал олиш мезонлари ишлаб чиқилди ва 1 йиллик педагогик тажриба бўйича асосладик.

Калит сўзлар: *вариатив, мини волейбол, механизм, акмеология, интеграция, сифат, машғулот, натижа, спорт, волейбол.*

This article provides instructions and suggestions on the acmeology of the variativeness of the integration of the sport of mini volleyball into volleyball. The study developed smart (accuracy, dimensionality, accessibility, resource availability, regulation) target setting and outcome targeting criteria for targeting volleyball through mini volleyball and based on 1 year of pedagogical experience.

Key words: *Variative, mini volleyball, mechanism, acmeology, integration, quality, training, result, Sport, volleyball.*

Долзарблиги. Ривожланган жаҳон мамлакатлари каби бизни таълим ва спорт ҳам кундан-кунга ривожланиб бормоқда. “Давлат-таълим-талаба-ота-она-ўқувчи” ҳалқаларини бирлаштириб, мактабгача таълим ва тарбия, умумий ўрта таълим, профессионал таълим, олий таълим тизими ҳамда илмий-ма-

даний муассасаларини бўлғуси жисмоний тарбия ўқитувчисининг педагогик таълими назарияси ва амалиётининг акмеологик асосларини ўрганиш муаммосини белгилашга ва уларни ижобий ҳал қилишга туртки бўлди.

Айниқса, волейбол спорт тури ҳозирги кунда йилдан-йилга рақобатнинг жадал кескинлашуви билан муҳим ўринга эга. Волейбол спорт тури бўйича ўтказиб келинаётган миллий чемпионатлар ва ўта нуфузли ҳалқаро мусобақаларда юксак натижага эришиш учун жисмоний потенсиал заҳирасини кучайтириш ва кенгайтириш, энг асосийси кадрлар салоҳиятини оширишни тақозо этади. Бу омил кичик волейбол спорт туридан ҳам фойдаланиш, жисмоний тарбия машғулотлари ва дарсларида мини волейбол спорт турига тизимли равишда ўргатиш ҳамда педагогик маҳоратининг ошишида муҳим манба ҳисобланади [4; 28-30-b.].

Республикамиз Президентининг 2024-йил 4-декабрдаги “Жамоавий спорт турларини ривожлантириш ва иқтидорли ёшларни саралаб олиш тизимини такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида” ги ПҚ-421-сонли, 2024 йил 19 июлда Ўзбекистон Республикаси Президенти Ш.М.Мирзиёев томонидан “Волейбол спорт турларини янада ривожлантириш чора–тадбирлари тўғрисида” ПҚ–274–сонли қарорларига бизнинг мақоламиз муайян даражада хизмат қилади

Республикамизда ривожланиш хилма-хиллигини амалга ошириш натижаси тизимининг талабларни етарли даражада хилма-хил тўлақонли, сифат жиҳатдан таъминлай олиш хусусияти, қобилияти машғулот траекторияларининг ўзига хос ва жозибали вариантлари, охирида траекторияни танлаш учун бир қатор имкониятлар (мазмунли ва эҳтиёжларига мос) таълимни индивидуализация қилишнинг максимал даражасини таъминлашга қаратилган.

Тадқиқотнинг мақсади мини волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологияси босқичларини таълим амалиётига татбиқ этишда ҳаракатлар мажмуи, қиёслаш, организмни индивидуал ривожлантириш, волейбол параметрлари талабларига ихтисослаштириш ҳамда трансферлаш асосида волейболга интеграциялаш механизмининг мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шакллари ва СМАРТ мезонлари (аниқлилик, ўлчамлилик, эришимлилик, ресурс билан таъминланганлик, регламент) мақсад белгилаш ва натижага мўлжал олиш самарадорлиги тамойилларига асосланган машғулотларни режалаштириш бўйича таклиф ва тавсияларни ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқотнинг вазифалари:

мини волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологияси босқичларини таълим амалиётига татбиқ этиш;

