

**MAKTABLARDA GANDBOL SPORT TURINI RIVOJLANTIRISH
METODLARI**

Safarova Shaxlo Abdurasul qizi

Samarqand shahar 40-umumta'lim maktabi jismoniy tarbiya o'qituvchisi

safarovashahlo959@gmail.com

Annotatsiya: Maktablarda gandbol sport turini rivojlantirish zamonaviy ta'lim va tarbiya tizimining muhim masalalaridan biridir. Gandbol sporti nafaqat jismoniy sog'lomlikni oshirishga, balki yoshlarni jamoaviy ishga o'rgatish, ularning ijtimoiy ko'nikmalarini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Bu sport turi maktab yoshidagi bolalarning sog'lom turmush tarzini rivojlantirish, jismonan faollik darajasini oshirish va intellektual qobiliyatlarini yaxshilashga xizmat qiladi. Shu bois maktablarda gandbol sport turini rivojlantirish uchun samarali metodlarni ishlab chiqish va qo'llash dolzarb vazifa sanaladi.

Kalit so'zlar: gandbol, jismoniy tarbiya, sog'lom turmush tarzi, maktab, bolalar, ijtimoiy ko'nikmalar, ta'lim, sport tadbirlari, musobaqalar.

Gandbol sportini maktablarda rivojlantirishda birinchi navbatda uning ahamiyati va foydalari keng targ'ib qilinishi zarur. O'qituvchilar, ota-onalar va o'quvchilar orasida gandbolning jismoniy salomatlikni mustahkamlashdagi o'rni haqida to'g'ri tushunchalarni berish juda muhimdir. Shuningdek, maktablarda gandbolga qiziqishni oshirish uchun turli sport tadbirlari, musobaqalar va ko'rgazmalar o'tkazilishi, yosh sportchilarni rag'batlantirish tizimlari ishlab chiqilishi kerak. Bu usul orqali o'quvchilar orasida sportga bo'lgan muhabbatni kuchaytirishga erishish mumkin bo'ladi. Sport mashg'ulotlarida metodik yondashuv muhim ahamiyat kasb etadi. Gandbolni o'qitishda dastlabki bosqichda asosiy texnik va taktika ko'nikmalarini samarali o'rgatish lozim. Har bir o'quvchiga o'ziga xos yondashuv bilan yondoshish, ularning individual qobiliyatlarini inobatga olish zarur. Mashg'ulotlar mavzusi qiziqarli, o'yin ko'rinishida tashkil etilishi,

o'quvchilarda faol qatnashish ruhini uyg'otishi kerak. Shu bilan birga, sport mashg'ulotlarini nazorat qilish, o'quvchilarning harakatlar sifatini doimiy ravishda baholab borish, kerak bo'lsa tuzatishlar kiritish juda muhimdir.[1]

Gandbol sportini rivojlantirishda ijtimoiy va psixologik omillarni ham inobatga olish kerak. Yosh sportchilar bilan ishlashda motivatsiyani oshirish metodlari qo'llanilishi zarur. Ularning sportga qiziqishi, yutuqlarga intilishi, jamoada hamkorlik va o'zaro hurmatni rivojlantirish, shuningdek ruhiy bardoshlilikini oshirishga alohida e'tibor berilishi lozim. Bu yoshlarning nafaqat jismonan, balki ma'nan ham sog'lom va barkamol shaxs sifatida shakllanishiga xizmat qiladi. Maktablarda gandbol sportini rivojlantirishda zarur jihozlar va infrastrukturani yaratish masalasi ham muhimdir. Sport zalidagi pol, to'p, darvozalar va boshqa jihozlar sifatli va yoshlarning xavfsizligi talablariga javob berishi shart. Maktab rahbariyati va sport bo'limi mutasaddilari bu borada mas'uliyatli yondashib, zamonaviy sport jihozlarini ta'minlash uchun moliyaviy va tashkiliy yordam ko'rsatishi lozim. Uzluksiz ravishda jihozlarni yangilab borish, ularning texnik holatini nazorat qilish zarur.[2]

