

UMUMTA'LIM MAKTABLARIDA GANDBOL SPORT TURIGA O'RGATISHNING
O'ZIGA XOS XUSUSIYATLARI

Abduraxmonov Saydillo Hakimovich

*Farg'ona davlat universiteti Sport faoliyati fakulteti Sport o'yinlari nazariyasi va
uslubiyati kafedrasida o'qituvchisi.*

saydilloab1988@gmail.com

ORCID:0009-0000-2689-0089

Annotatsiya

Ushbu maqolada umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarida gandbol o'rgatishning metodik asoslari tahlil qilingan. Tadqiqotda o'quvchilarning jismoniy rivojlanish darajasi va yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda mashg'ulotlarni tashkil etish usullari ko'rsatib o'tilgan. Gandbol sportining o'quvchilarda jamoaviylik va chaqqonlik sifatlarini shakllantirishdagi o'rni ilmiy asoslab berilgan.

Kalit so'zlar

gandbol, metodika, jismoniy tarbiya, maktab, texnika, taktika, o'yin mashqlari, jamoaviy hamkorlik.

Аннотация

Научно обоснована роль гандбола в формировании у учащихся качеств коллективизма и ловкости. в общеобразовательных школах. В исследовании показаны методы организации занятий с учетом уровня физического развития и возрастных особенностей учащихся. Научно обоснована роль гандбола в формировании у учащихся качеств коллективизма и ловкости.

Ключевые слова

гандбол, методика, физическое воспитание, школа, техника, тактика, игровые упражнения, командное взаимодействие.

Annotation

The role of handball in the formation of students qualities of teamwork and dexterity has been scientifically substantiated. in general education schools. The study shows the methods of organizing classes, taking into account the level of physical development and age characteristics of students. The role of handball in the formation of students qualities of teamwork and dexterity has been scientifically substantiated.

Keywords

handball, methodology, physical education, school, technique, tactics, game exercises, team interaction.

KIRISH

Bugungi kunda yosh avlodni sogʻlom va har tomonlama barkamol etib tarbiyalashda sport oʻyinlarining, xususan gandbolning oʻrni beqiyos. Gandbol oʻzining qiziqarliligi, yuqori harakat faolligi va barcha mushak guruhlariga birdek yuklama berishi bilan ajralib turadi. Maktab sharoitida ushbu sport turini oʻrgatishda oʻqituvchi nafaqat sport natijasini, balki bolaning psixofizik holatini ham hisobga olishi zarur.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Umumtaʼlim maktablarida gandbol sport turini oʻqitish metodikasi pedagogika va sport psixologiyasi fanlarining chorrahasida turuvchi dolzarb mavzulardan biri hisoblanadi. Ushbu yoʻnalishdagi adabiyotlarni tahlil qilish jarayonida bir nechta asosiy konseptual yondashuvlar koʻzga tashlanadi:

Oʻzbekistonlik mutaxassislar, jumladan **F.A. Kerimov** va **N.I. Abdullaevlar** oʻzlarining ilmiy ishlarida gandbolni oʻrgatishda individual texnikadan jamoaviy taktikaga oʻtish tamoyilini ilgari suradilar. Ularning fikricha, maktab yoshidagi bolalarda (11-14 yosh) harakat koordinatsiyasi jadal rivojlanayotgan davrda asosiy urgʻu "toʻpni sezish" (ball feeling) va fazoviy yoʻnalishni aniqlashga qaratilishi lozim. Mahalliy olimlar gandbolni nafaqat sport turi, balki oʻquvchilarda irodaviy sifatlarni shakllantiruvchi pedagogik qurol sifatida baholaydilar.

Adabiyotlar tahlili shuni koʻrsatadiki, umumtaʼlim maktablarida gandbolni oʻrgatishda anʼanaviy metodlardan voz kechgan holda, **interfaol, oʻyinga asoslangan va bolaning yosh psixologiyasiga moslashtirilgan** yondashuvlarga oʻtish davr talabidir.

METODOLOGIYA

Tadqiqotda quyidagi metodlardan foydalanildi:

1. **Analitik tahlil:** Maktab jismoniy tarbiya dasturlari va metodik qoʻllanmalar oʻrganildi.
2. **Pedagogik tajriba:** Maktabning 6-8 sinf oʻquvchilari oʻrtasida gandbol darslarini oʻtishning anʼanaviy va interfaol usullari qiyoslandi.
3. **Matematik statistika:** Oʻquvchilarning harakat koʻnikmalarini oʻzlashtirish tezligi raqamlarda ifodalandi.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Analitik tahlil. Tadqiqot doirasida Oʻzbekiston Respublikasi Maktabgacha va maktab taʼlimi vazirligi tomonidan tasdiqlangan "**Jismoniy tarbiya**" fani oʻquv dasturi hamda sohaga oid uslubiy qoʻllanmalar qiyosiy tahlil qilindi. Tahlil natijasida quyidagi asosiy yoʻnalishlar aniqlandi:

1. **Dasturiy talablar va vaqt taqsimoti.** Amaldagi oʻquv dasturiga koʻra, gandbol mavzusi 5-sinf dan boshlab tizimli ravishda kiritilgan. Tahlillar shuni koʻrsatadiki, har bir chorakda gandbol elementlari uchun ajratilgan soatlar umumiy harakat faoliyatining **15-20%** ini tashkil etadi.