жисмоний қобилиятларини мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шаклларини, таълим мақсадини белгилаш ва муайян натижага мўлжал олиш тамойилларига мувофиқ ташкил қилишда, тадқиқот доирасида мазкур жараённинг қобилият ва самарадорлигини баҳолашнинг СМАРТ мезонларини ишлаб чиқиш;

мини волейбол машғулотларида ҳаракатларни қиёслаш, организмни индивидуал ривожлантириш, волейбол параметрлари талабларига ихтисослаштириш ҳамда трансферлаш асосида волейболга интеграциялаш;

механизмининг мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шакллари ва СМАРТ мезонлари (аниқлилик, ўлчамлилик, эришимлилик, ресурс билан таъминланганлик, регламент) мақсад белгилаш ва натижага мўлжал олиш самарадорлигини тажрибада асослаш;

Тадқиқот объекти: мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологияси жараёни.

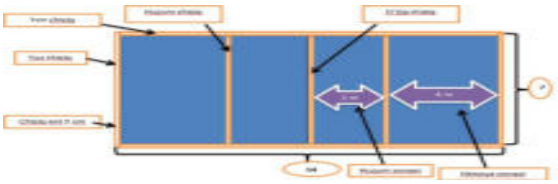
Тадқиқот предмети: мини волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологиясини волейболга интеграциялаш механизми фаолиятини ташкил етишнинг мазмуни, воситалари, дидактик таъминотини ташкил этади.

Тадқиқот усуллари: Муаммога оид спорт, жисмоний тарбия, педагогик ва психологик адабиётларни қиёсий ўрганиш ва таҳлил қилиш, ўқув-методик қўлланмаларни ўрганиш, монографик кузатиш, ижтимоий-педагогик (кузатиш, суҳбат, анкета, сўров, тест) ва математик-статистик таҳлил.

Тадқиқотни ташкиллаштириш: Мини волейбол спорт турини волейболга интеграциялаш вариативлиги акмеологиясининг илмий методологик асослари муаммосини қуйидагича тадбиқ қилдик.

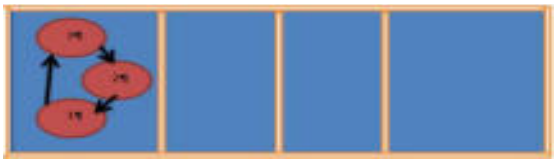
Ўйин майдони. Майдон ўлчамлари (1-расм). Майдон тўғри тўртбурчак шаклида бўлиб, узунлиги 14 м, эни 7 м. 1-(расм) га қаранг.

Майдон тузилиши



1-расм. “Кичик волейбол” ўйини майдони

Ўйинчилар. Ўйинчиларнинг жойлашиши. 2-(расм) га қаранг. . Ўйин жараёнида 3 нафар ўйинчи иштирок этади, заҳира ўйинчилар сони 3 нафар, жами ҳар бир жамоада 6 нафар иштирокчидан иборат.



2-расм. Ўйинчиларнинг майдонда жойлашиши

Ачколар ва бўлимлар. Ўйин жараёни 3 бўлимдан иборат, 2 та бўлим 20 ачко, охирги бўлим 10 ачкодан иборат бўлиб, 5 ачкога борганда жамоалар майдонни алмашинади, **2 ачко** фарқи билан бўлимлар тугалланиши керак. Агар тўп ҳужум зонасига тушса **2 ачко,** ҳимоя зонасига тушса **1 ачко** берилади. 3-(расм) га қаранг.

Тўпни ўйинга киритишда хатолок юз берса рақиб жамоага 1 ачко берилади, ўйин жараёнида ҳужум зонасидан тўп рақиб жамоага ўтказилса ҳам 1 ачко рақиб жамоага берилади.



	Ўғил болалар у 17 + 2м 40 см 15-16 ёш-2м 30 см 13-14 ёш 2м 20 см 11-12 ёш 2м 10 см	Қизлар учун 17 + 2м 20 см 15-16 ёш 2м 10 13-14 ёш 2м 11-12 ёш 1м 90

3- расм.

