**Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:**

(1). Акбарова Ш.Ҳ. Мактабгача ёшдаги болаларга инглиз тили лексикасини ўқитиш методикаси. Дисс. п.ф.н. (PhD), Т., 2020, 5-бет.

(2). Thomas, J.W., Mergendoller, J.R., & Michaelson, A.L. Project-Based Learning: A Handbook for Middle and High School Teachers. Autodesk Foundation, 1999, p. 4.

(3). Dewey, J. Experience and Education. Macmillan, 1938, p. 25–31.

(4). Kilpatrick, W.H. The project method: The use of the purposeful act in the educative process. Teachers College, Columbia University, 1918, 27 p.

(5). Stoller, F. L. Project work: A means to promote language and content. English Teaching Forum, 1997, p 2–9.

(6). Edwards C., Gandini, L., & Forman, G. The Hundred Languages of Children: The Reggio Emilia Approach – Advanced Reflections. Ablex Publishing, 1998, 141–144 p.

(7). Kimsesiz, F., Dolgunsöz, E., & Konca, M.Y. The Effect of Project-Based Learning in Teaching EFL Vocabulary to Young Learners of English: The Case of Pre-school Children. International Journal of Languages' Education and Teaching, 2017, p. 426–439.

(8). Vanessa G.A. Symbolic play as a didactic tool in teaching English in a project-based learning approach. Greensboro College ProQuest Dissertations&Theses, 2024, p. 12.

(9). Helm J.H., Katz, L.G., & Wilson, R. Young investigators: The project approach in the early years (4th ed.). Teachers College Press, 2023, p. 4–11; 67–81.

**Abdirahmonov Lazizbek Latipboyevich (Urganch davlat Pedagogika instituti “Jismoniy madaniyat” kafedrasi dotsenti),**

**Sadullayev Ruslanbek Xudashkurovich (Urganch davlat pedagogika instituti magistranti)**

## YOSH VOLEYBOLCHILARNING MAXSUS TAYYORGARLIGINI HARAKATLI O‘YINLAR ORQALI TAKOMILLASHTIRISH

***Annotatsiya.*** *Ushbu maqolada yosh voleybolchilarni tayyorlashda jismoniy sifatlar (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik)larni rivojlantirish metodlarini, tezlik-kuchlilik jismoniy sifatlarga mansub bo‘lib, oyoq mushaklarining qisqa vaqt ichida kuchli qisqarish usullarini, hayotiy zarur harakat malakalarini (yurish, yugurish, sakrash, to‘xtash, osilish va h.k.) shakllantirish o‘yinlar va usullar ishlab chiqilgan. Voleybolchilarning o‘ziga xosligi bo‘yicha yosh voleybolchilarga harakatlarni yuqori darajada muvofiqlashtirish bo‘yicha dolzarb masalalari va jihatlari bayon qilingan.*

***Kalit so‘zlar:*** *jismoniy sifat, voleybol, jismoniy madaniyat, kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik, egiluvchanlik, zarba, texnika, taktika, jismoniy tayyorgarlik, musobaqa.*

## СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ ЧЕРЕЗ АКТИВНЫЕ ИГРЫ

***Аннотация.*** *В данной статье разработаны методы развития физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости и гибкости), методы сильного сокращения мышц ног за короткий промежуток времени, так как скоростно-силовые качества относятся к физическим качествам, игры и методы формирования жизненно важных двигательных навыков (ходьба, бег, прыжки, остановка, висение и др.). Описаны актуальные вопросы и аспекты развития координации движений юных волейболистов на высоком уровне с учетом особенностей волейболисток.*

***Ключевые слова:*** *физическое качество, волейбол, физическая культура, сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость, удар, техника, тактика, физическая подготовка, соревнование.*

## SPECIAL TRAINING OF YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS ENHANCEMENT THROUGH ACTION GAMES

***Annotation.*** *In this article, the methods of developing physical qualities (strength, quickness, agility, endurance and flexibility), the methods of strong contraction of the leg muscles in a short time as speed-strength belongs to the physical qualities, the games and methods of forming vital movement skills (walking, running, jumping, stopping, hanging, etc.) have been developed in this article. Current issues and aspects of high-level coordination of movements for young volleyball players according to the characteristics of volleyball players are described.*

***Key words:*** *physical quality, volleyball, physical culture, strength, quickness, agility, endurance, flexibility, kick, technique, tactics, physical training, competition.*

**Kirish.** Mamlakatimizda voleybol sport turi bugungi kunda eng ommalashgan sport turlari tarkibiga mansubdir. Statistik ma’lumotlarga qaraganda, yurtimizda katta-yu kichik yoshdagi o‘quvchi-yoshlar voleybol sport turi bilan muntazam shug‘ullanib kelmoqda.

