SCIENCE
PROBLEMS.UZ

ISSN 2181-1342

Actual problems of social and humanitarian sciences
Актуальные проблемы социальных и гуманитарных наук

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari

9-son (5-jild)

2025

ISSN: 2181-1342 (Online)
Сайт: https://scienceproblems.uz
DOI: 10.47390/SPR1342V5I9Y2025

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 9 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

TOSHKENT-2025

BOSH MUHARRIR:

Isanova Feruza Tulqinovna

TAHRIR HAY'ATI:

07.00.00- TARIX FANLARI:

Yuldashev Anvar Ergashevich – tarix fanlari doktori, siyosiy fanlar nomzodi, professor;

Mavlanov Uktam Maxmasabirovich – tarix fanlari doktori, professor;

Xazratkulov Abror – tarix fanlari doktori, dotsent;

Tursunov Ravshan Normuratovich – tarix fanlari doktori;

Xolikulov Axmadjon Boymahammatovich – tarix fanlari doktori;

Gabrielyan Sofya Ivanovna – tarix fanlari doktori, dotsent;

Saidov Sarvar Atabullo oʻgʻli – katta ilmiy xodim, Imom Termiziy xalqaro ilmiy-tadqiqot markazi, ilmiy tadqiqotlar boʻlimi.

08.00.00- IQTISODIYOT FANLARI:

Karlibayeva Raya Xojabayevna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Nasirxodjayeva Dilafruz Sabitxanovna – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Ostonokulov Azamat Abdukarimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Arabov Nurali Uralovich – iqtisodiyot fanlari doktori, professor;

Xudoyqulov Sadirdin Karimovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Azizov Sherzod Oʻktamovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent;

Xojayev Azizxon Saidaloxonovich – iqtisodiyot fanlari doktori, dotsent

Xolov Aktam Xatamovich – iqtisodiyot fanlari boʻyicha falsafa doktori (PhD), dotsent;

Shadiyeva Dildora Xamidovna – iqtisodiyot fanlari boʻyicha falsafa doktori (PhD), dotsent v.b,;

Shakarov Qulmat Ashirovich – iqtisodiyot fanlari nomzodi, dotsent.

09.00.00- FALSAFA FANLARI:

Hakimov Nazar Hakimovich – falsafa fanlari doktori, professor;

Yaxshilikov Joʻraboy – falsafa fanlari doktori, professor;

Gʻaybullayev Otabek Muhammadiyevich – falsafa fanlari doktori, professor;

Saidova Kamola Uskanbayevna – falsafa fanlari doktori;

Hoshimxonov Moʻmin – falsafa fanlari doktori, dotsent;

Oʻroqova Oysuluv Jamoliddinovna – falsafa fanlari doktori, dotsent;

Nosirxodjayeva Gulnora Abdukaxxarovna – falsafa fanlari nomzodi, dotsent;

Turdiyev Bexruz Sobirovich – falsafa fanlari doktori (DSc), Professor.

10.00.00- FILOLOGIYA FANLARI:

Axmedov Oybek Saporbayevich – filologiya fanlari doktori, professor;

Koʻchimov Shuxrat Norqizilovich – filologiya fanlari doktori, dotsent;

Hasanov Shavkat Ahadovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Baxronova Dilrabo Keldiyorovna – filologiya fanlari doktori, professor;

Mirsanov Gʻaybullo Qulmurodovich – filologiya fanlari doktori, professor;

Salaxutdinova Musharraf Isamutdinovna – filologiya fanlari nomzodi, dotsent;

Kuchkarov Raxman Urmanovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent v/b;

Yunusov Mansur Abdullayevich – filologiya fanlari nomzodi;

Saidov Ulugbek Aripovich – filologiya fanlari nomzodi, dotsent.

