

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

GULISTON DAVLAT UNIVERSITETI



“Tasdiqlayman”

GulDU rektori

M.T.Xodjiyev

2024-yil



**SPORT O‘YINLARI, KURASH NAZARIYASI VA USLUBIYATI
KAFEDRASI**

**IXTISOSLIKKA KIRISH (VOLEYBOL)
(2-QISM)
FAN SILLABUSI**

(382TSTM2434)

Bilim sohasi:	1000 000 – Xizmatlar
Ta‘lim sohasi:	1010 000 – Xizmat ko‘rsatish sohasi
Ta‘lim yo‘nalishi:	61010200 – Sport faoliyati (Voleybol)

Guliston – 2024

© Ushbu hujjat Guliston davlat universiteti mulki hisoblanadi va uni oluvchilar uchun maxfiy bo'lib, to'liq yoki qisman nusxa ko'chirilishi, tarqatilishi yoki ko'paytirilmasligi yoki uchinchi shaxslarga berilmasligi kerak. Ushbu materialni ko'paytirish, tarqatish, nusxalash, oshkor qilish, o'zgartirish, tarqatish yoki nashr etishning har qanday shakli qat'iyan man etiladi.

Kun	
Avgust 2024	Ushbu sillabus Guliston davlat universiteti kengashining 2024-yil “____” _____dagi _____- sonli bayonnomasi bilan maqullangan.
	Tuzuvchi: Shukurov A – GulDU “Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati” kafedrası o‘qituvchisi
	Taqrizchilar: Omonboyev B. – Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati kafedrası mudiri; Mamatqulov A.A. - GulDU, “Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati” kafedrası p.f.f.d. (Phd), v.b.dotsent;

Izoh: Ushbu fan sillabusi Lesgaft nomidagi Jismoniy tarbiya, sport va salomatlik milliy davlat universiteti (Sankt-Peterburg) ta'lim dasturlari asosida takomillashtirildi.

Mundarija

382TSTM2433: Ixtisoslikka kirish (voleybol) (2-qism).....	
1. Fan tavsifi	
2. Fanning dastlabki rekvizitlari.....	
3. Fanning maqsadi.....	
4. Ta'lim berish natijalari.....	
5. Ta'lim berish usullari.....	
6. Soatlar/Kreditlar.....	
7. Fanning tarkibiy tuzilishi.....	
8. Talabalar bilimini baholash.....	
9. Adabiyotlar.....	
10. Akademik talablar.....	

Ixtisoslikka kirish (voleybol) (2-qism) (382TSTM2433)

1.Fan tavsifi

Ixtisoslikka kirish (voleybol) (2-qism)- mazkur ta'lim yo'nalishi bo'yicha ta'lim olayotgan talabada o'quv-mashq bosqichida shug'ullanayotgan yosh futbolchilarning trenirovka mashg'ulotlarini tashkil etishdagi pedagog-trenerlik bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgan.

2.Fanning dastlabki rekvizitlari

“Ixtisoslikka kirish (voleybol)” fani dasturiga kiritilgan barcha ma'ruza mavzulari bo'yicha beriladigan nazariy bilimlar, seminar va amaliy mashg'ulotlar, malakaviy amaliyotlar davomida shakllantiriladigan kasbiy-pedagogik ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish;

- talabaga fanning dolzarbligi, nazariy – amaliy ahamiyati, voleybolni jismoniy tarbiya va sport, sog'lomlashtirish, mehnat va mudofaaga tayyorlash tizimidagi o'rni hamda ahamiyatini ochib berish;

- voleybol bo'yicha o'qtuvchi-trenerning kasbiy-pedagogik funksiyalari, ularning o'yin texnikasi va taktikasi asoslari, texnik-taktik usullarga o'rgatish hamda ularni takomillashtirish;

- umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodlari, vositalari, prinsiplari, ularni nazorat qilish va baholash testlarini o'zlashtirish;

turli ta'lim muassalarida voleybol mashg'ulotlarini o'tkazish xususiyatlari va metodikasiga doir axloqiy ko'nikmalar hamda malakalarga ega bo'lish, pedagogik nazorat va me'yoriy mezonlar asosida baholash usullarini qo'llash bo'yicha amaliy ko'nikmalarga ega bo'lish.

3.Fanning maqsadi

- fanni o'qitishdan maqsad talabalarga ixtisoslikka kirish (voleybol) fanining asosiy tushunchalari bilan tanishish, o'qtuvchi-murabbiyning ko'p qirrali kasbiy va pedagogik funktsiyalarini o'rganish, mashg'ulotlarini tashkil etishdagi pedagog-trenerlik bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgan.

4.Ta'lim berish natijalari

Ushbu fanni muvaffaqiyatli tugatib, talabalar quyidagi ko'nikmalarga ega bo'ladi:

“Ixtisoslikka kirish (voleybol)” fani dasturiga kiritilgan barcha ma'ruza mavzulari bo'yicha beriladigan nazariy bilimlar, seminar va amaliy mashg'ulotlar, malakaviy amaliyotlar davomida shakllantiriladigan kasbiy-pedagogik ko'nikma va malakalari haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak.