Respublikamizda voleybol boʻyicha oʻgʻil va qiz bolalar, oʻsmirlar, yoshlar va katta yoshli erkak-ayollar oʻrtasida turli chempionatlar, kubok musobaqalari hamda xalqaro musobaqalar oʻtkazilib kelmoqda. Bu borada bir qator farmon va qarorlar qabul qilinib, bugungi kunda ular bosqichma-bosqich izchillik bilan oʻzining amaliy ifodasini topib kelmoqda.

**Mavzuga oid adabiyotlarning tahlili (Literature review).** Hozirgi kunda barchaga maʼlumki, faqat voleybolga xos hamda maxsus jismoniy sifatlarni oshirishga qaratilgan standart mashqlarni qoʻllayverish yosh bolalarda voleybol sport turiga boʻlgan qiziqishni soʻndiradi, shiddatli stereotip (bir xil turdagi) mashqlar esa shugʻullanuvchilarni tez charchatadi. Shuning uchun hozirgi yetakchi sport mutaxassislari, tadqiqotchi va izlanuvchi olimlar sport texnikasini oʻrgatishda, ularni samarali shakllantirish maqsadda shu sport malakalari mazmuniga mos harakatli oʻyinlardan foydalanish afzalligini oʻzining asarlari va tadqiqotlarida fikr va mulohazalar keltirilgan. Olimlarning fikricha, asosan, shu jismoniy sifatlar va hayotiy zarur harakat malakalari harakatli oʻyinlar yordamida yanada foydaliroq rivojlanishini isbotlab berilgan. Oʻyin texnikasini tushuntirish va oʻrganish jarayonida texnikaning asosini, tananing alohida qismlarining harakatlanish ketma-ketligini, turli xil texnikalarni bajarishda tezlik va ularning amplitudasini chuqur oʻrganish kerak boʻladi. Bu omillar voleybolchilarning harakatlar samaradorligiga erishishda asosiy vosita hisoblanadi. Hujum zarbasini bajarish va blokirovka qilishda texnikani bajarish jarayonida raqibni nazorat qilish muhimdir.

**Tadqiqot metodologiyasi (Research Methodology).** Yosh voleybolchilarning jismoniy tarbiyalashda shu sport turidan foydalanish boshqa sport oʻyinlardan foydalanishga nisbatan bir qator qulayliklarga ega: voleybolda insonlar ochiq havoda oʻynashlari mumkin, oʻyin katta maydonlarni, jihozlariga katta talablarni talab qilmaydi, oʻyinchilarining har xil miqdori yoki aralash jamoalar oʻynashi mumkin boʻladi. Oʻyin qoidalari aniq, ular shartlarga qarab qabul qilinishi mumkin. Voleybolni oʻynash texnikasini shakllantirish asoslari davomida uslubiy jihatdan toʻgʻri va ketma-ket ishlash kerak boʻladi.

**Tahlil va natijalar (Analysis and results).** Tahlil va sintez usullari tufayli, sport oʻyinlarni koʻrib chiqish usullarini baholashning alohida elementlari boʻyicha, ularning ahamiyatini va qiyinligini baholash mumkin. Voleybolning oʻziga xosligi boʻyicha yosh voleybolchilarga harakatlarni yuqori darajada muvofiqlashtirish bilan bogʻliq talablar qoʻyiladi. Yosh voleybolchi bilan oʻquv-mashq jarayoni turli jarohatlar kabi toʻgʻri rejalashtirilish kerak. Ular umurtqa pogʻonasi, tizza va yelkaning pastki qismiga taʼsir katta boʻladi.

Ushbu jarohatlar professional voleybolchilar orasida nogironlik va mehnat qobiliyatining yomonlashuvining manbasini koʻrsatadi.[1] Biz yosh voleybolchilarga, bu sport turini oʻynash texnikasini oʻrgatish metodikasini ishlab chiqish orqali texnik tayyorgarliklarning asosiy vazifalarini hal qilamiz va turli musobaqalar davomida olingan bilim va koʻnikmalardan unumli foydalanamiz, deb tasavvur qilgan edik. Puxta tayyorgarlik koʻrgan voleybolchi mashgʻulot jarayonida faqat toʻpdan foydalanish texnikasiga eʼtibor qaratadigan voleybolchidan ustunlikka ega. Shuning uchun yangi boshlanuvchilar barcha harakatlarining oʻzlashtirish muhimligini anglashlari kerak boʻladi.

