

**ZAMONAVIY VOLEYBOLDA SPORT MURABBIYLARI VA JISMONIY
TARBIYA FANI O'QITUVCHILARINING KASBIY
TAYYORGARLIGINING NAZARIY ASOSLARI**

Sulaymonov Jaxongir Solijonovich

E-mail: sulaymonovjaxongir8182@gmail.com

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti

Mustaqil izlanuvchisi

*Ilmiy rahbar: Shaakrom Xolmatovich Isroilov
pedagogika fanlari nomzodi (PhD), professor*

Annotasiya: Ushbu maqolada zamonaviy voleybol bo'yicha sport murabbiylari va o'qituvchilarini kasbiy tayyorlashning nazariy asoslari muhokama qilinadi. Ta'lim jarayonining asosiy tarkibiy qismlari, jumladan, nazariy o'rganish, amaliy mashg'ulotlar va jamoalar bilan ishlashning psixologik jihatlarini o'rganiladi. Mashg'ulotlar jarayoniga zamonaviy uslub va yondashuvlar bayon qilinib, murabbiylarning uzluksiz malakasini oshirish va o'z-o'zini tarbiyalash muhimligiga ham e'tibor qaratilmoqda. Xalqaro amaliyotda qo'llanilayotgan samarali kadrlar tayyorlash modellari tahlili o'tkazilib, ularni mahalliy ta'lim tizimiga moslashtirish bo'yicha tavsiyalar taklif etiladi.

Kalit so'zlar: Kasb, mutaxassis, ta'lim, murabbiy, voleybol, sport, o'qituvchilar, kasbiy, tayyorlash, nazariy asoslar, o'rganish, amaliy, mashg'ulotlar, psixologik jihatlar.

Абстрактный: В данной статье рассматриваются теоретические основы профессиональной подготовки современных спортивных тренеров и педагогов по волейболу. Изучаются основные составляющие образовательного процесса, включая теоретическое обучение, практические занятия и психологические аспекты работы с коллективами. Описаны

современные методы и подходы к тренировочному процессу, обращено внимание на важность непрерывного обучения и самообразования тренеров. Проведен анализ эффективных моделей подготовки кадров, используемых в международной практике, и предложены рекомендации по их адаптации к местной системе образования.

Ключевые слова: *профессия, специалист, образование, тренер, волейбол, спорт, педагоги, профессиональные, подготовка, теоретические основы, обучение, практическая подготовка, психологические аспекты.*

Abstract: *This article discusses the theoretical foundations of professional training of modern volleyball sports coaches and teachers. The main components of the educational process are studied, including theoretical learning, practical training and the psychological aspects of working with teams. Modern methods and approaches to the training process are described, and attention is paid to the importance of continuous training and self-education of trainers. An analysis of effective personnel training models used in international practice is carried out, and recommendations for adapting them to the local education system are offered.*

Key words: *profession, specialist, education, coach, volleyball, sports, teachers, professional, training, theoretical foundations, learning, practical, training, psychological aspects.*

KIRISH

Ta'lim jarayonini boshqarish kasbga aylangan. Bunday kasb egalari intellekti yuqori, ma'naviyati mukammal, ijtimoiy faol, turli vaziyatdan o'rinli, chiroyli chiqa oladigan, uni qulay variantlarini topa oladigan mukammal kasbiy malaka va ko'nikmalar sohibi bo'lishi lozim.

Hozirgi kunga kelib kasbiy malaka va ko'nikmalar belgilangan, sinalgan ilmiy, nazariy va amaliy kasbiy tayyorgarlik jarayonida O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim tog'risida" gi qonuni¹ talablaridan kelib chiqib amalga oshirilmoqda [1].

Dolzarbli. Kasbiy ta'limning asosiy komponentlari:

¹ O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida" gi 2020-yil 23-sentabrdagi O'RQ-637-sonli qonuni.

