

XABIBULLAYEV SAMANDAR XABIBULLAYEVICH

**SPORT VA HARAKATLI
O`YINLARNI
O`QITISH METODIKASI
(GANDBOL)**



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
Oliy Ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti

XABIBULLAYEV SAMANDAR XABIBULLAYEVICH

**SPORT VA HARAKATLI O'YINLARNI
O'QITISH METODIKASI
(GANDBOL)**

*(60112200- "Jismoniy madaniyat" ta'lim yo'nalishi
talabalari uchun)
O'QUV QO'LLANMA*



Toshkent
«Nazokathon ziyo print»
2023

UO'K 796/799
KBK 75.48
X-12

XABIBULLAYEV SAMANDAR XABIBULLAYEVICH. SPORT VA HARAKATLI O'YINLARNI O'QITISH METODIKASI (GANDBOL) [O'quv qo'llanma]: – Toshkent. Nazokathon ziyo print – 2023.- 160 bet.

Muallif:

Xabubullayev Samandar Xabibullayevich –
CHDPU Jismoniy madaniyat nazariyasi kafedrasining katta o'qituvchisi.

Taqrizchilar:

Sh. F. To'laganov – *O'zDJTSU. p.f.n., dotsent.*

E. E. Xurramov – *CHDPU. p.f.n., dotsent.v.,b.*

ANNOTATSIYA

Mazkur o'quv qo'llanma oliy ta'lim muassasalarining 60112200-“Jismoniy madaniyat” ta'lim yo'nalishidagi talabalar uchun mo'ljallangan bo'lib, unda gandbol o'yinining paydo bo'lishi va rivojlanishi tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi gandbolchilarning jismoniy tayyorgarligi, musobaqalarni tashkil etish va o'tkazish, o'quv-mashg'ulot jarayonini rejalashtirishning asosiy tomonlari yoritilgan.

Ushbu o'quv qo'llanmadan jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat yo'nalishining professor-o'qituvchilari va bolalar murabbiylari ham foydalanishlari mumkin.

ISBN 978-9910-9965-1-1

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIV TA'LIM,
FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI
AXBOROT RESURS MARKAZI

KIRISH

O'zbekistonda bolalar va yoshlar ommaviy sportini rivojlantirishni ta'minlash maqsadida, joylarda sport muassasalarining barpo etilishi, oliy o'quv yurtlarining sport klublarida tashkil etilgan sport seksiyalari, sport maktablari va umumiy o'rta talim maktablarida sport turlaridan to'garaklar, faoliyatining yo'lga qo'yilishi, ularning tegishli jihozlar va malakali sport murabbiylari bilan ta'minlanishi, jismoniy tarbiya va sport bilan shug'ullanayotgan bolalar va yoshlar soni yildan-yilga ortib borishiga asos bo'lmoqda.

Yoshlarda sportga bo'lgan havas va intilishni, jamiyatda sog'lom turmush tarzi tamoyillarini yanada kuchaytirish, yosh iqtidorli sportchilarni tanlab olish, ularda professional mahorat va ko'nikmalarni rivojlantirish, sport turlari bo'yicha mamlakat terma jamoalariga sport zahirasini tayyorlash, o'quvchi va talabalarni sport mashg'ulotlariga uzluksiz jalb etishga qaratilgan sport musobaqalari tizimini yanada takomillashtirish maqsadida qator qaror va farmonlar qabul qilindi.

O'zbekiston Respublikasining 2015 yil 4 sentyabrdagi “Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida” gi O'RQ-394-sonli Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 5-martdagi PF-5368-son “Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi farmoni. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2018 yil 25 oktyabrdagi 864-sonli “O'quvchi va talaba yoshlar o'rtasida o'tkaziladigan Respublika sport musobaqalari tizimini yanada takomillashtirish” to'g'risidagi qarori. 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-son “O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida” gi farmonining ishlab chiqilishi, undan tashqari 2000-yildan boshlab uzluksiz sport musobaqalari tizimi asosida talabalar o'rtasida “Universiada”, o'rta maxsus, kollej va litsey o'quvchilari o'rtasida “Barkamol avlod” va umumiy o'rta ta'lim maktab o'quvchilari o'rtasida “Umid nihollari” sport

musobaqalarining o'tkazila boshlaganligi ko'p sport turlari qatorida gandbol sportini ham respublikamizda rivojlanishiga asos bo'lmoqda.