Texnikalarni oʻrgatish jarayonida voleybolchilar oʻyinning zarur texnik koʻnikmalarini oʻzlashtiradilar va ular asosida murakkabroq texnikalarni oʻrganadilar. Yosh voleybolchilar oʻyin davomida va musobaqalar paytida kerak. Yosh voleybolchilarni maxsus tayyorlashda harakatli oʻyinlarning ahamiyati katta, yosh sportchilarning jismoniy rivojlanishi muhim bosqichida boʻlib, harakat koordinatsiyasi, jismoniy sifatlardan tezkorlik, kuch, chidamlilik va reaksiya kabi asosiy koʻnikmalarini shakllantirish va rivojlantirishga eʼtibor qaratishi kerak.

Quyida bu maqsadga erishish uchun tavsiya etiladigan harakatli oʻyinlar va usullar keltirilgan:

1. Tezkorlik va reaksiya uchun harakatli oʻyinlar:

▪ “Toʻpni ushla va qaytar”. Yosh voleybolchilar aylana boʻlib turadi va toʻpni bir-biriga tez va aniq uzatadi. Toʻpni tushirib yubormaslik va harakatni davom ettirish kerak boʻladi.

▪ “Signalga yugur”: Murabbiy yoki pedagog maʼlum signal va ishora (masalan, xushtak yoki qoʻl harakati) berganda, yosh bolalar muayyan yoʻnalishga qarab yuguradi yoki harakatni toʻxtatadi.

2. Koordinatsiya va harakat aniqligi uchun:

▪ “Toʻp bilan toʻsiqlarni aylanib oʻtishi”. Yosh voleybolchilar toʻpni boshqarib, belgilangan toʻsiqlar orasidan tez va aniq harakat qilishlari kerak.

[1] Maʼmurov, B., Xamrayev, I. Professional-Pedagogical Training of University Teachers in the Context of Education of Adults. 2021, March.

▪ “Havoda to‘pni ushlab olish”. Murabbiy yoki pedagog to‘pni turli yo‘nalishlariga tashlaydi va o‘yinchilar uni havoda ushlashga harakat qilishlari kerak.

3. Chidamlilikni rivojlantirish uchun harakatli o‘yinlar:

▪“Estafeta o‘yinlari”: Jamoaviy estafetada yosh bolalar navbatma-navbat bilan yugurib, belgilangan vazifalarni bajarishlari kerak (to‘pni olib kelish, uzatish, qaytib kelish).

4. Jamoaviy o‘yinlar va hamkorlikni rivojlantirish uchun harakatli o‘yinlar.

▪ “Mini-voleybol”: Oddiy voleybol qoidalari asosida yosh voleybolchilarni kichik jamoalarida o‘ynash. Bu o‘yin voleybolchilarning texnikasi va jamoada ishlash qobiliyatini takomillashtiradi.

▪ “To‘pni uzatish va chalg‘itish”. Jamoalar raqibni chalg‘itib, to‘pni aniq joyga uzatishga harakat qilishadi.

5. Motivatsiya va qiziqishni oshirish. Harakatli o‘yinlarni qiziqarli tarzda tashkil qilish, mukofotlar joriy qilish yoki kichik musobaqalar o‘tkazish yosh bolalarni ko‘proq rag‘batlantiradi.

Maxsus qobiliyati va jismoniy sifatlarini rivojlantirish, texnikani tezroq o‘zlashtirishini va taktik ko‘nikmalarini muvaffaqiyatli shakllantirishni ta’minlaydi. Jamoadagi barcha o‘yinchilar bir butun bo‘lib harakat qilishlari kerak, umuman olganda, asosiy maqsadga erishish va yaxshi jismoniy tayyorgarlikka ega bo‘lish istagi. Pedagogik eksperiment davomida o‘g‘il bolalar umumiy jismoniy tayyorgarligini tavsiflovchi nazorat me’yorlaridan o‘tishdi. Tarkibida texnikalar qo‘llanilgan o‘yinlardan foydalanish va o‘zlashtirish tajriba guruhidagi o‘g‘il bolalarning jismoniy tayyorgarligiga ijobiy ta’sir ko‘rsatdi.[1]