Юқорида белгиланган қоидаларга асосланиб машғулотлар олиб борилди.

Тадқиқот натижалари ва унинг муҳокамаси. Мини волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологиясини волейболга интеграциялаш механизмининг мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шакллари ва СМАРТ мезонлари (аниқлик, ўлчамлилик, эришимлилик, ресурс билан таъминланганлик, регламент) мақсад белгилаш ва натижага мўлжал олиш тамойилларига устуворлик бериш асосида такомиллаштирилган.

Жисмоний қобилиятларини мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шаклларини таълим мақсадини белгилаш ва муайян натижага мўлжал олиш тамойилларига мувофиқ ташкил қилишда, тадқиқот доирасида мазкур жараённинг қобилият ва самарадорлигини баҳолашнинг **СМАРТ мезонлари** ишлаб чиқилди [7; 41,56-b.]. Улар қуйидагилар:

– аниқлик;
– ўлчамлилик;
– эришимлилик;
– ресурслар билан таъминланганлик;
– регламент.

Ушбу мезонларга **СМАРТ** қобилиятининг берилиши уларнинг ҳар бир шуғулланувчининг иқтидор хусусиятидан келиб чиққан ҳолда эгилувчан қўлланилиши билан изоҳланади.

Аниқлик. Мини волейбол спорт турида мазкур мезон жуда муҳим ҳисобланади. Мини волейбол спорт турида тўпнинг тушиш нуқтасини, унинг таректориясини (қабул қилиб олиш ва узатишда) аниқлик мезонига амал қилиш жуда муҳим. Аниқлик мезони ўйинчидан катта тажрибани талаб қилади.

Ўлчамлилик. Ўлчамлилик мезони аниқлик мезони билан ёнма-ён келувчи мезон бўлиб, у тўпни узатишда қандай куч билан беришни, ўйинлиар ўртасидаги оралиқ масофанинг сақланишини, ҳар бир ўйинчининг ўз ҳудудига эгалигини белгилашда зарур ҳисобланади. Шу нуқтаи назардан, мини волейбол спорт турида ўлчамларни тўғри олиш асосий мезон қобилиятида намоён бўлади.

Эришимлилик. Ушбу мезон аниқлик ва ўлчамлилик мезонларининг натижаси қобилиятида намоён бўлади.

Ресурслар билан таъминланганлик. Мини волейбол спорт тури бошқа спорт турлари каби муайян воситалар билан таъминланганликни, таълим воситалари ва педагогик шарт-шароитни талаб қилади. Буларсиз мумкин эмас. Педагогик тажриба-синов ишлари жараёнида мазкур масалада спорт иншоотларининг барчасида ҳам бирдек шарт-шароитлар яхши эмаслигига гувоҳ бўлдик. Шу нуқтаи назардан, айтиш мумкинки, умумтаълим мактабларида қайси спорт тури учун воситалар, жиҳозлар ва педагогик шарт-шароит мавжуд бўлса, ўша спорт тури бўйича шуғулланувчиларнинг амалий, жисмоний кўникмалари ривожланганлиги кўзга ташланади. Демак, ресурслар билан таъминланганлик мезонига шуғулланувчиларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантиришнинг муҳим омили қобилиятида қараш мумкин.

Регламент. Спортда регламент муҳим мезон қобилиятида қаралади. У ўйиннинг мавжуд қонун-қоидалари мажмуи ва спорт билан шуғулланишда вақт билан боғлиқ меъёрларни англатувчи тушунчадир.

Тадқиқотимизда шуғулланувчиларнинг жисмоний қобилиятларини мақсадли ва эҳтиёжга йўналган ҳамкорлик шакллари ва **СМАРТ мезонларини**, яъни аниқлик, ўлчамлилик, эришимлилик, ресурс билан таъминланганлик, регламент кабилар мақсад белгилаш ва натижага мўлжал олиш тамойилларига устуворлик бериш асосида такомиллаштиришга эришилди.