1. (Nazariy tayyorgarlik) Turli yoshdagi sportchilarda sport mahoratini rivojlantirishga qaratilgan o'qitish va tarbiya usullarini o'rganish. Mashg'ulot metodologiyasi, mashg'ulot jarayonini rejalashtirish, tayyorgarlik bosqichlari va sport natijalarini nazorat qilish haqidagi bilim. O'yin vaziyatlari, strategiya va taktik kombinatsiyalarni chuqur tahlil qilish
2. (Texnik tayyorgarlik) Harakat ko'nikmalarini shakllantirish. Texnologiyani takomillashtirish uchun tuzatish usullarini ishlab chiqish.
3. (Jismoniy tarbiya) Umumiy va maxsus chidamlilik, kuch, tezlik va muvofiqlashtirishni rivojlantirish. Zamonaviy simulyatorlar va jismoniy tayyorgarlikni nazorat qilish vositalaridan foydalanish.
4. (Psixologik tayyorgarlik) Stressni boshqarish usullari, motivatsiya va yetakchilikni rivojlantirish. Musobaqalarda psixologik yordam.
5. (Ijtimoiy va axloqiy tarbiya) Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda murabbiyning rolini tushunish. Shaxslararo muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish.

Murabbiylar va jismoniy tarbiya o'qituvchilarini tayyorlash uchun modellar

Model	Tavsif	Usullarga misollar
Kompetentsiya	Asosiy vakolatlarni rivojlantirishga e'tibor qaratish, pedagogik, uslubiy, psixologik.	Loyihaga asoslangan ta'lim, keys usullari.
Innovatsion	Ta'lim jarayoniga raqamli texnologiyalar va innovatsion yondashuvlarni kiritish.	VR/AR, biomonitoringli simulyatorlardan foydalanish.
Situatsion	Haqiqiy o'yin vaziyatlarini simulyatsiya qilish orqali mashq qilish.	O'yinni o'rganish, kichik guruhlarda ishlash.
Tadqiqot	Ilmiy tadqiqot ishlarini olib borish va tahlil qilish asosida.	Tajribalar, ma'lumotlarni tahlil qilish, nashrlar.

Kasbiy ta'limning hozirgi usullari

1. Texnik tahlil bilan video mashg'ulot (Axborot texnologiyalaridan foydalanish).

2. O'quvchining jismoniy va psixologik xususiyatlariga moslashtirilgan individual rejalarni ishlab chiqish (Mashg'ulotni shaxsiylashtirish).
3. Pedagogika, biomexanika, fiziologiya, psixologiya va boshqa fanlarning kombinatsiyasi (Fanlararo bilimlarning integratsiyasi).
4. Tajribali ustozlar rahbarligida mashg'ulotlar va musobaqalarda qatnashish (Amaliyotga yo'naltirilgan mashg'ulot).

An'anaviy va zamonaviy yondashuvlarni taqqoslash

Parametr	An'anaviy yondashuv	Zamonaviy yondashuv
Taraqqiyotni baholash	Qo'lyozma usullar (jurnallar, yozuvlar)	Raqamli platformalar (real vaqtda monitoring).
Mashg'ulot formati	Nazariy ma'ruzalar	Interfaol darslar, simulyatsiyalar.
Urg'u	Jismoniy tarbiya	Integratsiyalashgan yondashuv (jismoniy, psixologik, taktik).
Texnologiyadan foydalanish	Minimal	Raqamli vositalarni integratsiyalashuvining yuqori darajasi.

Voleybol bo'yicha murabbiylar va jismoniy tarbiya o'qituvchilarining zamonaviy tayyorgarligi moslashuvchan, innovatsion va natijaga yo'naltirilgan usullarga o'tishni taqozo etmoqda. Bilimlarni doimiy ravishda yangilash va texnologiyalardan foydalanish zarurati ta'lim muassasalarini yanada samarali ta'lim modellarini amalga oshirishga majbur qiladi.

Tadqiqotning maqsadi. Mamlakatimizning ta'lim tizimi o'quv muassalarida faoliyat ko'rsatayotgan jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya va sport sohasining mutaxasislari, pedagog-o'qituvchilari, sport murabbiylarini faqat kasbiy jihatdan kuchli intellekt sohibi bo'lmay, ma'naviyati yuqori, ijtimoiy faol, kommunikativ, har qanday holatdan chiroyli chiqishning eng qulay variantlarini topa oladigan, jamiyatimizning faol a'zolari tarzida shakllanishi lozimligi talabini qo'yishi ham

bejiz emas.