- talabaga fanning dolzarbligi, nazariy – amaliy ahamiyati, voleybolni jismoniy tarbiya va sport, sog'lomlashtirish, mehnat va mudofaaga tayyorlash tizimidagi o'rni hamda ahamiyatini ochib berish, umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodlari, vositalari, prinsiplari, ularni nazorat qilish va baholash testlarni

o'zlashtirish, turli ta'lim muassasalarida voleybol mashg'ulotlarini o'tkazish xususiyatlari va metodikasiga doir axloqiy ko'nikmalar hamda malakalarga ega bo'lish, pedagogik nazorat va me'yoriy mezonlar asosida baholash usullarini qo'llash bo'yicha amaliy bilim haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.

-o'qituvchi –trener ko'p komponenti, musobaqa qoidalari, musobaqa hujjatlari, hakamlar va hakamlik qilish, musobaqalar tashkil qilish va o'tqazish, musobaqa samaradorligini ilmiy asosda aniqlash, olingan natijalar yordamida jamoani boshqarish kabi malakalarga ega bo'lishi kerak.

5.Ta'lim berish usullari

- suhbat;
- tushuntirish;
- ko'rsatib berish;
- ko'rgazmali usullar;
- individual tarzda ishlash;
- guruhlarda ishlash;
- jamoaviy tarzda ishlash;
- o'yin, musobaqa, aylanma, takroriy, interval, o'zgaruvchan, harakatlarni qismlarga bo'lib o'rgatish;
- taqdimot materiallarini tayyorlash va taqdim etish;
- mustaqil ta'limni amalga oshirish usullari va boshqa amaliy metodlardan foydalaniladi.

6.Soatlar/kreditlar

Ta'lim turi	Ma'ruza Soat/kredit	Amaliy mashg'ulot Soat/kredit	Laboratoriya Soat/kredit	Seminar mashg'ulot Soat/kredit	Mustaqil ta'lim Soat/kredit	Jami Soat/kredit
2-semestr uchun						
Kunduzgi	10	28	0	10	72	120/4
Yillik jami	10	28	0	10	72	120/4

7. Fanning tarkibiy tuzilishi

№	Mavzular	Soat	Ma'ruza mashg'ulotida ko'riladigan masalalar	soat	Amaliy (seminar) mashg'ulot mavzulari	soat	Mustaqil ta'lim va mustaqil ish mavzulari	soat
1	1-mavzu. O'yin texnikasiga o'rgatish	10	Ta'lim yo'nalishi bo'yicha tayyorlanadigan bakalavr-kadrlarning funksional	2	O'yin texnikasiga o'rgatish	2	O'yin texnikasiga o'rgatish	6

			faoliyati, jismoniy tarbiya va sportning millat genofondini shakllantirish, sog'lom va barkamol avlodni tarbiyalashdagi ahamiyati, mazkur kasbning keng qamrovligi va ko'p funkcionalligi.					
2	2- mavzu O'yin taktikasiga o'rgatish	10	Voleybol bo'yicha o'qituvchi-trener kasbini tanlashning ijtimoiy-pedagogik va biopsixologik asoslari. O'qituvchi-trener kasbini tanlash motivatsiyasi.	2	O'yin taktikasiga o'rgatish	2	O'yin taktikasiga o'rgatish	6
3	3- mavzu. Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodikasi	10	Voleybolni vujudga kelishi va uning mazmunini evolutsion o'zgarishi, uning rivojlanish bosqichlari. Voleybol bo'yicha Osiyo va Jahon chempionatlari, Olimpiya o'yinlari va ushbu	2	Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodikasi	2	Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish metodikasi	6

			musobaqalarda jamoalarning o'рни.					
4	4- mavzu. Ta'lim muassasalarida voleybol darsini o'tkazish uslubiyati va pedagogik nazorat	14	Harakat malakalariga o'rgatish uslubiyatining umumiy asoslari. O'rgatishning maqsadi va vazifalari. Voleybolga o'rgatish jarayonida didaktik prinsiplarni qo'llash xususiyatlari: ong'lilik va faollik, ko'rgazmali, mutanosiblik, muntazamlilik va mukammallik prinsiplari.	4	Ta'lim muassasalarida voleybol darsini o'tkazish uslubiyati va pedagogik nazorat	4	O'yin texnikasi asoslari	6
5	5- mavzu. To'pni uzatish taktikasi	8			To'pni uzatish taktikasi	2	Ta'lim muassasalarida voleybol darsini o'tkazish uslubiyati va pedagogik nazorat	6
6	6- mavzu. Zarba berish taktikasi.	8			Zarba berish taktikasi.	2	Harakat malakalariga o'rgatish uslubiyatining umumiy asoslari.	6
7	7- mavzu. To'siq qo'yish taktikasi	8			To'siq qo'yish taktikasi	2	Dars o'tkazishni maqsad va vazifalari	6