5-7 sinflarda: Asosiy e'tibor to'p bilan muomala qilish (ushlash, uzatish) va oddiy qoidalariga qaratilgan.

8-9 sinflarda: Texnik harakatlarni murakkablashtirish va darvozaga turli holatlardan (sakrab, yiqilib) zarba berish elementlari ustunlik qiladi.

10-11 sinflarda: To'liq jamoaviy o'yin, pozitsion hujum va himoya tizimlari (masalan, "6-0" yoki "5-1" himoya tizimi) o'rgatiladi.

2. Metodik qo'llanmalardagi yondashuvlar. Mavjud metodik qo'llanmalar (masalan, L.P. Matveev va mahalliy mutaxassislar tavsiyalari) tahlil qilinganda, gandbolni o'rgatishning "**Guruhli o'qitish**" modeli samarali ekanligi aniqlandi. Qo'llanmalarda darsni tashkil etishning quyidagi algoritmi ustuvor deb topilgan:

Tayyorlov qismi: Gandbolchilarga xos bo'lgan maxsus yugurish va chaqqonlik mashqlari.

Asosiy qism: Yangi texnik elementni tushuntirish, uni sherigi bilan takrorlash va o'yin vaziyatiga tatbiq etish.

Yakuniy qism: Diqqatni jamlashga qaratilgan o'yinlar va xatolarni tahlil qilish.

3. Moddiy-texnik bazaning ta'siri. Metodik qo'llanmalarining tahlili shuni ko'rsatdiki, maktab sport zallarining o'lchami (odatda 12x24m yoki 18x36m) standart gandbol maydonidan (20x40m) kichikroq bo'lgani sababli, o'quvchilarga "**Kichik maydonli gandbol**" (Mini-handball) qoidalari moslashtirilgan. Bu esa o'quvchilarning to'p bilan ko'proq kontaktda bo'lishini va o'yin dinamikasini saqlab qolishni ta'minlaydi.

Pedagogik tajriba. Tadqiqotning amaliy qismi sifatida maktabning 6-8 sinf o'quvchilari o'rtasida gandbol darslarini tashkil etishning samaradorligini aniqlash maqsadida pedagogik tajriba-sinov ishlari olib borildi. Tajriba uchun o'quvchilar ikkita guruhga ajratildi:

1. Nazorat guruhi (An'anaviy usul)

Ushbu guruhda darslar standart o'quv dasturi asosida, asosan "**reproduktiv**" (qayta takrorlash) metodida olib borildi.

Dars tuzilishi: O'qituvchi harakatni ko'rsatib beradi, o'quvchilar esa uni qat'iy ketma-ketlikda takrorlaydi (masalan, bir joyda turib to'p uzatish, safda turib darvozaga to'p otish).

Kamchiligi: O'quvchilarda o'yin tafakkuri va kutilmagan vaziyatlarda qaror qabul qilish qobiliyati sust rivojlanadi, darsning emotsional foni past bo'ladi.

2. Tajriba guruhi (Interfaol va o'yin usuli)

Bu guruhda darslar "**muammoli vaziyatli o'yinlar**" va "**interfaol texnologiyalar**" asosida tashkil etildi. Quyidagi innovatsion usullar qo'llanildi:

"Kichik guruhlarda o'qitish" (Peer-teaching): O'quvchilar 3-4 kishilik guruhlarga bo'linib, bir-birining xatolarini tuzatish va texnikani birgalikda mukammallashtirish vazifasini oldilar.

Vaziyatli o‘yinlar (Tactical Games Model): Texnik elementlar alohida emas, balki bevosita o‘yin vaziyatida o‘rgatildi. Masalan, "3 taga 2 ta" hujum uyushtirish orqali o‘quvchilar bo‘sh hududni ko‘rish va tezkor qaror qabul qilishga o‘rgatildi.

Interfaol tahlil: Mashg‘ulot davomida qisqa video-tahlillar yoki planshet yordamida taktik chizmalarni ko‘rsatish orqali o‘quvchilarning vizual tasavvuri kengaytirildi.

Tajriba natijalarini qiyoslash mezonlari:

Tajriba yakunida o‘quvchilarning ko‘rsatkichlari quyidagi 3 ta mezon bo‘yicha baholandi:

- Texnik mahorat:** To‘pni olib yurish va uzatish aniqligi.
- Taktik tafakkur:** O‘yin davomida bo‘sh zonani topish va sherigini ko‘rish qobiliyati.
- Psixologik holat:** O‘yinga bo‘lgan qiziqish va jamoaviy birdamlik darajasi.