Bunday shaxslarni tarbiyalash qator fanlar – ijtimoiy-gumanitar, pedagogika, psixiologiya, tabiiy fanlar - odam anatomiyasi va fiziologiyasi, sport fiziologiyasi, jismoniy mashqlar va sport gigienasi, jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, jismoniy tarbiya va sport nazariyasi, sport mashg'ulotlari nazariyasi, voleybol o'rgatish metodikasi, sport pedagogik mahoratini oshirish, voleybol nazariyasi va metodikasi, sport fiziologiyasi, sport metrologiyasi, davolash jismoniy madaniyati, jismoniy madaniyat gigienasi, valeologiya, soglom turmush tarzi jismoniy madaniyati va boshqa qator fanlarga oid bilimlar sohibi bo'lishi talab qilinmoqda [2].

Tadqiqot natijalari va uning muhokamasi. Jismoniy tarbiya va sport murabbiyining sport tayyorgarligi, sport mahorati haqida fikr yuritgan Ukrainalik halqaro darajadagi sport ustasi, professor A.A.Ter-Ovanesyan o'zining 20 dan ortiq tilga tarjima qilgan mashhur "Sport" deb nomlangan kitobida sport murabbiylari, sportchilarning intellektual rivojlanishini yuqori pog'onalariga ko'tarish, ularning maxsus bilimlari yig'indisining zaxirasi, mamlakatda sport natijalarining ko'tarilishi va halqni yanada tanilishi, mahoratli murabbiylar, sportchilarni shakllanishiga sabab bo'ladi" deb yozgan edi.

Mutaxassislar hamda olimlarimizning fikricha jismoniy tarbiya yoki sport bilan shug'ullanish jarayonida, ayniqsa dastlabki tayyorgarlik va ixtisoslik bosqichlarida, jismoniy sifatlarni rivojlantirishda alohida xushyorlik va ehtiyotkorlik bilan yondoshish tavsiya etilar ekan. Bu borada murabbiylarning mashg'ulot olib borish malakasi katta ahamiyat kasb etadi.

Murabbiylar o'z faoliyatida yuqori natijalarga erishishdan tashqari, bir qator kasbiy talablarga ham javob bera olishi kerak [3].

Voleybol bo'yicha oliy ma'lumotga ega o'qituvchi-murabbiyning kasbiy-pedagogik faoliyati quyidagi ta'lim va sport muassasalarida amalga oshirilishi mumkin: (Ayrapetyants L.R., Pulatov A.A. jismoniy tarbiya institutlari va Oliy pedagogika bilim yurtlari uchun "Voleybol nazariyasi va uslubiyati") [4].

1) Maktabgacha tarbiya muassasalari;

- 2) Umumiy o'rta ta'lim maktablari;
- 3) O'rta maxsus ta'lim muassasalari (hozirda professional ta'lim muassasalari);
- 4) Olimpiya va parolimpia zaxiralari kollejlari;
- 5) Sport maktablari (SM);
- 6) Oliy sport mahorati maktablari;
- 7) Sport klublari;
- 8) Ko'ngilli sport jamiyatlari;
- 9) Terma jamoalar;
- 10) Xususiy sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya va sport markazlari;
- 11) Oromgohlar va sog'lomlashtiruvchi maskanlar.

Ma'lumki, murabbiyning pedagogik faoliyati serqirra va keng qamrovli murakkab jarayon bo'lib, u barcha turdagi o'quv-mashg'ulot, ta'lim-tarbiya, o'quv-uslubiy, tashkiliy va sportchilar tayyorlash jarayonini boshqarish bilan bog'liq strategik vazifalarni hal etishga qodir mutaxassis bo'lmog'i lozim. Shunday ekan, ushbu pedagogik jarayonda murabbiy va sportchi o'rtasidagi munosabat (hamkorlik), o'rgatish (ta'lim) va tarbiyaning birligi, murabbiy va sportchining shaxsiyati muhim ahamiyatga egadir. Bunday o'zaro faoliyat tashqi va ichki muhit omillarining o'zgaruvchanligi tufayli bir tekisda kechmaydi, balki goh ijobiy, goh salbiy yo'nalishda amalga oshishi mumkin. E.A. Seytxalilov va M.I.Stolyarenko (2008) larning fikriga ko'ra, bugungi murabbiy-pedagogning kasbiy-pedagogik mahorati o'z tarkibiga quyidagi bilim, ko'nikma va malakalarni singdirgan bo'lmog'i zarur ekan:

- sportchining yuksak ma'naviy-axloqiy shaxs xususiyatlarini bilishga imkon beruvchi dunyoqarash;
- o'z kasbiga ijodiy jarayondek ongli yondashish motivatsiyasi;
- pedagogik jarayonni maqsadli tashkil qilish va boshqarish imkoniyatini yaratuvchi bilim, ko'nikma va malakalar hajmi (tizimi);
- ko'p qirrali pedagogik jarayonni ilmiy asosda o'tkazish imkonini yaratuvchi ijodiy-genetik qobiliyat.