8	8- mavzu Hujumda guruh taktikasi	8			Hujumda guruh taktikasi	2	Tayyorgarlikning maqsad va vazifalari	6
9	9- mavzu. Himoyada guruh taktikasi	8			Himoyada guruh taktikasi	2	Sport taktikasining umumiy asoslari	6
10	10- mavzu. Hujum zarbalari texnikasi	8			Hujumda jamoa taktikasi	2	Taktikaning vositalari va usullari	6
11	11- mavzu. Himoyada jamoa taktikasi	8			Himoyada jamoa taktikasi	2	Har xil yoshga va malakaga mansub voleybolchilarni jismoniy tayyorlash uslublari va vositalari.	6
12	12- mavzu. Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish	8			Umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish	2	Voleybolga o'rgatish jarayonida didaktik prinsiplarni qo'llash xususiyatlari	6
13	13- mavzu Voleybol bo'yicha mashg'ulot o'tkazishda o'yin malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish	2			Voleybol bo'yicha mashg'ulot o'tkazishda o'yin malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish.	2		
14	14- mavzu Voleybol bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va	2			Voleybol bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va	2		

	o'tkazish ko'nikmalarini shakllantirish				o'tkazish ko'nikmalari ni shakllantiris h			
15	15- mavzu Musobaqalarda jamoaga rahbarlik qilish ko'nikmalarini shakllantirish	2			Musobaqalar da jamoaga rahbarlik qilish ko'nikmalari ni shakllantiris h	2		
16	16- mavzu Har xil hakam sifatida musobaqalarga hakamlik qilish ko'nikmalarini shakllantirish	2			Har xil hakam sifatida musob aqalarga hakamlik qilish ko'nikmalari ni shakllantiris h	2		
	Jami	120	Jami	10	Jami	38	Jami	72

8. Talabalar bilimini baholash

№	Baholash turi	Topshiriqlar turi	Topshiriq soni	Har bir topshiriq uchun ajratilgan ball	Jami
1	Joriy baholash	Mustaqil ish topshiriqlari	1	10	10
		Amaliy mashg'ulotlardagi ishtiroki	2	15	30
2	Oraliq baholash	Yozma og'zaki yoki test	2	10	20
3	Yakuniy baholash	Yozma, test va Amaliy	1	40	40
4	Jami		6		100

Izoh: Mustaqil ish topshiriqlarini baholash GulDU Kengashining 11- sonli bayoni bilan tasdiqlangan "Talabalar mustaqil ta'limini tashkil qilish tartibi" asosida baholanadi.

Talabanning semestr davomida fan bo'yicha to'plagan umumiy bali har bir nazorat turidan belgilangan qoidalarga muvofiq quyidagi formula orqali hisoblanadi:

$$UB=JN+ON+YaN$$

bu erda: JN – joriy nazorat; ON – oraliq nazorat; YaN – yakuniy nazorat.

9.ADABIYOTLAR

Asosiy adabiyotlar:

1. Ашуркова С.Ф. Теория и методика волейбола. Учебник для высших учебных заведений. Т.: 2020. – 550 с.
2. Акулич Л.И., Пулатов А.А., Ашуркова С.Ф. Теория и методика спортивной подготовки в избранном виде спорта (волейбол). Учебник для высших учебных заведений. Т.: 2023. – 613 с.
3. Ашуркова С.Ф. Повышение спортивно-педагогического мастерства (волейбол). Учебное пособие. Т.: 2023. -368 с.
4. Kdirova M.A., Ummatov A.A., Pulatov F.A. Voleybol nazariyasi va uslubiylati. O'quv qo'llanma. T.: 2018. – 485 b.

Qo'shimcha adabiyotlar:

5. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Mirziyoev.SH.M. "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora tadbirlari tug'risidagi" Qonun. PQ-3031-son . 03.06.2017
6. ППР Республики Узбекистан "О программе развития деятельности спортивно-образовательных учреждений до 2025 года..ППР-5280 Ш.Мирзиёев 5 ноября 2021г.
7. «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonun. O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish haqida..O'zbekiston Respublikasi Qonuni. "Xalq so'zi" gazetasi, 2015 yil 5 sentyabr, №174, B. 1-4.
8. Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida (PF-5368) 2018 yil 5 mart.
9. Teri Clemens, Jenny McDowell. The volleyball Drill book. 125 technical and tactical Drills. American volleyball coaches association. 2012.- 239s.
10. Pitteira C., PeData P., Pasqualoni P. Volleyball for 11-14 years old children. Federazione italiana pallovolo. 2010.-685s.

Axborot manbaalari

1. www.lex.uz - O'z.Respublikasi qonun xujjatlari, ma'lumotlari milliy bazasi
2. www.ziyonet.uz - Ziyonet milliy ijtimoiy-ta'lim axborot tarmog'i
3. www.natlib.uz - A.Navoiy o'zbekiston milliy kutubxonasi portali
4. www.edu.uz - Oliy ta'lim tizimida interaktiv xizmatlar va axborot tizimlar portali
5. www.voleybol.uz - O'zbekiston voleybol federatsiyasi portali

10. Akademik talablar

O'qituvchi va talaba o'rtasidagi o'zaro munosabat samimiy va beg'araz bo'lishi lozim, talaba mustaqil bajargan topshiriqlarni belgilangan tartibda elektron pochta yoki o'quv platforma orqali yuboradi va javobni ham shu tartibda oladi.