Қўйилган вазифаларни ҳал этишда, шуғулланувчилар ўйин фаолиятининг ўзига хослигини акс эттирувчи маълумотларни олиш зарурияти ҳам назарда тутилди.

Спортчиларни ўйин фаолияти таҳлили қуйидаги тавсифлар асосида амалга оширилди: 1-(жадвал) га қаранг.

1-жадвал

Кичик волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологиясини волейболга интеграциялаш меъёрлари					
	Баҳо		5	4	3
1.	Ҳужум зарбаси. Волейбол тўпини ҳимоя зоназидан гимнастик мат ичига урган ҳолатда тушириш (марта).		5+	3-4	1-2
2.	Турган жойда узунликка сакраш.(см)	қизлар	230+	211-229	196-210
3	2 ачколи ҳужум (марта).		5+	3-4	1-2
	Паст турникда тортилиш. (марта).	қизлар	15+	12-14	9-11
5.	Арғамчида сакраш (1 дақ) (марта).		70+	60-69	50-59
6.	Волейболча туриш ҳолатида ўнг ва чап тарафдан пастдан тўпни қабул қилиш. (марта).		9-10	7-8	5-6

Спортчилар ҳаракатларини баҳолаш беш баллик тизим бўйича амалга оширилди.

Ушбу ишда тадқиқотнинг асосий услубияти, 1 йил мобайнида ўтказилган педагогик тажрибалар бўлди.

Мини волейбол машғулотларида шуғулланувчиларнинг амеологик йўналганлиги уларнинг жисмоний қобилиятларини бир маромда шаклланишига олиб келиб, шуғулланувчиларни машғулотга бўлган мотивлари такомиллашиб боради. Ўқитувчи томонидан шуғулланувчиларни акмеологик йўналганлик даражаларини баҳолашда қатор параметрларни инобатга олиш талаб этилади 1-(жадвал) га қаранг.

Мини волейбол спорт турига тайёрлаш акмеологиясини волейболга интеграциялаш тадқиқоти жараёни Чирчиқ давлат педагогика университети Спорт педагог клубида ташкил этилган волейбол тўгараги талаба қатнашувчилари орасида амалга оширилди. Тажриба-синов ишларига жами 23 нафар шуғулланувчи қизлар жалб этилди. 2-3 (жадвал) га қаранг.

Мазкур баҳолаш параметрлари бўйича йиллик кўрсаткичлар

2-жадвал

Меъёр натижалари. (Тажриба-синовдан олдинги кўрсаткич).					
Тажриба гуруҳу 23 нафар					
Баҳо		5	4	3	2
1	Ҳужум зарбаси. Волейбол тўпини ҳимоя зоназидан гимнаситок мат ичига урган ҳолатда тушириш (марта)	3	6	10	4
2	Турган жойда узунликка сакраш.(см)	2	5	10	6
3	2 ачколи ҳужум	2	3	9	9
4	Турникда тортилиш.	6	6	8	3
5	Арғамчида сакраш (1 дақ)	7	6	9	1
6	Волейболча туриш ҳолатида ўнг ва чап тарафдан пастдан тўпни қабул қилиш.	10	4	8	1
Ўртача кўрсаткич		5 21,7%	5 21,7%	9 39,2%	4 17,4%

3-жадвал

Меъёр натижалари. (Тажриба-синовдан кейинги кўрсаткич).					
Тажриба гуруҳу **23** нафар					
Баҳо		5	4	3	2
1	**Ҳужум зарбаси. Волейбол тўпини ҳимоя зонасидан гимнастик мат ичига урган ҳолатда тушириш (марта)**	5	10	4	4
2	**Турган жойда узунликка сакраш.(см)**	4	9	8	2
3	**2 ачколи ҳужум**	5	8	7	3
4	**Турникда тортилиш.**	7	8	7	1
5	**Арғамчида сакраш** (1 дақ)	10	8	3	2
6	**Волейболча туриш ҳолатида ўнг ва чап тарафдан пастдан тўпни қабул қилиш.**	11	11	1	0
Ўртача кўрсаткич		7 (30,4%)	9 (39,1%)	5 (21,8%)	2 (8,7%)