Bundan tashqari E.A. Seytxalilov (2006), B.Yu. Shamuratova, N.M.

Turabayeva (2010) larning murabbiy uchun yana bir qator quyidagi bilim-ko'nikmalar zarur, degan fikrlariga to'liq qo'shilishni joiz deb bildik:

- pedagogik jarayonni (mashg'ulotni) ta'sir etish samaradorligini baholash ko'nikmasiga ega bo'lish;
- ish qobiliyatini tiklovchi, jadallashtiruvchi hamda "safga qaytarish" (reabilitatsiya) uslublarini qo'llash texnologiyasini bilish;
- sihat-salomatlikni shakllantirish vositalarini qo'llash ko'nikmalariga ega bo'lish;
- o'quv-mashg'ulot jarayonini ilmiy asosda tashkil qilish malakasiga ega bo'lish;
- xatolarni aniqlash va ularni bartaraf etish yo'llarini bilish;
- o'z bilimi, ko'nikma va malakalarini mustaqil shakllantirishni bilish.

Tadqiqot natijalari. Qayd etilgan adabiyotlar tahlili, ularda keltirilgan fikr-mulohazalarda shu narsa e'tirof etilishi mumkinki, murabbiy-pedagog faoliyati haqiqatan ham serqirra va keng qamrovli jarayon bo'lganligi tufayli bu kasbni tanlashda unda biopsixologik va ijtimoiy-pedagogik qonuniyatlar haqidagi bilimlar tizimi shakllangan bo'lishi, sport maktablari, klublari va terma jamoalarga tanlash texnologiyasini yuksak o'zlashtirilgan bo'lishi o'ta muhim ahamiyat kasb etadi [5].

Sport murabbiylari va o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligi tamoyillarini ishlab chiqish sport va ta'lim faoliyatida yuqori darajadagi kasbiy mahorat, samaradorlik va xavfsizlikni ta'minlashda muhim ahamiyatga ega.

Bundan tashqari e'tiborga olish kerak bo'lgan quyida ko'rsatilgan asosiy tamoyillar orqali kasbiy tayyorgarligiga ijobiy ta'sir ko'rsatishi amaliyotda o'z tasdig'ini topdi:

Jismoniy faoliyatning ta'sirini tushunish uchun muhim bo'lgan inson tanasining tuzilishi va funktsiyasi haqidagi bilim, sportchilarga ta'sir qiluvchi psixologik jihatlarni, shu jumladan motivatsiya, stress va hissiy holatni tushunish, mashg'ulotlarga turli yondashuvlarni o'rganish, mashg'ulot jarayonini rejalashtirish va sport natijalarini tahlil qilish.

Mashg'ulotni o'tkazish, o'quv rejalarini ishlab chiqish va tuzatish texnikasini o'z ichiga olgan murabbiylik ko'nikmalarini amaliy rivojlantirish, majburiy amaliyot va tajribali murabbiylar rahbarligida real sharoitlarda amaliyot.

O'quvchi va talabalarning yosh va individual xususiyatlariga moslashtirilgan zamonaviy pedagogik texnologiyalar, o'qitish va tarbiyalash usullarini o'rganish, sportchilar, ularning ota-onalari va hamkasblari bilan samarali muloqot qilish uchun zarur bo'lgan muloqot qobiliyatlarini rivojlantirish.

Kasbning axloqiy me'yorlari va standartlarini bilish va ularga rioya qilish, sport faoliyati bilan bog'liq huquqiy jihatlarni, shu jumladan xavfsizlik, sportchilarni himoya qilish va sug'urtalashni tushunish.

Ma'lumotlarni tahlil qilish, ma'lumotni tanqidiy baholash va ilmiy usullarni amaliyotda qo'llash qobiliyati, tadqiqotlarni rag'batlantirish va o'quv jarayoniga innovatsiyalarni joriy etish.

