

GANDBOL O'YINI HAQIDA UMUMIY MA'LUMOTLAR SPORT TO'GARAGIGA TANLOV O'TKAZISH

Salimov Pulat Zokirovich

Samarqand viloyati Urgut Tuman 11.-umumiy o'rta ta'lim maktabi

Jismoniy tarbiya fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Yosh gandbolchilarni tanlash va tayyorlashda umumta'lim maktablaridagi gandbol bo'yicha kuni uzaytirilgan va o'quv mashg'ulotlari chuqur o'zlashtirilgan maxsus sinflar katta ro'l o'ynaydi. Bunda bolalar gandbolga mehr qo'yadilar va gandbol o'ynash sirlarini o'rganadilar. Ushbu maqolada gandbol o'yini haqida umumiy ma'lumotlar sport to'garagiga tanlov o'tkazish haqida so'z yuritilgan.

Kalit so'zlar: gandbol, erkaklar musobaqasi, sport to'garagi, xalqaro gandbol federatsiyasi, sport maktabi, Xalger Nilson, chempionat, musobaqalar.

Gandbol (nem. hand - qo'l, ball - to'p), qo'l to'pi — sport o'yini. 19-asr oxirida Yevropada paydo bo'lgan. Daniyalik Xalger Nilson ixtiro etgan (1895). Gandbol uchun kattaligi 40x20 m li maydon kerak og'irligi 325—475 g, aylanasi 54—58 sm bo'lgan charm to'p bilan o'ynaladi. Maydonning ikki tomonida eni 3 m, balandligi 2 m bo'lgan darvozalar o'rnatiladi. Har bir jamoada 7 yoki 11 o'yinchi qatnashadi. O'yinchi to'p bilan faqat 3 qadam qo'yishi va uni qo'lida 3 sekundgacha tutib turishi mumkin. O'yin 2 bo'limdan iborat bo'lib, erkaklar musobaqasi 1 soat, ayollar musobaqasi 50 daqiqa davom etadi. Xalqaro gandbol federatsiyasiga 1946 yil asos solingan 106 mamlakat a'zo. 1972 yildan erkaklar, 1976 yildan ayollar Gandbolni Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan. 1938 yildan erkaklar o'rtasida, 1956 yildan ayollar o'rtasida jahon birinchiligi o'tkaziladi.

O‘zbekistonda Gandbol 1923—24 yillarda paydo bo‘lib, birinchi musobaqa 1926 yilda Toshkentda o‘tkazilgan. 1991 yil O‘zbekiston Respublikasi Gandbol federatsiyasi tuzildi. Respublikaning barcha viloyatlarida Gandbol bo‘yicha bolalar sport maktablari, erkaklar, ayollar va bolalar jamoalari bor. 1991 yildan O‘zbekiston chempionata muntazam o‘tkaziladi. O‘zbekiston Gandbolchilari terma jamoasi (ayollar) Osiyo chempionatida 4-o‘rinni egalladi va Germaniyada o‘tkazilgan jahon birinchiligi musobaqalarida qatnashdi (1997). O‘zbekistonda xizmat ko‘rsatgan sport ustozlari F. Abdurahmonov, V. Kaplinskiy, xizmat ko‘rsatgan sport ustasi, Olimpiya o‘yinlari va jahon chempioni M. Vasilyev, xalqaro miqyosdagi sport ustasi, jahon chempioni S. Zemlyanova, sport ustalari A. Abzalova, Olga Abdulla va boshqalarning G. rivojlanishida katta hissasi bor. Respublikamizda gandbolning rivojlanishi. 1938 yilda Respublikamizda gandbol bo‘yicha birinchi chempionat o‘tkazildi. 1960 yilgacha O‘zbekistonda Toshkent Oliy Harbiy bilim yurtida talim oluvchi kursantlar orasida 11x11 qo‘l to‘pi musobaqalari o‘tkazilgan. 1960 yili Xarkov shahrida yoshlar orasida qo‘l to‘pi bo‘yicha Butunittifoq musobaqalari o‘tkazildi va shundan so‘ng sportning bu turi mamlakatda tez rivojlana boshladi. 1960 yilda O‘zbekiston Davlat jismoniy tarbiya institutida ilk bor qo‘l to‘pi mutaxassisligi bo‘limi ochildi. 1960 yildan boshlab Toshkent shahar birinchiliklarida 16-20 jamoa qatnasha boshladi va O‘zbekiston gandbolchilarining sobiq Ittifoq musobaqalarida qatnasha boshlagan yili deb qayd etildi. O‘zbekiston terma jamoasini tashkil etgan F.Abdurahmonov, M.Jukov, B.Pikin, V.Ogirenko, M.Sirotenko, M.Magdullin, A.Oleynikov, N.Rahmatov, A.Pantasenko va A.Sodiqov O‘zDJTI va Toshkent Irrigatsiya instituti jamoalari vakillari edi. Sobiq Ittifoq chempionatlarida jamoaga V.Sevastyanov va V.Lemeshkovlar murabbiylik qilgan. Har bir sport maktabida gandbol bo‘yicha maxsus sinflarning ochilishi o‘quv mashg‘ulotlari mazmunini yanada ham oshiradi. Bunda mashg‘ulotlar mazmunini kuniga ikki maxal o‘tkaziladi. Bugungi kunda gandbolning kun sayin rivojlanishi