Maktablararo hamkorlikni rivojlantirish, hududiy sport musobaqalarini tashkil etish ham katta ahamiyatga ega. Bu yosh sportchilar uchun maqsad va rag'bat manbai bo'lib xizmat qiladi. Musobaqalar o'quvchilarni sportga jiddiy yondashishga undaydi, o'z-o'zini rivojlantirish va mahoratni oshirish imkonini yaratadi. Shu bilan birga ota-onalar ham maktabdagi sport hayotiga faol jalb qilinishi, ularning qo'llab-quvvatlashi yoshlarning sportga qiziqishini oshiradi. Gandbolni o'qitishda o'quv dasturlarini yangilash va modernizatsiya qilish zarur. An'anaviy darslar bilan birga interaktiv o'quv metodlari, video materiallar, treninglar, seminarlar va master-klasslar joriy etilishi samarali bo'ladi. Bu yoshlar uchun o'rganishni qiziqarli va samarali qiladi, shuningdek murabbiylarning malakasini oshirishga yordam beradi. Malakali murabbiylar bilan ishlash, ularni muntazam professional tayyorgarlikdan o'tkazish maktablarda gandbol sportining sifatli rivojlanishini ta'minlaydi.[3]

Sport bilan shug'ullanish yoshlarning sog'lig'ini mustahkamlash, ularda

intizom, mehnatsevarlik va jamoaviy ruhni shakllantirish imkonini beradi. Gandbol sporti aynan shu xususiyatlari bilan ajralib turadi. Shu bois ham maktablarda bu sport turining rivojlanishi o'zbek yoshlarining jismonan va ma'nan sog'lom, barkamol shaxs sifatida kamolat topishining muhim omillaridan biri hisoblanadi. Gandbol sport turini rivojlantirish orqali maktab o'quvchilari orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, yoshlarni faol hayotga rag'batlantirish mumkin bo'ladi.[4]

Xulosa:

Xulosaga keladigan bo'lsak, maktablarda gandbol sport turini rivojlantirish uchun kompleks yondashuv zarur. Bu yondashuvning asosiy tarkibiy qismlari sifatida sportni targ'ib qilish, sifatli o'quv-metodik ishlarni tashkil etish, yoshlarni motivatsiyalash, zamonaviy infratuzilma yaratish, o'quv dasturlarini takomillashtirish hamda maktablararo sport musobaqalarini o'tkazish kiradi. Shu tarzda tizimli ish olib borilsa, maktab yoshlarida nafaqat jismoniy salomatlik, balki yuqori huquqiy madaniyat, jamoaviy ruh va yuksak sport mahorati shakllanadi. Gandbol sporti yoshlar tarbiyasida muhim omil sifatida yangi avlodni sog'lom, faol va bardam bo'lishiga yordam beradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Qodirov, J. D. (2023). Gandbol nazariyasi va uslubiyati. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti Nashriyoti.
2. Islomova, S. (2024). Maktablarda jismoniy tarbiya sifatini oshirishda gandbol sportining o'rni. Sport Ta'limi Jurnal, 9(2), 15-27.
3. Nurmatov, A. T. (2023). Gandbol tarixiy rivojlanishi va ta'lim muassasalarida tatbiqi. Ilmiy ishlar to'plami, 11(1), 55-63.
4. Karimova, L. (2022). Gandbol sporti asoslari va yoshlarni sportga jalb etish metodlari. Pedagogika va Sport, 8(4), 22-35.
5. Ergashev, M. (2023). O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish. Maktab Sporti, 12(3), 10-20.
6. Toshmatova, N. (2024). Yoshlar o'rtasida gandbol sportini ommaviylashtirish. Mahalliy sport tadqiqotlari, 5(1), 44-52.

7. Saidova, D. (2023). Gandbol sporti bo'yicha maktablararo musobaqalar samaradorligini oshirish. Sport va Innovatsiyalar, 7(2), 33-41.
8. Xolmirzaev, B. (2022). Gandbol sportini rivojlantirishda zamonaviy ta'lim texnologiyalari. Jismoniy madaniyat va sport, 6(3), 28-39.