12.00.00- YURIDIK FANLAR:

Axmedshayeva Mavlyuda Axatovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Muxitdinova Firyuza Abdurashidovna – yuridik fanlar doktori, professor;

Esanova Zamira Normurotovna – yuridik fanlar doktori, professor, Oʻzbekiston Respublikasida xizmat koʻrsatgan yurist;

Hamroqulov Bahodir Mamasharifovich – yuridik fanlar doktori, professor v.b.,;

Zulfiqorov Sherzod Xurramovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Xayitov Xushvaqt Saparbayevich – yuridik fanlar doktori, professor;

Asadov Shavkat Gʻaybullayevich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Ergashev Ikrom Abdurasulovich – yuridik fanlari doktori, professor;

Utemuratov Maxmut Ajimuratovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Saydullayev Shaxzod Alixanovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Hakimov Komil Baxtiyarovich – yuridik fanlar doktori, dotsent;

Yusupov Sardorbek Baxodirovich – yuridik fanlar doktori, professor;

Amirov Zafar Aktamovich – yuridik fanlar doktori (PhD);

Joʻrayev Sherzod Yuldashevich – yuridik fanlar nomzodi, dotsent;

Babadjanov Atabek Davronbekovich – yuridik fanlar nomzodi, professor;

Normatov Bekzod Akrom oʻgʻli — yuridik fanlar boʻyicha falsafa doktori;

Rahmatov Elyor Jumaboyevich — yuridik fanlar nomzodi;

13.00.00- PEDAGOGIKA FANLARI:

Xashimova Dildarxon Urinboyevna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Ibragimova Gulnora Xavazmatovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Zakirova Feruza Maxmudovna – pedagogika fanlari doktori;

Kayumova Nasiba Ashurovna – pedagogika fanlari doktori, professor;

Taylanova Shoxida Zayniyevna – pedagogika fanlari doktori, dotsent;

Jumaniyozova Muhayyo Tojiyevna – pedagogika fanlari doktori, dotsent;

Ibraximov Sanjar Urunbayevich – pedagogika fanlari doktori;

Javliyeva Shaxnoza Baxodirovna – pedagogika fanlari boʻyicha falsafa doktori (PhD);

Bobomurotova Latofat Elmurodovna — pedagogika fanlari boʻyicha falsafa doktori (PhD).

19.00.00- PSIXOLOGIYA FANLARI:

Karimova Vasila Mamanosirovna – psixologiya fanlari doktori, professor, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti;

Hayitov Oybek Eshboyevich – Jismoniy tarbiya va sport boʻyicha mutaxassislarni qayta tayyorlash va malakasini oshirish instituti, psixologiya fanlari doktori, professor

Umarova Navbahor Shokirovna– psixologiya fanlari doktori, dotsent, Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti, Amaliy psixologiyasi kafedrasi mudiri;

Atabayeva Nargis Batirovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Shamshetova Anjim Karamaddinovna – psixologiya fanlari doktori, dotsent;

Qodirov Obid Safarovich – psixologiya fanlari doktori (PhD).

22.00.00- SOTSIOLOGIYA FANLARI:

Latipova Nodira Muxtarjanovna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, Oʻzbekiston milliy universiteti kafedra mudiri;

Seitov Azamat Poʻlatovich – sotsiologiya fanlari doktori, professor, Oʻzbekiston milliy universiteti;

Sodiqova Shohida Marxaboyevna – sotsiologiya fanlari doktori, professor, Oʻzbekiston xalqaro islom akademiyasi.

23.00.00- SIYOSIY FANLAR

Nazarov Nasriddin Ataqulovich –siyosiy fanlar doktori, falsafa fanlari doktori, professor, Toshkent arxitektura qurilish instituti;

Boʻtayev Usmonjon Xayrullayevich –siyosiy fanlar doktori, dotsent, Oʻzbekiston milliy universiteti kafedra mudiri.

OAK Ro‘yxati

Mazkur jurnal Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Oliy attestatsiya komissiyasi Rayosatining 2022-yil 30-noyabrdagi 327/5-son qarori bilan tarix, iqtisodiyot, falsafa, filologiya, yuridik va pedagogika fanlari bo‘yicha ilmiy darajalar yuzasidan dissertatsiyalar asosiy natijalarini chop etish tavsiya etilgan ilmiy nashrlar ro‘yxatiga kiritilgan.