jismonan eng baquvvat va istedodli o'yinchilarni tanlab olish talab qiladi. Shuning uchun ham gandbolchilarni tayyorlashdagi eng asosiy masala –umidli yoshlarni tanlab olishdir. Bolalar va o'smirlar sport maktablari hamda sport yo'nalishidagi maktab –internatlar nizomida ko'rsatib o'tilganidek, istedodli va umidli sportchilarni tanlab olish butun o'qish jarayonida olib boriladi. Har yili o'qishga qabul qilish vaqtida o'quvchilarni tanlab olish yoki bir yosh guruhidan ikkinchisiga o'tkazish masalasi ularni har tomonlama tekshirib ko'rish yo'li bilan hal etiladi. Keyingi yillarda gandbolga doir ko'pgina ilmiy maqolalar, uslubiy ko'rsatmalar va qo'llanmalarda yosh gandbolchilarni tanlab olish masalalari keng yoritilmoqda. Hususan, K.A.Shperlingning ilmiy asoslangan fikrlari ayniqsa, foydalidir. Muallifning fikricha, hozirgi davrda gandbolchi tayyorgarligini boshqaruvchi yagona jarayon deb qaramoq kerak. Bolalarning yoshlariga hamda ular oldiga qo'yiladigan mashg'ulotlarning maqsadi va vazifalariga ko'ra boshqaruvchi jarayonni 3-4 davrga bo'lish mumkin. Birinchi davr (7-9yosh) dastlabki tayyorgarlik davri deb qaraladi. Bu davrdagi asosiy vazifa bolalarda gandbolga bo'lgan qiziqishni uyg'otish va sport maxorati uchun umumiy zamin yaratishdir. Bu vazifalarni amalga oshirishda maxsus mashg'ulotdan tashqari darsdan keyingi seksiya va to'garak ishlari vaqtidan foydalanish Ikkinchi davr (10-12 yosh) ham biologik ham pedagogik jihatidan tanlab olib boshlashning eng muxim davri hisoblanadi. Uchinchi davr (13-16 yosh) ixtisoslikni chuqur o'zlashtirish davri. To'rtinchi davr (16 yosh va undan katta) sportda takomillashish davridir. Bunda gandbolchi o'smirlar katta yoshlilar jamoalariga tanlab olinadi. Bu davr guruh va jamolarni tashkil etish hamda mashg'ulotlarni olib borishda o'ziga hos hususiyatlarga ega. Olimlarni fikricha yosh gandbolchilar tayyorgarlikni kompleks tekshirish dasturi o'ziga hos qator hususiyatlarga ega bo'ladi. Birinchidan, uning mazmunini o'yinchining barcha harakat va ruxiy sifatlarini

imkon boricha to'la aks ettirishi kerak. Ikkinchidan, tekshirish natijalari faqatgina yuklanmalarni rejalashtirish uchun emas, balki tanlab olish, kelajagi bor iste'dodli yoshlarni aniqlash uchun ham hisobga olinadi. Keyinroq o'ziga xos malaka va maxoratga ega bo'lgan bolalar aniqlanadi. Bu davrda ularning gandbol bo'yicha o'quv mashg'ulotlari talablariga qobiliyati borligini aniqlovchi chuqur tekshirishlar o'tkaziladi. Murabbiylar pedagogik kuzatishlar va maxsus nazorat mashqlari tizimidan foydalanib, bolalarning gandbol o'yini uchun kerakli bo'lgan ko'nikma va mahoratlari haqida to'liq ma'lumot oladilar. Gandbol mashg'ulotlarida bolalarning (qobiliyatiga baxo berish) harakatlari uchun va ruxiy xusiyatlarini aniqlaydigan nazorat mashqlari tanlanadi. Sinovlardan olingan natijalar maktabga yangi qabul qilingan o'quvchining kelajakda qanday o'qishi haqida murabbiyga ma'lumot beradi. Tanlab olingan murabbiy tanlash sinovlarini bir necha bosqichda o'tkazadi. Gandbol bo'limi mashg'ulotlariga sog'ligi juda yaxshi bo'lgan 9-10 yoshli bolalar qabul qilinadi. Avval murabbiy bolalar bilan tanishadi. Qobiliyatli bolalarni tanlab olgach, ular bilan nazorat sinovlari asosida gandbol bo'yicha dastlabki mashg'ulotlarni o'tkazadi. Keyinchalik bolalar gandbolning yosh sportchilarga qo'yadigan talablari asosida tanlanadi. Bolada gandbol o'yiniga layoqat mavjudligini tasdiqlovchi o'ziga hos ko'rsatkichlarga baho berish birinchi navbatda test o'tkazish va kuzatish natijalariga bog'liq bo'ladi. Yosh gandbolchining o'ziga xos qobiliyatini rivojlantirish usul va vositalarini to'g'ri tanlash katta ahamiyatga ega. Gandbol bo'yicha o'quv guruhlar tashkil etish va bolalarning sportdagi natijalarini oldindan aytib berishda testlar o'tkazish usuli va o'yinga tayyorgarlikni tahlil qilish asos qilib olinadi. Bunda pedagogik mahorat va shug'ullanuvchilar sog'lig'i to'g'risidagi ma'lumotlarni ham e'tiborga olish lozim. Bundan tashqari, bolaning ruxiy imkoniyatlariga to'g'ri baho berish ham katta ahamiyatga ega bo'ladi. Bu yosh sportchining ruxiy sifatlarini ravojlanish darajasini aniqlashga, gandbolchining o'yin usullarini yaxshi o'rganib olishga imkon beradi.