Tahlillar shuni ko‘rsatdiki, interfaol usulda dars o‘tilgan **Tajriba guruhida** o‘quvchilarning o‘yin faolligi nazorat guruhiga nisbatan **28% ga yuqori** bo‘ldi. Ayniqsa, kutilmagan vaziyatlarda to‘g‘ri qaror qabul qilish ko‘rsatkichi sezilarli darajada o‘sdi.

Matematik statistika. Tadqiqot davomida o‘quvchilarning harakat ko‘nikmalarini o‘zlashtirish tezligi va samaradorligini aniqlash uchun **Styudentning t-kriteriyasi (t-test)** uslubidan foydalanildi. Tajriba va nazorat guruhlarining ko‘rsatkichlari o‘rtasidagi farq quyidagicha hisoblandi.

1. O‘rtacha arifmetik qiymat va o‘sish sur‘ati

Har bir guruhning umumiy natijasini aniqlash uchun o‘rtacha arifmetik qiymat (X) quyidagi formula yordamida hisoblandi:

Tajriba guruhi (interfaol usul) va Nazorat guruhi (an‘anaviy usul) o‘rtasidagi asosiy farqlar quyidagi formula yordamida aniqlandi:

Harakat ko‘nikmalarini o‘zlashtirish dinamikasi (ballarda):

Nazorat testlari (6-8 sinflar)	Guruhlar	Tajribadan oldin (X ¹)	Tajribadan keyin (X ²)	O‘sish (%)
30 metrga to‘p bilan yugurish (sek)	Tajriba	6.8	5.9	13.2%
	Nazorat	6.7	6.4	4.5%
To‘pni nishonga aniq otish (10 tadan)	Tajriba	3.5	7.8	122.8%
	Nazorat	3.6	5.2	44.4%
To‘pni uzatish va qabul qilish (30 sek)	Tajriba	12.0	19.0	58.3%
	Nazorat	12.5	15.0	20.0%

2. Statistik ishonchlilik (t-kriteriy)

Tajriba guruhi ko‘rsatkichlarining nazorat guruhidan ustunligi statistik jihatdan ishonchli ekanligini isbotlash uchun o‘rtacha kvadratik chetlanish (sigma) va t-kriteriy hisoblab chiqildi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, tajriba yakunida olingan farqlar $P < 0.05$ (ishonchlilik darajasi 95% dan yuqori) ekanligini ko'rsatdi. Bu esa qo'llanilgan interfaol metodikaning an'anaviy metodikaga nisbatan **samaraliroq** ekanligini tasdiqlaydi.

3. Harakat ko'nikmalarini o'zlashtirish tezligi grafiki

O'quvchilarning harakatlarni o'zlashtirish egri chizig'i tahlil qilinganda, tajriba guruhida "**koordinatsion to'siq**" (ya'ni yangi harakatni o'rganishdagi qiyinchilik) nazorat guruhiga qaraganda 2 marta tezroq yengib o'tilganligi kuzatildi.

XULOSA

Umumta'lim maktablarida gandbol o'rgatish jarayonini optimallashtirish uchun an'anaviy darslarni harakatli o'yinlar bilan uyg'unlashtirish zarur. Maqolada keltirilgan uslubiy tavsiyalar jismoniy tarbiya darslarining samaradorligini oshirishga va o'quvchilar o'rtasida sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilishga xizmat qiladi. O'tkazilgan nazariy tahlillar va pedagogik tajriba-sinov natijalari umumta'lim maktablarida gandbol o'rgatish metodikasini takomillashtirish bo'yicha quyidagi xulosalarga kelish imkonini berdi.

Amaliy tavsiyalar: Maktab jismoniy tarbiya o'qituvchilariga dars jarayonida faqatgina quruq mashqlarni takrorlatish bilan cheklanib qolmay, ko'proq vaziyatli o'yinlar va vizual tahlil usullaridan foydalanish, shuningdek, o'quvchilarning individual qobiliyatlarini hisobga olgan holda tabaqalashtirilgan yondashuvni qo'llash tavsiya etiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

- 1.O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni. (Yangi tahriri). Toshkent, 2015-yil.
- 2.Abdullaev N.I. Gandbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. Toshkent: "O'qituvchi", 2018.-240 b.
3. Pavlova L.N. Umumta'lim maktablarida gandbol o'rgatish metodikasi. Metodik qo'llanma. Toshkent: "Ilm-ziyo", 2020.-112 b.
- 4.Kerimov F.A.Sportda ilmiy tadqiqotlar. Darslik.Toshkent:UzDJTSU,2021.-360 b.
5. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi. (Uchebnik dlya vuzov). Moskva: Fizkultura i sport, 2008.-544 s.
6. EHF (European Handball Federation). Methods for teaching Mini-Handball in schools. EHF Education guidelines, 2022. [Elektron resurs].
7. Isroilov Sh.A. Jamoaviy sport o'yinlarini o'qitishda innovatsion texnologiyalar. O'quv-uslubiy qo'llanma.Samarqand, 2019.-156 b.
8. Gonin A.S. Handball: Training and Tactics for Youth Players. International Sports Press, 2021.-198 p.