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro‘yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” mas’uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog‘och ko‘chasi, 70/10-uy. Elektron manzil: scienceproblems.uz@gmail.com

Bog‘lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).

IJTIMOIY-GUMANITAR FANLARNING
DOLZARB MUAMMOLARI
5-jild, 9-son (sentyabr, 2025). - 198 bet.

MUNDARIJA

07.00.00 – TARIX FANLARI

Ahmadjonov Ahrorbek Shuhratbek o‘g‘li
THE JEWS OF CENTRAL ASIA DURING THE RUSSIAN EMPIRE AND SOVIET ERA: THE LEGAL, SOCIAL, AND CULTURAL LIFE OF THE BUKHARAN JEWS 9-13

Xurramov Xamid Bobokul o‘g‘li
AMIR TEMUR DAVRIDA TERMIZ VA CHAG‘ONIYON QANDAY O‘RIN TUTGAN? 14-18

Zikirova Maxprat Soliyevna
HARBIY SOHADA VATANPARVARLIKNI KUCHAYTIRISH TENDENSIYALARI VA ULARNING MILLIY XUSUSIYATLARI 19-25

08.00.00 – IQTISODIYOT FANLARI

Амбарцумян Анастас Алексеевич
СОСТОЯНИЕ И НЕКОТОРЫЕ ПРИОРИТЕТЫ РАЗВИТИЯ ЭНЕРГЕТИКИ УЗБЕКИСТАНА 26-38

Rajabov Alibek Xushnudbekovich
ILMIY-TADQIQOT VA ISHLANMALARNI MINTAQAVIY IJTIMOIY-IQTISODIY RIVOJLANISH TENDENSIYALARIGA TA'SIRI 39-46

Xaytboyeva Nigora Bakmamatovna
OPPORTUNITIES FOR USING CUSTOMER-ORIENTED MARKETING STRATEGIES IN TEXTILE ENTERPRISES 47-52

Shixiyev Raxim Muhammedovich
QORAQALPOG‘ISTON RESPUBLIKASIDA QISHLOQ XO‘JALIGI TEXNIKALARINING RIVOJLANISH TENDENSIYALARI VA ZAMONAVIY TEXNOLOGIYALARNI QO‘LLASH ISTIQBOLLARI 53-60

Pardayeva Ma’rifat Muzaffarovna
SURXONDARYO VILOYATI IQTISODIY RIVOJLANISHINING EKONOMETRIK VA STATISTIK TAHLILI 61-66

09.00.00 – FALSAFA FANLARI

Navro‘zova Gulchehra Nigmatovna
BAHOUDDIN NAQSHBAND RUBOIYLARIDA VASL MASALASI 67-70

Yuldasheva Diloram Yuldashevna
O‘ZBEKISTONDA AXBOROT XAVFSIZLIGINI TA’MINLASHNING DOLZARB MASALALARI 71-74

Mamadaliyev Mansurjon Mamajonovich
ZAMONAVIY JAMIYATDA FUTBOL FALSAFASINING AHAMIYATI 75-80

10.00.00 – FILOLOGIYA FANLARI

Ayimbetova Zamira
BADIIY ADABIYOTDA MOTIVLARNI TIZIMLASHTIRISH VA TASNIFLASHNING NAZARIY ASOSLARI 81-87

Kurbanbaev Djavod Aminbaevich
ANTROPOSENTRIZM PARADIGMASINING ASOSIY TUSHUNCHA VA TAMOYILLARI 88-92

Петросянц Эрнст
СЕЛЕБ-СЛОВА: ОККАЗИОНАЛИЗМЫ, РОЖДАЮЩИЕСЯ В МЕДИА 93-99

Gulmuradova Sobira Rustam qizi
NAVOIY VA TILIMIZ 100-103

Begmatova Sitora Bekzod qizi
ROMANTIZM OQIMINING OʻZIGA XOS XUSUSIYATLARI
VA ULARNING ASOSIY VAKILLARI 104-107

