

УДК 796

Табынбаев Аскар

Казакбаев Айдос

Мамутов Арислан

Старшие преподаватели

Кафедра Межфакультетская физическая культура

Каракалпакский государственный университет им. Бердаха

г. Нукус, Республика Узбекистан

**ПРЕПОДАВАНИЕ ВОЛЕЙБОЛА В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

Аннотация

Данная статья посвящена преподаванию волейбола в системе физического воспитания общеобразовательной школы. Основная задача дисциплины «волейбол» - формировать у школьников целостное представление к деятельности волейболиста

Ключевые слова: *тренировка, общеобразовательная школа, воспитания, ловкость, гибкость.*

Tabynbaev Askar

Kazakbaev Aidos

Mamutov Arislan

Senior lecturers

Department of Interfaculty Physical Culture

Karakalpak State University named after Berdakh

Nukus, Republic of Uzbekistan

**VOLLEYBALL TEACHING IN THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM
OF A SECONDARY EDUCATIONAL SCHOOL**

Annotation

This article is devoted to the teaching of volleyball in the system of physical education of a general education school. The main task of the "volleyball" discipline is to form a holistic view of the activity of a volleyball player in schoolchildren

Key words: training, general education school, upbringing, dexterity, flexibility.

В системе физического воспитания в общеобразовательных школах особое место принадлежит волейболу. Спортивная подготовка школьников имеет свои специфические черты, которые необходимо учитывать для того, чтобы правильно построить учебно-тренировочную работу по обучению на уроках физкультуры.

Систематические занятия физической культурой положительно влияют на укрепление здоровья детей, их физическое и духовное развитие. Для обучения школьников благоприятное воздействие оказывает такая разносторонняя физическая деятельность, которая построена с учетом положительного взаимодействия применяемых средств с основным двигательным навыком [2].

Задача применяемых упражнений заключается в развитии силы, быстроты, выносливости и гибкости. Организм школьников находится еще в периоде своего незаконченного формирования и физического развития. При этом особо надо отметить, что воздействия физических упражнений на организм школьников может быть положительно, так и отрицательно. Волейбол входит в цикл базовых дисциплин в структуру школьного образования и наряду с другими базовыми дисциплинами имеет существенное значение для формирования двигательных умений и навыков, а также физических качеств у школьников [3].

Основная задача дисциплины «волейбол» - формировать у школьников целостное представление к деятельности волейболиста (техника, тактика, физическая подготовка). При системном подходе, школьник получит определённый набор знаний и умений от этой игры [1].

Волейбол - это спортивная игра традиционно популярна среди всех категорий населения страны, благодаря своему разностороннему воздействию волейбол служит эффективным средством физического воспитания школьников. Практически во всех образовательных учреждениях волейбол введён в учебные программы и широко практикуется

во внеклассной и во внешкольной работе. Волейбол помогает развивать жизненно-важные качества школьника, например как внимание, интенсивность, устойчивость, переключение и т.д.

Изучение техники и тактики игры волейбола направлены на физическое развитие школьников, воспитание у них настойчивости, дисциплины, и коллективизма.

Игра в волейбол способствует гармоничному развитию мышц, ловкости, и координации движений. Большинство игровых приемов волейбола связано с максимальным проявлением быстроты, силы и ловкости.

Волейбол – командная игра и для этой игры характерны разнообразные чередования движений, быстрая смена ситуаций, изменение продолжительности деятельности и интенсивности каждого игрока.

Условия игры волейбола помогают школьникам:

- достигать общей цели подчиняя свои действия интересам коллектива;
- действовать с максимальным напряжением своих сил и возможностей, преодолевать трудности в ходе игры;
- следить за ходом игры, оценивать изменяющуюся обстановку и принимать правильные решения.

Эти особенности способствуют воспитанию у школьников чувства коллективизма, настойчивости, решительности, целеустремлённости, внимания и быстроты мышления, способности управлять своими эмоциями, совершенствовать основные физические качества.

Занятие волейболом формирует у школьников представления к деятельности волейболиста и двигательные навыки, также укрепляет здоровье, развивает основные физические качества школьника и повышает функциональные возможности их организма.

Таким образом, преподавание волейбола в общеобразовательной школе помогает формировать у школьников культуры движения, воспитывать положительные качества личности, соблюдать нормы коллективного взаимодействия в учебной и соревновательной деятельности.

Использованные источники:

- Галкин Г. А. Волейбол как средство физического воспитания в школе // <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/154468-volejbol-kak-sredstvo-fizicheskogo-vozpitanij>
- Особенности проведения занятий по волейболу в различных звеньях отечественной системы физического воспитания// evivi.ru/best/Osobennosti-provedeniya-zanyatii-po-voleibolu-v-razlichnykh-zvenyakh-otechestvennoi-sistemy-fizicheskogo-vozpitaniya-ref233277.html
- Развитие физических качеств школьников различного возраста// <https://infourok.ru/razvitie-fizicheskikh-kachestv-shkolnikov-razlichnogo-vozrasta-1125727.html>