Birinchi bosqichda gandbol o'yiniga qobiliyatli bolalar tanlanadi va tanlangan sport mutaxassisligi bo'yicha dastlabki mashg'ulotlar tashkil etiladi. Dastlabki tayyorgarlik bosqichida bolaning gandbol o'yiniga yaroqliligi, tanlangan mutaxassislikka bola imkoniyatlarining javob bera olishi va taklif etiladigan ta'sir vositalari hamda dastlabki ko'rsatkichlarining o'zgarish darajasi aniqlanadi. Ikkinchi bosqichda bolaning tanlangan mutaxassislikka qobilyati test ko'rsatkichlari dinamikasining o'sib borishi asosida chuqur taxlil qilinadi. 1,5-2 yil mobaynida to'g'ri tashkil etilgan o'quv –mashg'ulotlari orqali gandbolchining o'yin faoliyati uchun kerak bo'lgan asosiy hususiyatlari bilib olinadi. Bolaning gandbolni tanlashi maqsadga qanchalik muvofiqligi 2 yil ichida bilinadi, shundan so'ng murabbiy bu haqda qat'iy qarorga kelishi mumkin. Binobarin bolalarni tanlab olish, guruhlarini tashkil etish 2 yil davom etadi. Buning natijasida shu sport turini tanlagan yoshlarning maktabdagi o'qishlariga va boshqa shaxsiy xususiyatlari rivojlanishiga halaqit bermagan holda ularning yuqori sport natijalariga erisha olishlarini aniqlab, o'quv guruhlarida qoldirish zarurligini oldindan aytib berish mushkul bo'ladi.[7] Gandbol mashg'ulotlari bo'yicha o'quv guruhlarini tashkil etish uchun bolalarni tanlashda ularning bo'yiga aynisa katta ahamiyat berish lozim. Gandbol bo'yicha sport maktablariga bolalarni tanlab olishda quyidagi testlar qo'llaniladi:

- 30 metrga yugurish (sek.).
- To'pni olib 30 metr yurish(sek.).
- Tennis koptogini uzoqqa otish (m.).
- Turgan joydan uzunlikka sakrash (sm.).
- Turgan joydan uch hatlab sakrash (bolalar uchun sm.).
- Oltita ustunchani aylanib o'tish (masofa 30 m/s).

Murakkab kompleks mashqlarni bajarishda hamda harakatli o'yinlarda qatnashish. Tanlov sinovlari o'tkazish uchun mo'ljallangan nazorat mashqlarini

tahlil qilish shuni ko'rsatadiki, ular o'z hajmi va ko'rsatkichlari bo'yicha gandbol o'yini uchun zarur bo'lgan hozirgi zamon talablariga bemalol javob beradi, chunki ular harakat malakalarini hosil qilish asosida bolaning jismoniy qobiliyatlarini aniqlashga xolisona yordam berishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chara-tadbirlari to'g'risidagi qarar. 27-may 1999 yil.

2. "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport to'g'risida" gi O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartirishlar va qo'shimchalar kiritish haqidagi qaror. 26-may 2000 yil.

3. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tashkil etish to'g'risida" gi farmoni " 2002 yil.

4. O'quvchi va talaba yoshlarni sportga jalb qilishga qaratilgan uzluksiz sport musoboqalari tizimini tashkil etish to'g'risidagi qaror. 3- iyun' 2003 yil.

5. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishga doir qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida" gi qarori. 1-may 2006 yil.

6. Usmonxujayev T. Boshlang'ich sinflarda jismoniy tarbiya darslari. 1996 y.

7. Gandbol. F.Abduraxmonov, S.Pavlov T. 2005

8. Gandbol. (Jismoniy tarbiya insituti va jismoniy tarbiya fakultetlari uchun darslik) F.Abduraxmonov, S.Pavlov, J.Akramov T. 2007 y.

9. Jismoniy tarbiY. T.S.Usmonxujayev, V.Yusupov, J.Akramov, S.T.Usmonxujayev T. 2008 y.

10. Mo'minov A. va boshqalar. O'zbekiston iftixorlari. Toshkent, «O'qituvchi», 1999 y.

11. Gandbol J.Akramov T. 2008

12. Gandbol J.Akramov T. 2008

13. Normurodov A. Jismoniy tarbiY. Toshkent, 1996 y.

14. www. ZIYONET. UZ

15. www. YANDEX. UZ

16. www LEX. UZ