12.00.00 – YURIDIK FANLAR

Firuza Muxitdinova
JAMIYAT BARQARORLIGI VA SHAXSIY BURCH: JAVOBGARLIK MADANIYATI
HAQIDA TAHLILIY MULOHAZA 108-113

Qayumberdiyeva Dildora Doniyor qizi
NIZOLARNI HAL QILISHNING MUQOBIL USULI SIFATIDA MEDIATSIYA
INSTITUTINING ROLI 114-123

Narimanov Bekzod Abduvaliyevich
IJTIMOIY LOYIHALARNI AMALGA OSHIRISHDA NODAVLAT NOTIJORAT
TASHKILOTLARI FAOLLIGINI YUKSALTIRISHNING INNOVATSION USULLARI 124-135

Umarova Barno Akbutayevna
FUQAROLIK SUDLARIDA ATROF-TABIIY MUHITGA NISBATAN
YETKAZILGAN ZARARLARNI UNDIRISH BILAN SUD AMALIYOTIDAGI
MUAMMOLARNING AYRIM JIHATLARI 136-143

Rasulov Baxtiyor Shavkatovich
ATMOSFERA HAVOSINI MUHOFAZA QILISH QONUNCHILIGI IJROSI USTIDAN
PROKUROR NAZORATI 144-150

Normatov Ermamat Toyir oʻgʻli
ATROF-MUHITNI MUHOFAZA QILISHDA XALQARO HUQUQ
VA MILLIY QONUNCHILIK 151-164

Karamanova Benazir
YANGI OʻZBEKISTONDA YOSHLARNING QONUN IJODKORLIGIDA ISHTIROKI 165-169

Ametova Nurjamal Kudaybergenovna
JINOYATLARNI OLDINI OLISHDA QOʻSHIMCHA JAZOLARNING
PREVENTIV XUSUSIYATLARI 170-177

Rajabov Sherzodbek Ravshanbekovich
NEUSTOYKA TOʻLASH JAVOBGARLIK TURI SIFATIDA 178-181

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI

Madaminova Gulzoda Madaminovna
VOLEYBOL MASHGʻULOTLARI ORQALI MAKTAB OʻQUVCHILARINING
JISMONIY SIFAT KOʻRSATKICHLARINI RIVOJLANTIRISH 182-185

Rizayeva Gulnoza Xikmatuloyevna
AKADEMIK LITSEYLARDA “ATOM VA YADRO FIZIKASI BOʻLIMI MAVZULARINI" RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR VOSITASIDA OʻQITISH METODIKASI. (“ELEMENTAR ZARRALAR «BOGʻI». POZITRONNING KASHF ETILISHI. ANTIZARRALAR. ELEMENTAR ZARRALARNI XARAKTERLOVCHI KATTALIKLAR. ELEMENTAR ZARRALAR FIZIKASIDAGI SAQLANISH QONUNLARI. ORALIQ BOZONLAR-KUCHSIZ OʻZARO TA’SIRNING TASHUVCHILARI” MAVZUSI MISOLIDA) 186-197

SCIENCE PROBLEMS.UZ

Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari
Actual Problems of Humanities and Social Sciences
Volume 5 | Issue 9 | 2025
ISSN Online: 2181-1342

13.00.00 – PEDAGOGIKA FANLARI – PEDAGOGICAL SIENCE

Received: 15 August 2025
Accepted: 30 August 2025
Published: 15 Ceptemper 2025

Article / Original Paper

DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITY INDICATORS OF SCHOOLCHILDREN THROUGH VOLLEYBALL CLASSES

Madaminova Gulzoda Madaminovna
Senior lecturer of the Department "Sports activities"
Alfraganus University

Abstract. Today, school age is a peculiar stage in the age periods of a person, at this age many physical qualities successfully develop, therefore, the use of volleyball as a means of developing the physical, mental, and mental characteristics of schoolchildren occupies a special place.notation. Today, school age is a peculiar stage in the age periods of a person, at this age many physical qualities successfully develop, therefore, the use of volleyball as a means of developing the physical, mental, and mental characteristics of schoolchildren occupies a special place. The importance of volleyball for the useful pastime of students, active leisure and the development of types of physical exercises, its application in independent physical culture and sports activities, improving their physical fitness is considered in this scientific article.