4-жадвал

Меъёр натижалари. (Тажриба-синовдан кейинги кўрсаткич фарқлари).				
Тажриба гуруҳу **23** нафар				
Баҳо	**5**	**4**	**3**	**2**
Тадқиқотдан олдинги кўрсаткич	5 (21,7%)	5 (21,7%)	9 (39,2%)	4 (17,4%)
Тадқиқотдан кейинги кўрсаткич	7 (30,4%)	9 (39,1%)	5 (21,8%)	2 (8,7%)
Ўсиш кўрсаткич фарқлари	+2 8,7%	+4 17,4%	-4 17,8%	2 8,7%

Келтирилган маълумотларни математик формулалар орқали фоизларда ифодалаймиз. Тажриба–синов ишларида репрезентатив асосида танланган Шуғулланувчиларнинг ҳар бир ўзлаштириш даражаларини фоиз коеффисиентларини қуйидаги формула орқали аниқладик: 4-(жадвал) га қаранг.

$$Kq = \frac{J}{Q} \cdot 100\% \quad (1)$$

Бунда: **J** – ўтказилган тажриба – синов ишларида сўровномаларга ўқувчилар тамонидан берилган тўғри жавоблар сони;

Q – тажриба – синов ишларида натижалари ҳисобга олинаётган гуруҳдаги талабаларнинг умумий сони.

Стъюдент – Фишер критериясига асосан натижаларни математик – статистик таҳлилларини ўтказдик.

Хулоса ўрнида шуни эътироф этиш жоизки, олинган натижалардан маълумки, тадқиқотдан олдинги натижаларга қараганда тадқиқотдан кейинги натижада ўсиш даражаси самарадорлиги юқорилилиги аниқланди. Юқорида кўрсатилган мазкур босқичлар шуғулланувчиларнинг жисмоний қобилиятини кичик волейбол машғулотлари воситасида қобилиятли позитив ўзгаришни интенсив таъминлайдиган муаммоли, интерфаол усуллари ва кўникмаларни ривожлантирувчи адаптив комплекс машқлар тизимидан ўқув машғулотларида, тегишлилиги бўйича дастур (йўриқнома) ларни тушунтириш ва йўналишлар беришда, волейболчиларни мусобақаларга тайёрлашда фойдаланиш мумкинлиги билан белгиланади.

Адабиётлар

1. «Маҳоратли ПЕДАГОГ» журнали. 2021 йил апрел 4-сон.
2. Шукурллаев Ж.М. Волейболга ёш талабаларни танлашнинг услубий хусусиятлари. Таълим фанлари бўйича академик тадқиқотлар. № 1. 2020 йил 2 октябр.
3. Shukurllayev J.M. “Sport mahoratini oshirish (Voleybol)”. Darslik Chirchiq “City of book”, 2023-240 b. UDK796/799.
4. Шукурллаев Ж.М. Талабаларни илмий ва касбий фаолиятга тайёрлашда акмеологик ёндашувнинг мазмуни. “ХАЛҚ ТАЪЛИМИ” илмий-методик журнали. 2023. № 5. Б. 28-30 б.
5. Кузмина Н.В. Акмеологическая теопия повышения качества подготовки специалистов облазования / Н. В. Кузмина. Москва: Исследовательский центп проблем качества подготовки специалистов, 2001. 144 с.
6. ЖМ Шукруллаев. 7-14 ёшли мактаб ўқувчиларини волейбол спорт турига танлаб олишнинг методик хусусиятлари. - Муғаллим, 2019 2-сон, 153-156 б.
7. Ernazarova G.O., Islamova M. Sh. O’quvchilarni kasbiy faoliyatga tayyorlashda akmeologik yondashuv. Monografiya., Chirchiq: 2020. -204b.
8. Шукурллаев Ж.М. “Мактаб ўқувчиларида жисмоний сифатларни ривожлантиришда акмеологик ёндашувнинг дидактик асослари (волейбол спорт тури мисолида)” (PhD) диссертацияси Чирчиқ-2023.
9. Педагогическая акмеология: коллективная монография / под. ред. О. Б. Акимовой; ФГАОУ ВПО. «Рос. гос. проф.-пед. ун-т». Екатеринбург: 2012.-251с.



