

ISSN 2181-7138

МУҒАЛЛИМ ҲАМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИЎ



Илимий-методикалық журнал

2025

3/3-сан

*Ўзбекистан Республикасы Министрлер Кабинети жанындагы
Жоқарғы Аттестация Комиссиясы Президиумының
25.10.2007 жыл (№138) қарары менен дизимге алынды*

*Қарақалпақстан Баспа сөз хәм хабар агентлиги тәрепинен
2007-жылы 14-февральдан дизимге алынды.
№01-044-санлы гуўалық берилген.*

Нөкис

3/3-сан 2025

май - июнь

*Қарақалпақстан Республикасы мектепке шекемги хам мектеп билимлендириуи
министрлиги, Қары Ниязий атындагы Тәрбия педагогикасы миллий институты*

Қарақалпақстан филиалы

Редактор:

А. Тилегенов

Редколлегия ағзалары:

Мақсет АЙЫМБЕТОВ	Асқарбай НИЯЗОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ	Сабит НУРЖАНОВ
Айтмурат АЛЬНИЯЗОВ	Захия НАРИМБЕТОВА
Сапардурды АБАЕВ	Хушбоқ НОРБЎТАЕВ
Адхамжон АБДУРАШИТОВ	Ойниса МУСУРМОНОВА
Хайрулла АЛЯМИНОВ	Уролбой МИРСАНОВ
Мавлюда АЧИЛОВА	Сафо МАТЧОН
Азизжан АБДАЗИМОВ	Шукурилло МАРДОНОВ
Шухрат АБДУЛЛАЕВ	Абдулхамид МИРЗАЕВ
Байрамбай ОТЕМУРАТОВ	Шахло МИРЗАЕВА
Злийха ОРАЗЫМБЕТОВА	Дармонжон МАХМУДОВА
Мансурбек ОНГАРОВ	Абдимурат ЕСЕМУРАТОВ
Алишер АЛЛАМУРАТОВ	Даулетназар СЕЙИТКАСЫМОВ
Дилшодхўжа АЙТБАЕВ	Қалыбай ПРИМБЕТОВ
Тўлқин АЛЛАЁРОВ	Раъно ОРИПОВА
Марифжон АХМЕДОВ	Бахтиёр РАХИМОВ
Гулзабира БАБАШЕВА	Норим РАХМАНОВ
Умида БАҲАДИРОВА	Мукаддас РАХМАНОВА
Фархад БАБАШЕВ	Светлана СМЕРНОВА (Москва, Россия)
Гулзода БОЙМУРОДОВА	Тажибай САПАРБАЕВ
Гулбахар БЕКИМБЕТОВА	Мухаббат САЛАЕВА
Комил ГУЛЯМОВ	Гўзал СОДИҚОВА
Маманазар ДЖУМАЕВ	Улбосын СЕЙТЖАНОВА
Асқар ДЖУМАШЕВ	Амина ТЕМИРБЕКОВА
Дилдора ДАВРОНОВА	Нурзода ТОШЕВА
Мухтар ЕРМЕКБАЕВ (Шимкент, Қазақстан)	Куанишбек ТУРЕКЕЕВ
Масуда ЗАЙНИТДИНОВА	Тажибай УТЕБАЕВ
Алишер ЖУМАНОВ	Амангелди УТЕПБЕРГЕНОВ
Гүлнара ЖУМАШЕВА	Мамбеткерим ҚУДАЙБЕРГЕНОВ
Айсулу ЖАНАБЕРГЕНОВА	Амангелди ҚАМАЛОВ
Холбой ИБРАГИМОВ	Тажикал КУДАЙБЕРГЕНОВА
Шохида ИСТАМОВА	Ойбахор ШАМИЕВА
ВОХИД КАРАЕВ	Ризамат ШОДИЕВ
Алима КЕНЖЕБАЕВА (Тараз,Қазақстан)	Зафар ЧОРШАНБИЕВ
Сарсенбай КАЗАХБАЕВ	Рустам ФАЙЗУЛЛАЕВ
Мохира КУВВАТОВА	Дўстназар ХИММАТАЛИЕВ
Комилжон КАРИМОВ	Тармиза ХУРВАЛИЕВА
Джавдод ПЎЛАТОВ	Умид ХОДЖАМҚУЛОВ
Ярмухаммат МАДАЛИЕВ (Шимкент, Қазақстан)	Жавлонбек ХУДОЙБЕРГЕНОВ
Меруерт ПАЗЫЛОВА	Гулрухсор ЭРҒАШЕВА
Барлыкбай ПРЕНОВ	Гавхар ЭШЧАНОВА
Пердебай НАЖИМОВ	Қонысбай ЮСУПОВ
	Гулара ЮСУПОВА