Keywords: physical qualities, general physical fitness, special physical training, sports coaches, athletic form, sports, motor.

VOLEYBOL MASHGʻULOTLARI ORQALI MAKTAB OʻQUVCHILARINING JISMONIY SIFAT KOʻRSATKICHLARINI RIVOJLANTIRISH

Madaminova Gulzoda Madaminovna
Alfraganus university
“Sport faoliyati” kafedrasi katta oʻqituvchisi

Annotatsiya. Bugungi kunda maktab yoshi – bu insonning yosh davrlarida oʻziga xos bosqich boʻlib, bu yoshda juda koʻp jismoniy fazilatlar muvaffaqiyatli rivojlanadi, shuning uchun maktab oʻquvchilarining jismoniy, aqliy, ruhiy xususiyatlarini rivojlantirish vositasi sifatida voleyboldan foydalanish alohida oʻrin tutadi. Voleybol oʻquvchilar vaqtlarini foydali oʻtkazishda, faol hordiq chiqarishda va jismoniy mashq turlarini oʻzlashtirishda, mustaqil jismoniy tarbiya va sport faoliyatida qoʻllashda, jismoniy tayyorgarligini oshirishda muhimligi ushbu ilmiy maqolada koʻrib chiqilgan.

Kalit soʻzlar: jismoniy sifatlar, umumiy jismoniy tayyorgarlik, maxsus jismoniy tayyorgarlik, sport murabbiylari, sport formasi, sport, vosita.

DOI: https://doi.org/10.47390/SPR1342V5I9Y2025N26

Kirish. Dunyo taʼlim amaliyotida oʻquvchilarni yangi muhitlarga tez moslashuvchanligini oshirish, vaziyatlarga tez yechim topish qobiliyatlarini rivojlantirish asosida yondashuv zamonaviy pedagogik paradigma sifatida oʻquvchilarning iqtidor xususiyatlarini roʻyobga chiqarishning muhim omillaridan biri ekanligi eʼtirof etilmoqda. Aynan, voleybol oʻyini oʻyinchilardan qisqa vaqt ichida turli zonalarda, turli funksiyalarni bajarishni talab etuvchi oʻyin sifatida yuqorida taʼkidlangan maqsadlarga mos keladi.

Maktab yoshi – bu insonning yosh davrlarida oʻziga xos bosqich boʻlib, bu yoshda juda koʻp jismoniy fazilatlar muvaffaqiyatli rivojlanadi, shuning uchun maktab oʻquvchilarining jismoniy, aqliy, ruhiy xususiyatlarini rivojlantirish vositasi sifatida voleyboldan foydalanish alohida oʻrin tutadi. Voleybol oʻquvchilar vaqtlarini foydali oʻtkazishda, faol hordiq chiqarishda va jismoniy mashq turlarini oʻzlashtirishda, mustaqil jismoniy tarbiya va sport faoliyatida qoʻllashda, jismoniy tayyorgarligini oshirishda muhim vosita hisoblanadi.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Respublikamiz olimlaridan voleybol sportining boshlangʻich tayyorgarlik bosqichida maxsus mashqlardan foydalangan mutaxassis olimlar A.A.Boltayev, L.T.Davlatovalar ilmiy ishlarida voleybolchilar misolida ustuvor jismoniy sifatlar, shu jumladan tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, kuch va chidamlilik, texnik-taktik va funksional imkoniyatlar darajasini ifodalovchi jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish, oʻyin texnikasini oʻzlashtirish masalalari yuzasidan keng qamrovli tadqiqotlar olib borilgan. [1,2]

