

G'AFUROV NODIR MUXITDINOVICH

**SPORT VA HARAKATLI
O'YINLARNI O'QITISH
METODIKASI (QO'L TOPI)
FANIDAN
USLUBIY QO'LLANMA**



**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS
TA'LIM VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

G'AFUROV NODIR MUXITDINOVICH

**SPORT VA HARAKATLI O'YINLARNI
O'QITISH METODIKASI (QO'L TOPI)
FANIDAN
USLUBIY QO'LLANMA**

*Uslubiy qo'llanma 5112000 – jismoniy tarbiya fakultetlari, sport
kollejlari va sport maktabi murabbiy - o'qituvchilari hamda
talabalariga mo'ljallangan.*

**“Durdona” nashriyoti
Buxoro – 2021**

Ushbu o'quv qo'llanmada qo'l to'pi sport turi o'yinchilarini tayyorlashda o'yin qoidalari o'zgargan sharoitda psixologik, texnik va taktik tayyorgarliklarining asosiy qirralarini ochib berishga va mashg'ulotlar jarayonining qoida va prinsiplarini kitobxonlar hukmiga havola etishga harakat qilib ko'rdik.

Ushbu uslubiy qo'llanma qo'l to'pi sport turini ommaviylashtirish yo'lida ish olib borayotgan o'qituvchi - murabbiylarga ma'lum darajada amaliy va nazariy yordam beradi.

Tuzuvchi: **G'afurov Nodir Muhitdinovich**
Buxoro Davlat Universiteti Jismoniy madaniyat
fakulteti "Fakultetlararo jismoniy madaniyat va
sport" kafedrası o'qituvchisi

Taqrizchilar: **A.K.Ibragimov**, Buxoro Davlat Universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti "Fakultetlararo
jismoniy madaniyat va sport" kafedrası mudiri,
dotsent

J.J.Atamurodov, O'zbekiston Respublika Gandbol
federasiyasi Buxoro bo'limi ijrochi direktori

**Metodik qo'llanma BuxDU o'quv-metodik kengashining
2-aprel 2021-yildagi 8-sonli yig'ilish qarori bilan nashrga tavsiya
etilgan.**

KIRISH

Kelajak avlodni jismonan sog'lom aqlan yetuk bo'lib ulg'ayishida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati kattadir. Respublikamizda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga bo'lgan e'tibor davlat siyosati darajasiga ko'tarilgan. Bu borada qabul qilingan qonunlar jismoniy tarbiya va sport ishlarini rivojlantirishga keng yo'l ochib bermoqda. Vazirlar Mahkamasining 1992-yilda "Jismoniy tarbiya va sport" to'g'risidagi Qonun, "Ta'lim to'g'risidagi" Qonun, "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" va boshqa bir qancha qonun va farmonlar ta'lim muassasalari va boshqa turdagi sport jamiyatlarida sport turlari bo'yicha to'garaklarni tashkil etish, bolalarni jismoniy, ma'naviy-axloqiy tarbiyalashning zamonaviy shakl va uslublarini ishlab chiqish, murabbiylarni kasbiy-pedagogik faoliyatini takomillashtirish talab qilmoqda. Murabbiylik kasbi-inson faoliyatining eng murakkab jabhalaridan biridir.

Bu kasbni tanlagan inson, avvalo, pedagog bo'lishi lozim, sportni yaxshi tushunishi, mashg'ulotlar jarayonini mohirona boshqarishni uddalashi, sinov-ta'qiqodlar o'tkazishlardan cho'chimasligi, shuningdek turli sohalaridagi maxsus bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi talab etiladi.

O'z navbatida 5112000-Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan talabalar bilimi sifatiga bo'lgan talabni yanada kuchaytiradi. Bugungi kunning dolzarb masalalaridan biri – bolalar sporti murabbiylarini tayyorlash sifatini oshirish, ularning kasbiy-pedagogik malakasini shakllantirish va mavjud kadrlarni qayta tayyorlashdan iboratdir.

Zamonaviy qo'l to'pi o'yinida o'zaro raqobatning keskinlashuvi va natijalarning uzluksiz o'sib borishi katta imkoniyatlarga ega bo'lgan yosh iste'dodli hamda raqobatbardosh qo'l to'pi o'yinchilarini tayyorlash muammosi muqobil va samarali pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish zaruriyatini kuchaytirmoqda. Bu, pirovardida, qo'l to'pi sport turi bo'yicha yuqori malakali kadrlar tayyorlash jarayoniga alohida e'tibor qaratishni hamda shu tizimlar mexanizmini qayta ko'rib chiqish va zamon talablari asosida shakllantirish kerakligini talab etadi. Bu holat shu sohada faoliyat ko'rsatayotgan pedagog - murabbiylar zimmasiga juda katta ma'suliyatli ishlarni yuklaydiki, ular qo'l to'pi sporti bo'yicha

MUNDARIJA

Kirish	3
1-bob. Qo'l to'pining rivojlanish tarixi va tasnifi	5
Qo'l to'pi o'yinining tarixi	5
Olimpiya o'yinlari natijalari	6
Jahon chempionatlari natijalari.....	7
Osiyo chempionatlari natijalari	9
O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinining rivojlanishi.....	11
O'zbekiston Respublikasi chempionatlarida g'alabaga erishgan jamoalar	13
Qo'l to'pi o'yinining umumiy tavsifi	18
2-bob. Qo'l to'pi o'yini texnikasining tasnifi	20
Hujum va himoya texnikasining tasniflanishi	21
To'pni yerga urib yurish.....	25
Himoya o'yini texnikasi	32
Darvozabon o'yini texnikasi	36
Yosh qo'l to'pchilarni o'yin texnik usullariga o'rgatish metodikasi	42
3-bob. Qo'l to'pi o'yini taktikasining tasnifi	51
O'yin taktikasining tasniflanishi.....	51
Maydon o'yinchisi taktikasi	52
Shaxsiy harakatlar	53
Guruh harakatlari.....	61
Jamoahar akatlari.....	67
Himoya taktikasi.....	74
Shaxsiy harakatlar	76
Guruh harakatlari.....	79
Jamoahar akatlari.....	82
Darvozabon o'yini taktikasi	89
Darvozabon himoya taktikasi	89
Jamoahar akatlari.....	93
Nazorat uchun savollar	95
Shartli belgilar	97
Foydalanilgan adabiyotlar	98

G'AFUROV NODIR MUXITDINOVICH

**SPORT VA HARAKATLI O'YINLARNI O'QITISH
METODIKASI (QO'L TOPI) FANIDAN
USLUBIY QO'LLANMA**

Muharrir: A. Qalandarov
Texnik muharrir: G. Samiyeva
Musahhih: Sh. Qahhorov
Sahifalovchi: M. Ortiqova

Nashriyot litsenziyasi AI № 178. 08.12.2010. Original-maketdan bosishga ruxsat etildi: 11.06.2021. Bichimi 60x84. Kegli 16 shponli. «Times New Roman» garn. Ofset bosma usulida bosildi. Ofset bosma qog'ozi. Bosma tobog'i 6,2. Adadi 100. Buyurtma №167.

“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ
“Durdona” nashriyoti: Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko`chasi, 11-uy.
Bahosi kelishilgan narxda.

“Sadriddin Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etildi.
Buxoro shahri Muhammad Iqbol ko`chasi, 11-uy. Tel.: 0(365) 221-26-45