Mazkur qaror va farmonlar ommaviy sport, ayniqsa, bolalar va yoshlar sportini ilmiy asosda rivojlantirish, uning tashkiliy asoslarini yaratishga alohida e'tibor qaratish vazifasini yuklamoqda.

Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishini ilmiy asosda ta'minlash masalalariga juda katta e'tibor berilmoqda. Ayniqsa, bu borada mazkur yo'nalishga oid fanlarni rivojlantirish, sport va jismoniy tarbiya tadbirlarini ilmiy asosda tashkil etish, ilmiy infrastrukturani rivojlantirish hamda ushbu jarayonlarda ilm-fan yutuqlari va sport sohasidagi ilg'or jahon tajribasiga tayanish muhim ahamiyat kasb etadi.

Ushbu o'quv qo'llanma ilmiy tadqiqotlar, shuningdek mamlakatimiz va xorijiy gandbol mutaxassislarining ilg'or tajribalarini umumlashtirish asosida tayyorlandi. O'quv qo'llanmadan mamlakatimizdagi umumta'lim maktablari, akademik litseylarida tahsil olayotgan o'quvchilar, oliy o'quv yurtlari talabalari, murabbiylar va sportning gandbol turi bilan qiziqadigan barcha insonlar foydalanishlari mumkin.

I BOB. GANDBOL O'YININING PAYDO BO'LISHI VA RIVOJLANISHI

1.1. Gandbol o'yininig tarixi

1898 yil - gandbolga asos solingan yil hisoblanadi. Daniyaning Ordrup shahridagi gimnaziyalardan birining o'qituvchisi Xolger Nilson futboldan farq qiladigan, qizlar uchun ham mos keladigan, yomg'irli havoda zalda o'ynasa bo'ladigan yangi sport o'yinini yaratishga qaror qiladi. U darvozabonlarni qoldirib, jamoa sonini qisqartirib, to'pni uzatish va otish faqat qo'l bilan bajarilishini taklif qiladi. Shu tariqa olamda «Xandbol» inglizchadan tarjima qilinganda hand-qo'l, ball-to'p ya'ni "qo'l to'pi - gandbol" yuzaga keladi va keyinchalik tezda butun jahonga tarqab ketadi.

1904 yili birinchi bo'lib Daniya gandbol federatsiyasi tashkil topdi. 1906 yili Kopengagen shahrida gandbol o'yinining dastlabki qoidalari nashr etildi. Ushbu qoidalarining muallifi ham Xolger Nilson hisoblanadi.

1930-1960 yillardagi 11x11 gandbol bo'yicha jahon chempionati xalqaro musobaqalar taqvimida muhim o'rin tutgan. Bu davrda erkaklar o'rtasida yettita ayollar o'rtasida uchta jahon chempionati o'tkazildi. XX-XXI Olimpiya o'yinlari dasturiga 7x7 gandbolining kiritilishi (1972-1976 yillar) 11x11 gandbol o'yini taqdirini oldindan belgilab berdi. Dunyodagi barcha etakchi mamlakatlar kichik maydonda 7x7 gandbolni o'ynashga o'tishdi. Bir qator milliy federatsiyalar erkaklar o'rtasida 11x11 gandbol bo'yicha sakkizinchi, ayollar o'rtasidagi uchunchi marta o'tkaziladigan jahon chempionatida ishtirok etishdan bosh tortgach xalqaro gandbol federatsiyasi gandbol bo'yicha 11x11 jahon chempionatlarini o'tkazishni to'xtatishga qaror qildi (3-6-jadval).

Gandbol bo'yicha birinchi jahon chempionati (erkaklar) 1938 yil 5-6 fevralda Berlindagi Deutschlandhalle gimnaziyasida erkaklar jamoalari o'rtasida 7x7 bo'lib o'tdi. Unda atigi 4 ta jamoa ishtirok etdi (Shvetsiya, Daniya, Germaniya, Avstriya) o'yinlar qisqartirilgan qoidalar bo'yicha o'tkazildi 15 daqiqadan

2 ta bo'lim.

Ikkinchi jahon urushi xalqaro gandbolning rivojlanishini to'xtatdi. Keyingi ikkinchi jahon chempionati oradan o'n olti yil o'tib, 1954 yilda bo'lib o'tdi. Unda 6 ta jamoa ishtirok etib musobaqa GDR gandbol federatsiyasi tomonidan tashkil etilgan.