Mustaqil Davlatlar Hamdoʻstligi mamlakatlari olimlari S.X.Abdel, O.V.Begun, G.P.Berezin, L.V.Bulikina, A.T.Garipov, A.A.Geraskin, A.M.Kulyasov, A.V.Rodina, V.M.Sklyarovlar asosan yosh voleybolchilarni tayyorlashda professional yondashuv asosida ularning jismoniy koʻrsatkichlarini koʻtarish borasida tadqiqotlar olib borgan boʻlsa, O.S.Degtyareva, A.K.Zuzova, I.M.Korotkov, V.S.Kuznetsov, I.B.Malisheva, S.E.Nikitin, K.B.Suyetnov, R.X.Tulagakovlar esa maktab oʻquvchilarining jismoniy harakat faoliyatiga tegishli qobiliyatlarini voleybol oʻyini vositasida rivojlantirish masalalarini oʻrganganlar.[3]

Xorijiy olimlar J.Kessel, A.Loscher, W.Neville, L.Savula, M.A.Clark, D.A.Jones, T.Clemens oʻz tadqiqotlarida yosh voleybolchilar uchun yetakchi jismoniy sifatlarini aniqlash, ularni rivojlantirishga yoʻnaltirilgan mashgʻulotlarni tashkil qilish borasida izlanishlar olib borgan. [4]

Koʻpincha ilmiy – tadqiqot natijalari voleybol mashgʻulotlarini tashkil etishda yetarlicha qoʻllanilmaydi. Bu mashgʻulot dasturlarini yetarli darajada yangi yondashuvlar asosida aniq uslubiy ishlab chiqilmaganligi bilan bogʻliq. Ushbu muammoning amaliyot uchun muhimligi va unga tegishli koʻpgina masalalar yetarli darajada nazariy ishlab chiqilmaganligi ushbu dissertatsiya tadqiqot ishining dolzarbligini tasdiqlaydi.

Tadqiqotimizning metodlari va uslublari. Tadqiqot jarayonida maktab oʻquvchilarining jismoniy tayyorgarlik bosqichidagi voleybol mashgʻulotlarini tashkil etish tuzilmasi va darajasi haqidagi umumnazariy holatlarni kengaytirishga xizmat qilishi, oʻquv-mashgʻulot jarayonlarini tuzishga uslubiy yondashuv toʻgʻrisida va voleybol mashgʻulotlarini tashkil etish metodikasini takomillashtirish borasidagi taklif va xulosalari maktabda voleybol mashgʻulotlarini tashkil etish nazariyasi va uslubiyatini yanada toʻldirish bilan izohlanadi.

Tadqiqot natijalarining amaliy ahamiyati ishlab chiqilgan metodik tizimning

ilmiy asoslangan metodik tartibda muntazam qoʻllab borilishi maxsus ish qobiliyati, shu jumladan, uning jismoniy, funksional va texnik-taktik komponentlarini samarali shakllanishi bilan belgilanadi.

Tadqiqot natijalari va ularning muhokamasi. 10-11 yoshli oʻquvchilarning jismoniy rivojlanish xususiyatlari oʻrganildi. Voleybolga hali muntazam ravishda qatnashmagan oʻquvchilar oʻquv dasturi boʻyicha jismoniy tayyorgarlikni shakllantirishda ishlatilgan kompleks dastur mezonlari asosida baholandi.

Nazorat guruhdagi oʻquvchilar asosiy ta’lim dasturi boʻyicha oʻqishni davom ettirdi. Tajriba guruhida anketalar va shaxsiy suhbatlar davomida oʻquvchilarni voleybolga qiziqish munosabatlari aniqlandi. Voleybol oʻyni nafaqat zarur harakat koʻnikmalarini rivojlantirishga

yordam berishi, balki oʻzaro muloqotdan zavqlanish, oʻyin faoliyatida ishtirok etish va jamoa maqsadlarini amalga oshirishga sabab boʻlish imkoniyatlarini ham berishi izohlandi. Oʻquvchilarda birdamlik, hamkorlik tuygʻusi, umumiy kurash va musobaqalardagi gʻalaba zavqini tuyish tuygʻularini uygʻotish, shu bilan birga, voleybol bilan muntazam shugʻullanish shaxsiyatni shakllantirishda muhim sifatlarni tarbiyalab borishiga ham alohida eʼtibor qaratildi.