Maxsus jismoniy tarbiya vositalari va usullarini to‘g‘ri tanlash o‘ziga xos jismoniy sifatlarni rivojlantirishning optimal darajasini ta’minlashi mumkin. Ular voleybol o‘ynash ko‘nikmalarini muvaffaqiyatli o‘zlashtirish uchun zarurdir. “Ilmiy-metodik adabiyotlar tahlili, murabbiy va sportchilar bilan suhbatlar, o‘z tadqiqot ishlarini o‘yin qoidalardagi o‘zgarishlar musobaqa faoliyati mazmuniga ta’sir qilganligini aniqlashga yordam berdi. Yosh voleybolchilarning mashg‘ulot jarayonini tashkil etishda, ayniqsa, o‘rinbosarning mashg‘ulot jarayonini tashkil etishda uning tarkibi va mazmunidagi o‘zgarishlarni hisobga olish kerak bo‘ladi. Aks holda, mashg‘ulotning yo‘nalishi va mazmuni raqobat faoliyatining o‘ziga xos xususiyatlariga mos kelmaydi va musobaqa natijalariga salbiy ta’sir ko‘rsatadi”.[2]

Voleybol bo‘yicha musobaqa faoliyati natijalari shuni ko‘rsatadiki, o‘yin davomidagi asosiy xatolar sportchilar tomonidan ularning o‘zaro ta’sirida sodir bo‘ladi, o‘rtacha hisobda xatolar foizi o‘yindagi barcha mumkin bo‘lgan xatolarning 60%dan ko‘prog‘ini tashkil etadi. Bu o‘yinchilarning zaif o‘zaro ta’siri va o‘yin davomida voleybolda o‘yin vaziyatlarini bashorat qilish bilan bog‘liq.

Murabbiy va pedagoglarning maqsadi xatoni payqash va o‘yinchiga uni qanday tuzatish kerakligini tushuntirishdir. Mashqlarni takrorlash to‘g‘ri ko‘nikmalarni egallashga yordam beradi. Misol uchun, agar blokirovka qiluvchi o‘yinchi doimo oldinga sakrab chiqsa, u devor yaqinida mashq qilish kerak, asta-sekin surish chizig‘ini devorga o‘tkazishi kerak.

Sakrashni o‘zlashtirish darslarning asosiy va tayyorgarlik qismlariga kiritilgan. G‘alaba qozonish istagi bor raqibning qarshiligiga duch keladi, bu qarshilikni yengib o‘tish uchun o‘yinchilar nafaqat texnikada ustunlikka erishishlari, balki raqibning rejalarini taxmin qilishlari, samaraliroq taktika qo‘llashlari va ijobiy natijaga erisha olishlari kerak. Jamoalar jiddiy o‘yinlarga oldindan tayyorgarlik ko‘rishadi, rejani tuzish va kerakli taktik harakatlarni, shu jumladan, tegishli texnikani tayyorlash uchun raqibni o‘rganadilar va kuzatadilar.

**Xulosa va takliflar (Conclusion/Recommendations).** Yosh voleybolchilarni maxsus tayyorlashda harakatli o‘yinlar orqali ularning texnikalarini o‘zlashtirish sifatiga integral yondashuv – bu istiqbolli. Yosh voleybolchilarning o‘yin faoliyati, bir tomondan, voleybolchilarni tayyorlashda qo‘llaniladigan vositalarning tasniflashda (jismoniy mashqlar) boshlang‘ich nuqtasi bo‘lsa, ikkinchi tomondan, o‘yin ko‘nikmalarni shakllantirishning oxirgi bosqichi – mahoratiga erishish va texnik-taktik metodlardan samarali foydalanishni taqozo qiladi.

O‘g‘il bolalarning jamoaviy o‘zaro harakati aniq taktik kombinatsiyalarda moslashtiriladi va o‘rgatiladi, pedagogik tajriba davomida ular o‘yin davomida himoya va hujumda o‘zlarini yaxshi yo‘naltirdilar.

---

[1] Abatova G.N. 11–12 yoshli voleybolchilarda sakrovchanlik maxsus jismoniy sifatini rivojlantirish hamda to‘siq qo‘yish texnikasini takomillashtirishda harakatli o‘yinlar va maxsus mashqlar samarasini aniqlash. Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari nazariyasi va uslubiyatining nazariy-amaliy muammolari” xalqaro ilmiy-amaliy anjuman 2022-yil 29-yanvar.

[2] Masharipov F.T., Ro‘zmetov N.Q., Ro‘zmetov R.T. Voleybol mashg‘ulotlarini olib borish va boshqarishning pedagogik asoslari. O‘quv-uslubiy qo‘llanma, Urganch, 2012.

**Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati:**

(1). Abatova G.N. 11–12 yoshli voleybolchilarda sakrovchanlik maxsus jismoniy sifatini rivojlantirish hamda to‘siq qo‘yish texnikasini takomillashtirishda harakatli o‘yinlar va maxsus mashqlar samarasini aniqlash. “Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari nazariyasi va uslubiyatining nazariy-amaliy muammolari” xalqaro ilmiy-amaliy anjuman 2022-yil 29-yanvar, 613–614-betlar.