Uchunchi jahon chempionatidan (1958) yildan buyon chempionlik uchun 16 ta jamoa kurash olib bordi. Uch yillik sikl 1970 yilgacha mavjud bo'lib, qo'l to'pi Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilganidan keyin u to'rt yillik sikl bilan almashtirildi.

1995 yildan beri jahon chempionatlarining final turnirlarida 24 ta jamoa ishtirok etib, musobaqa har ikki yilda bir marta o'tkazila boshlandi. 2021 yilda finalda chempionat turnirida ilk bor 32 jamoa ishtirok etdi. 1938 yildan to 2023 yilgacha jami 28 ta jahon chempionati o'tkazilgan (1-jadval).

7x7 gandbol bo'yicha ayollar jamoalari o'rtasida jahon chempionatlari 1957 yildan beri o'tkazib kelinadi.

Dastlab jahon chempionatlarining final turnirlarida 9 ta jamoa qatnashgan bo'lsa, 1973 yildan boshlab ularning soni 12 taga, 1986 yildan boshlab esa 16 taga ko'paytirildi. 1997 yildan 24 gacha, 2021 yilda birinchi marta turnirda 32 ta jamoa ishtirok etdi. 1993 yildan beri ayollar o'rtasidagi jahon chempionati har ikki yilda bir marta muntazam ravishda o'tkaziladi. 1957 yildan to 2021 yilgacha jami 25 ta jahon chempionati o'tkazilgan (4-jadval).

1925-yilda Germaniya terma jamoasining Avstriya terma jamoasi bilan birinchi xalqaro uchrashuvi bo'lib o'tdi. Germaniya terma jamoasi o'yinda 5:6 hisobida mag'lubiyatga uchradi.

1928-yilda Amsterdamda Xalqaro havaskor gandbol federatsiyasi (IGF) tashkil etildi. Dastlab bunga 11 mamlakat a'zo bo'lgan.

Sobiq Ittifoqda qo'l to'pi bo'yicha birinchi yirik musobaqa 1928 yili I Butunittifoq spartakiadasi doirasida o'tkazilgan. 1955 yilda Butunittifoq qo'l to'pi federatsiyasi tashkil topgan. 1962 yildan boshlab erkaklar va ayollar o'rtasida muntazam Ittifoq chempionatlari o'tkazilib turgan.

1946 yil Xalqaro gandbol federatsiyasi tashkil topgan (International Handball Federation IHF). Uning shtab kvartirasi Shveysariyaning Bazel shahrida joylashgan bo'lib, uning a'zolari hozirda 209 ta milliy federatsiyani o'z ichiga oladi. Har bir a'zo davlat oltita mintaqaviy konfederatsiyadan birining a'zosi bo'lishi kerak. Afrika, Osiyo, Evropa, Shimoliy Amerika va Karib dengizi, Okeaniya, Janubiy va Markaziy Amerika, Misrlik doktor Hasan Mustafo 2000 yildan beri IHF prezidenti.

JAHON CHEMPIONATLARIDA SOVRINDOR BO'LGAN TERMA JAMOALAR (Erkaklar)

Yillar	O'tkazilgan joy	Egallagan o'rni		
		1-o'rin (champion)	2-o'rin (finalchi)	3-o'rin
1 1938	Germaniya	Germaniya	Avstriya	Shvetsiya
2 1954	Shvetsiya	Shvetsiya	GFR	Chexoslovakiya
3 1958	GDR	Shvetsiya	Chexoslovakiya	Germaniya
4 1961	GFR	Ruminiya	Chexoslovakiya	Shvetsiya
5 1964	Chexoslovakiya	Ruminiya	Shvetsiya	Chexoslovakiya
6 1967	Shvetsiya	Chexoslovakiya	Daniya	Ruminiya
7 1970	Fransiya	Ruminiya	GDR	Yugoslaviya
8 1974	GDR	Ruminiya	GDR	Yugoslaviya
9 1978	Daniya	GFR	SSSR	GDR
10 1982	FRG	SSSR	Yugoslaviya	Polsha
11 1986	Shveysariya	Yugoslaviya	Vengriya	GDR
12 1990	Chexoslovakiya	Shvetsiya	SSSR	Ruminiya
13 1993	Shvetsiya	Rossiya	Fransiya	Shvetsiya
14 1995	Islandiya	Fransiya	Xorvatiya	Shvetsiya
15 1997	Yaponiya	Rossiya	Shvetsiya	Fransiya