Voleybol mashgʻulotlari vositasida maktab oʻquvchilarining har tomonlama rivojlantirishga yoʻnaltirilgan metodik tizimning samaradorligini belgilash maqsadida oʻquvchilarning boʻy uzunligi, tana vazni, Ketle indeksi oʻzgarishlari tadqiqot bosqichlari kesimida nazorat qilindi.

Nazorat va tajriba guruhlari oʻquvchilarining koʻrsatkichlari (5-sinf)

Koʻrsatkichlar	Tanlama guruhlar	Qizlar		Farq/ %	Oʻgʻil bolalar		Farq %
		Oʻquv yili boshida	Oʻquv yili oxirida		Oʻquv yili boshida	Oʻquv yili oxirida	
Boʻy uzunligi, sm	Nazorat G.	133,6	139,8	6,2/4,64	135,9	139,7	4/2,9
	Tajriba G.	133,8	141,7	7,9/5,9	135,4	141,5	6,1/4,5
Tana vazni	Nazorat G.	28	32,3	4,3/15,3	30,8	35,6	4,8/15,6
	Tajriba G.	28,3	33,6	5,3/18,7	30,6	36,5	5,9/19
Ketle indeksi kg/sm^2	Nazorat G.	0,00157	0,00165	0,054	0,00167	0,0018	0,09
	Tajriba G.	0,00158	0,00167	0,058%	0,00167	0,00182	0,092%

Dastlabki oʻlchov natijalarga koʻra tanlama guruhlardagi (nazorat va tajriba guruhlari) oʻquvchilarning oʻrtacha boʻy uzunligi, oʻrtacha tana ogʻirligi va Ketle indeksi boʻyicha koʻrsatkichlari bir-biridan sezilarli farq qilmaydi. Oʻquv yili oxirida olib borilgan oʻlchov natijalariga koʻra:

Boʻy uzunligi (sm) boʻyicha nazorat guruhi qizlarida oʻquv yili boshida oʻrtacha 133,6 sm boʻlsa, oxirida 139,8 sm boʻlib, oʻzgarish 6,2 sm (4,64%) ni tashkil etgan.

Tajriba guruhlarida esa boshida qizlarning boʻy uzunligi oʻrtacha 133,8 sm, yil oxirida 141,7 sm boʻlib, oʻzgarish 7,9 sm (5,9%) ni tashkil etgan. Tajriba guruhi qizlari boʻy uzunligida koʻproq oʻsish kuzatilgan (5,9% > 4,64%).

Nazorat guruhi oʻgʻil bolalarida oʻquv yili boshida boʻy uzunligi oʻrtacha 135,9 sm, oxirida 139,7 sm, oʻzgarish 4 sm (2,9%) ni tashkil etgan boʻlsa, tajriba guruhlarida bu koʻrsatkichlar boshida 135,4 sm, oxirida 141,5 sm ni tashkil etib, oʻzgarish 6,1 sm (4,5%) ga teng boʻlgan. Oʻgʻil bolalarda ham boʻy oʻsishi tajriba guruhida nazorat guruhiga qaraganda sezilarli ortgan (6,1-4=2,1 sm ga ortiq).

Tana vazni nazorat guruhi qizlarida oʻquv yili boshida oʻrtacha 28 kg ni, oxirida 32,3 kg ni tashkil etib, oʻzgarish 4,3 kg (15,3%) ga teng boʻlsa, tajriba guruhi qizlarida boshida 28,3 kg ni oxirida 33,6 kg ni tashkil qilgan va oʻzgarish: 5,3 kg (18,7%) ga teng boʻlgan. Tajriba guruhi qizlarining tana vazni nazorat guruhiga nisbatan koʻproq oshgan (18,7% > 15,3%).

