

ВОЛЕЙБОЛ МАШҒУЛОТЛАРИДА ТАЛАБА ҚИЗЛАРНИ ЖИСМОНИЙ РИВОЖЛАНТИРИШНИНГ ТАБАҚАЛАШТИРИЛГАН УСЛУБИЯТИ

Ишланманинг тавсифи:

Лойиха асосида ишлаб чиқилган инновацион *машғулот олиб бориш дастури* волейбол машғулотларида талаба қизларнинг жисмоний қобилиятларини ривожлантириш ва саломатлигини мустаҳкамлашга қаратилган

Инновацион *дастур* волейбол спорт машғулотларини илмий асосда ташкил қилиш ва юқори спорт натижаларга эришишга қаратилган

Лойиханинг янгиллиги:

1. Талаба қизларни қизиқишларига кўра ўзлари танлаган спорт машғулотларига жалб қилиш ва саломатлигини мустаҳкамлашни илмий асосланганлигида.
2. Талаба қизларнинг жисмоний ҳолатларини аниқлаш учун интеграл шкала ишлаб чиқилганлигида.
3. Волейбол машғулотларини режалаштириш ва юкламаларни назорат қилиш услублари ишлаб чиқилганлигида.

Қўлланилиш соҳаси:

Лойихада берилган натижалар қуйидагича қўлланилади:

1. Волейбол машғулотларини ташкил қилишда ҳамда машғулотларни олиб боришда услубий қўлланма сифатида.
2. Талаба қизларни жисмоний ва морфофункционал кўрсаткичларини аниқлашда.
3. Машғулотларни олиб бориш ва мусобақаларга тайёргарлик кўришда.

Асосий техник-технологик кўрсаткичлар:

Талабаларни спорт машғулотларига жалб қилиш ва мусобақаларга тайёрлаш лойихаси 2015-2016 йилларда Урганч Давлат университетида амалга оширилади. Олинган натижалар асосида услубий қўлланма чоп қилинади.

Иқтисодий самарадорлиги:

Волейбол машғулотларида талаба қизларни жисмоний ривожлантиришнинг табақалаштирилган услубияти лойихаси машғулотларини ташкил қилиш бўйича мураббийларнинг малакасини оширишга ёрдам беради.

Ташкилот номи: Урганч Давлат Университети, masharipovfarxod@umail.uz Урганч шаҳар
Ҳ. Олимжон кўчаси, 14-уй Тел: 8(362) 2288788, факс: 8(362) 2288560