Seminarlar, konferentsiyalar va malaka oshirish kurslarida ishtirok etish orqali bilim va ko'nikmalarni doimiy ravishda yangilab turish, o'z-o'zini tahlil qilish va mulohaza yuritish: professional faoliyatingizni doimiy ravishda yaxshilash uchun o'z-o'zini tahlil qilish va mulohaza yuritish ko'nikmalarini rivojlantirish.

Sportchilarni tayyorlashga kompleks yondashuvni ta'minlash uchun shifokorlar, psixologlar, dietologlar va boshqa mutaxassislar bilan jamoada ishlash qobiliyati, murabbiylik va o'qitish faoliyatidagi murakkab muammolarni hal qilish uchun turli sohalardagi bilimlarni birlashtirish qobiliyati.

Bu tamoyillar sport murabbiylari va o'qituvchilarining yuqori malakali tayyorgarligini ta'minlashga yordam beradi, pirovardida sportni rivojlantirish va aholi salomatligini mustahkamlashga ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Jadal o'zgarib borayotgan jamiyat oliy o'quv yurti bitiruvchilariga katta talablar qo'yimoqda. Jamiyatda zamonaviy hayot sharoitlarida faoliyat yurita oladigan, yuqori kasbiy layoqatga ega mutaxassislarga talab kuchaymoqda. Bozor munosabatlari mutaxassislar orasidagi raqobatni kuchaytirmoqda. Sportchi muvaffaqiyatga erishish va hayotda o'z o'rnini topish uchun o'z ishining ustasi bo'lishi lozim. Biroq raqobat mahoratni egallashning yagona rag'bati bo'lmasligi kerak. Bunda kasbga, ijodiyotga, o'z-o'zini rivojlantirish va namoyon etishga qiziqish muhimroqdir.

Oliy o'quv yurtida tanlangan kasb bo'yicha mahoratga erishishning eng

muhim dastlabki bosqichi bo'lib, zaruriy kompetensiyalarni egallash kasbiy o'sishning asosi hisoblanadi. Talabalarni o'qitishda yuqori samaradorlikka erishish uchun bir qator umumiy qonuniyatlardan foydalanish zarur.

XULOSA

Xulosa qilib shuni takidlash lozimki, voleybol bo'yicha sport murabbiylari va o'qituvchilarining kasbiy tayyorgarligi nazariy bilimlar, amaliy ko'nikmalar va psixologik tayyorgarlikni o'zida mujassamlashtirgan kompleks yondashuvga asoslanishi kerak. Har doim rivojlanib borayotgan sport turida murabbiylarning yangi uslub va texnologiyalarga moslasha olishi, ko'p tarmoqli jamoada ishlay olishi alohida ahamiyatga ega.

Muvaffaqiyatning asosiy omillaridan biri – o'quv jarayoniga zamonaviy o'qitish va tarbiyalash usullarini joriy etish bo'lib, bu murabbiylarga nafaqat yuqori professional mahoratni saqlab qolish, balki jamoalar va sportchilar oldida turgan muammolarni samarali hal etish imkonini beradi. Murabbiy va o'qituvchilar doimiy ravishda o'z malakalarini oshirib borishlari, seminarlar, konferensiyalar va kasbiy tayyorgarlikning boshqa shakllarida ishtirok etishlari muhim.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida" gi 2020-yil 23-sentabrdagi O'RQ-637-sonli qonuni.
2. Абдуллаев. А. Жисмоний маданият назарияси ва методикаси. Дарслик. «Наврўз» Нашриёти. 2018. 418 саҳифа.
3. F.Masharipov, N.Ro'zmetov, R.Ro'zmetov. Voleybol mashqlarini olib borish va boshqarishning pedagogik asoslari. O'quv-uslubiy qo'llanma. Urganch davlat universiteti 2012. 72 bet .
4. Аyrаpetyants L.R., Pulatov A.A. Voleybol nazariyasi va uslubiyati. Jismoniy tarbiya institutlari va Oliy pedagogika bilim yurtlari uchun darslik. 2011. - 279b.
5. Pulatov A.A. – O'zDJTSU Voleybol, voleybol nazariyasi va uslubiyat. Darslik. Chirchiq – 2020. 485 b.