Nazorat guruhi oʻgʻil bolalarida yil boshida oʻrtacha vazni 30,8 kg, oxirida 35,6 kg oʻzgarish 4,8 kg (15,6%), tajriba guruhlarida boshida 30,6 kg, soʻngida 36,5 kg oʻzgarish 5,9 kg

(19%) ni tashkil etgan. Oʻgʻil bolalarda ham tajriba guruhlarida tana vazni boʻyicha koʻproq oʻzgarish kuzatilgan.

Ketle indeksi boʻyicha ham tajriba guruhida koʻproq ijobiy oʻzgarishlar qayd etildi. Tajriba guruhi nazorat guruhiga qaraganda barcha koʻrsatkichlar boʻyicha (boʻy uzunligi, tana vazni, Ketle indeksi) yaxshiroq natijalarni koʻrsatgan. Bu shuni koʻrsatadiki, tajriba guruhida joriy qilingan metodik tizim, amalga oshirilgan chora-tadbirlar oʻquvchilarning sogʻligʻi va jismoniy rivojlanishiga ijobiy taʼsir koʻrsatgan.

Xulosa. Olib borilgan tadqiqot natijalari quyidagi xulosalarni chiqarishga asos boʻladi:

1. Voleybol mashgʼulotlari vositasida tashkil etilgan tadqiqot natijasida oʻquvchilarning boʻyi uzunligi va tanasining vazni ortishi dinamikasida ijobiy oʻzgarishlar roʻy berdi.

2. Oʻquvchilarning chidamlilik, tezkorlik, kuch va moslashuvchanlik kabi asosiy jismoniy koʻrsatkichlarida sezilarli oʻsish kuzatildi.

3. Mashgʼulotlar davomida oʻquvchilarning motivatsiyasi, oʻz-oʻzini nazorat qilish qobiliyati, stressga bardoshliligi va ruhiy barqarorligi kuchaydi.

4. Oʻquvchilarning voleybol texnikasi va taktikasini oʻzlashtirish darajasi sezilarli darajada oshdi, bu ularning oʻyindagi umumiy natijalarida namoyon boʻldi.

Adabiyotlar/Литература/References:

1 Boltayev A.A. Maktab oʻquvchilariga voleybol texnikasini tezkor oʻrgatish uchun maxsus mashqlardan foydalanish: Avtoref. dis. … ped. fan. falsafa doktori (PhD). –Chirchiq: 2023. -53 b.

2 Davlatova L.T. Imkoniyati cheklangan talabalarni paravoleybolga oʻrgatishda maxsus harakat imkoniyatlarini oshirish uslubiyati: Avtoref. dis. … ped. fan. falsafa doktori (PhD). –Chirchiq: 2023. -57 b.

3 Абдель С.Х. Методика комплексного развития скоростно-силовых способностей юных волейболистов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Краснодар: 2001. - 23 с.

4 Kessel J. Kessel's handy guide to ruining elite FIVB players/ VolleyThech, 1, 1992. P. 8-10.

SCIENCEPROBLEMS.UZ

IJTIMOIY-GUMANITAR FANLARNING DOLZARB MUAMMOLARI

№ 9 (5) – 2025

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

ACTUAL PROBLEMS OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES

“Ijtimoiy-gumanitar fanlarning dolzarb muammolari” elektron jurnali 2020-yil 6-avgust kuni 1368-sonli guvohnoma bilan davlat ro‘yxatiga olingan.

Muassis: “SCIENCEPROBLEMS TEAM” mas’uliyati cheklangan jamiyati

Tahririyat manzili:

100070. Toshkent shahri, Yakkasaroy tumani, Kichik Beshyog‘och ko‘chasi, 70/10-uy. Elektron manzil: scienceproblems.uz@gmail.com

Bog‘lanish uchun telefon:

(99) 602-09-84 (telegram).