(2). Usmanxodjayev T.S., Isroilov Sh.X., Pulatov A.A., Pulatov Sh.A. Milliy va harakatli o‘yinlar]. Darslik, T., “Iqtisod-moliya”, 2015.- 268 b.

(3). Masharipov F.T., Ro‘zmetov N.Q., Ro‘zmetov R.T. Voleybol mashg‘ulotlarini olib borish va boshqarishning pedagogik asoslari. O‘quv-uslubiy qo‘llanma, Urganch, 2012.

(5). Pulatov A.A Volebolning rasmiy qoidalari. O‘zDJTI nashriyoti matbuot bo‘limi, T., 2004, 71-bet.

(6). Ma’murov, B., Xamrayev, I. Professional-Pedagogical Training of University Teachers in the Context of Education of Adults, 2021, March.

(7). Ramazonovich, K.S. (2023). “Basketbolchilar jismoniy tayyorgarligini oshirishda jismoniy vosita sifatida harakatli o‘yinlarning ahamiyati”. образование наука и инновационные идеи в мире, 24(2), с. 124–128.

**Турсунова Нодира Араббоевна (Андижанский государственный технический институт ассистент кафедры языков и гуманитарных наук; tursunovalola8@gmail.com)**

## ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ПРЕПОДАВАНИЯ РУССКОГО ЯЗЫКА ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИНГВИСТИЧЕСКОЙ И СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ В УСЛОВИЯХ ДВУЯЗЫЧИЯ В УЗБЕКИСТАНЕ

***Аннотация.*** *В данной статье рассматриваются и освещаются эффективные методы преподавания русского языка как иностранного в технических вузах Узбекистана. Основное внимание уделяется формированию лингвистической и социокультурной компетенции студентов в условиях двуязычия. В работе анализируются традиционные и инновационные методы обучения, рассматриваются возможности интеграции русского языка в профессиональную подготовку, а также подчеркивается важность использования информационных технологий и создания языковой среды. Целью исследования является разработка рекомендаций по оптимизации процесса обучения русскому языку в технических вузах с учетом специфики образовательного учреждения и потребностей студентов.*

***Ключевые слова:*** *инновационный метод, двуязычие, концепция, языковая политика, межкультурная коммуникация, образование.*

## O‘ZBEKISTONDA IKKI TILLILIK SHAROITIDA LINGVISTIK-IJTIMOIY-MADANIY KOMPETENSIYANI SHAKLLANTIRISH UCHUN RUS TILINI O‘QITISHNING SAMARALI USULLARI

***Annotatsiya.*** *Ushbu berilgan maqolada O‘zbekistonning texnik oliy o‘quv yurtlarida rus tilini chet tili sifatida o‘qitishning samarali usullarini o‘rganishga qaratilgan va yoritib berilgan. Asosiy e’tibor ikki tillilik sharoitida talabalarning lingvistik-ijtimoiy-madaniy kompetensiyasini shakllantirishga qaratilgan. Ishda o‘qitishning an’anaviy va innovatsion usullari tahlil qilinadi, rus tilini kasbiy tayyorgarlikka integratsiya qilish imkoniyatlari, shuningdek, axborot texnologiyalaridan foydalanish va til muhitini yaratish muhimligi ko‘rib chiqiladi. Tadqiqotning maqsadi ta’lim muassasasining o‘ziga xos xususiyatlari va talabalarning ehtiyojlarini hisobga olgan holda texnik universitetlarda rus tilini o‘qitish jarayonini optimallashtirish bo‘yicha tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.*

***Kalit so‘zlar:*** *innovatsion usul, ikki tillilik, konsepsiya, til siyosati, madaniyatlararo aloqa, ta’lim.*

## EFFECTIVE METHODS OF TEACHING RUSSIAN LANGUAGE FOR DEVELOPING LINGUISTIC AND SOCIO-CULTURAL COMPETENCE IN THE BILINGUAL CONTEXT OF UZBEKISTAN

***Annotation.*** *This article focuses on studying and highlighting effective methods of teaching Russian as a foreign language in technical universities of Uzbekistan. The main emphasis is placed on developing students' linguistic and socio-cultural competence in a bilingual environment. The work analyzes both traditional and innovative teaching methods, explores opportunities for integrating Russian language into professional training, and examines the importance of using information technologies and creating a languagerich environment. The aim of the research is to develop recommendations for optimizing the process of teaching Russian in technical universities, taking into account the specific characteristics of the educational institution and the needs of students.*

***Keywords:*** *Innovative method, bilingualism, concept, language policy, intercultural communication, education.*