Педагогика фанлари номзоди., доцент
А.К. ШАРИПОВ[1]
[1]Маъмун университети
Хива шаҳри, Ўзбекистон

ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯ ВА СПОРТ ЙЎНАЛИШИ ТАЛАБАЛАРИНИНГ ПЕДАГОГИК АМАЛИЁТГА КАСБИЙ-ПЕДАГОГИК ТАЙЁРГАРЛИК ДАРАЖАСИНИ БАҲОЛАШ МЕТОДЛАРИНИ ТАКОМИЛЛАШТИРИШ

Аннотация

В данной статье рассматриваются современные методы оценки уровня профессионально-педагогической подготовки студентов, обучающихся по направлению физической культуры и спорта, к педагогической практике. Анализируются основные подходы к диагностике педагогических компетенций, их эффективность и применимость в образовательном процессе. Особое внимание уделяется комплексному подходу к оценке, включающему теоретические, практические и рефлексивные методы. В результате исследования предложены рекомендации по совершенствованию методик оценки, направленные на повышение качества подготовки будущих педагогов в сфере физической культуры и спорта.

Ключевые слова: *профессионально-педагогическая подготовка, оценка компетенций, физическая воспитания, спорт, педагогическая практика, методы, самооценка.*

Annotation

Ушбу мақолада жисмоний тарбия ва спорт йўналишида таълим олаётган талабаларнинг педагогик амалиётга касбий-педагогик тайёргарлик даражасини баҳолашнинг замонавий методлари муҳокама қилинади. Педагогик компетенцияларни баҳолашнинг асосий ёндашувлари, уларнинг самарадорлиги ва таълим жараёнида қўлланилиши таҳлил этилади. Назарий, амалий ва рефлексив методларни ўз ичига олган баҳолашга нисбатан комплекс ёндашувга алоҳида эътибор қаратилади. Тадқиқот натижасида жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги бўлажак педагогларни тайёрлаш сифатини оширишга қаратилган баҳолаш услубларини такомиллаштириш бўйича тавсиялар ишлаб чиқилган.

Калит сўзлар: *касбий-педагогик тайёргарлик, компетенцияларни баҳолаш, жисмоний тарбия, спорт, педагогик амалиёт, методлар, ўз-ўзини баҳолаш.*

This article discusses modern methods for evaluating the level of professional and pedagogical preparedness of students pursuing education in the field of physical education and sports for their pedagogical practicum. The main approaches to assessing pedagogical competencies, their effectiveness, and application in the educational process are analyzed. Special attention is given to a comprehensive approach to assessment that incorporates theoretical, practical, and reflective methods. As a result of the research, recommendations were developed to improve assessment methods aimed at enhancing the quality of training for future educators in the field of physical education and sports.

Key words: *professional and pedagogical training, competency assessment, physical education, sports, pedagogical practice, methods, self-assessment.*

Кириш. Жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабаларини педагогик амалиётга тайёрлаш олий таълимнинг энг муҳим вазифаларидан бири ҳисобланади. Ушбу жараённинг самарадорлиги кўп жиҳатдан талабаларнинг касбий-педагогик тайёргарлик даражасини баҳолаш усулларини тўғри танлашга боғлиқ. Бугунги кунда талабаларнинг педагогик фаолиятга тайёргарлигини баҳолашга имкон берадиган кўплаб методикалар мавжуд, бироқ уларни қўллаш тизимли таҳлил ва замонавий таълим шароитларига мослаштириш зарурлигини тақозо этади.

Жисмоний тарбия ва спорт йўналиши талабаларини педагогик амалиётга тайёрлаш тизимига