МАЗМУНЫ

ТИЛ ҲАМ ӘДЕБИЯТ

Yusupova A.K. 8-9-ўzbek klaslarinda qaraqalpaq tili hám ádebiyatın oqıtıwda kórsetpeli qurallardan paydalanıw	9
Nurbayeva M.T. Alisher Navoiy asarlarini intellekt xarita yordamida o'rganish ("Xamsa" asari misolida)	15
Boliqulova M. A., Pardayeva I.M. Tog'ay Murod ijodida davr va inson muammosi	24
Kurbaniyazova M.R. Ingliz va qoraqalpoq tillaridagi gastronomik metaforalarning lingvomadaniy xususiyatlari (XXI asr badiiy matnlari tahlili asosida)	30
Bozorova G.R. Maktab adabiy ta'limida dramatik asarlarni o'qitishning mavjud holati tahlili	35
Shofqorov A.M. Badiiy asar tili va individual uslub	44
Temirbekova A.O. Tarjima nazariyasida psixolingvistik yondashuvlar va neyrolingvistik dasturlashning ilmiy-asosiy omillari	50
Embergenova M.A. So'zlarni turkumlarga ajratish mezonlari	57
Abduhakimova M.K. Turli tillardagi bir xil semantik mazmunga ega ismlar	63
Botirova V. Son komponentli frazeologik birliklarning pragmatik tahlili	68
Алтамишева Ё.М. К вопросу об адекватности перевода теонимов «Аллах, Тенгри, Бог» на русский язык в «Бабурнаме»	72
Шабидинова З.И. Профессиональная лексическая компетенция: сущность, структура и подходы к формированию (на примере немецкого языка для студентов направления туризм)	77
Канлыбаева Э. М. Профессионально-ориентированное обучение иностранному языку	82
Khamidov B. Contribution of modeling and imitation to language development	89
Uralov M. D. Language Learning in Hospital Classrooms: Enhancing Communicative Competence through Hybrid Methods	95

ПЕДАГОГИКА, ПСИХОЛОГИЯ

Pazilov A.K. Etnopedagogikaliq qadriyatlarimizdagi amanat máselesinen jaslardi ádep-ikramlilıqqa tarbiyalaw islerinde paydalanıw	99
Kurmanov A.P. Bo'lajak texnologik ta'lim o'qituvchilarini tadbirkorlik faoliyatiga tayyorlash: nazariy-amaliy jihat	105
Nuriddinova O'.V. Nutqiy kompetensiyalarni rivojlantirishda innovatsion metodlardan foydalanish	110
Bekimbetova G.R. Talabalarining ko'ngilli ijtimoiy-metodik harakatlari asosida inklyuziv va uy ta'limi samaradorligini oshirish texnologiyalari	117
Dauletnazarova A.K. Talabalarining diskursiv kompetentsiyasini rivojlantirish metodologiyasi	121
Vakilova N.Z. Multimediya vositalaridan foydalanib dars sifatini oshirishning afzalliklari	126
Arziyeva S.I. Talabalarda analitik mushohada qilish qobiliyatlarini rivojlantirishda pedagogik diagnostikaning ahamiyati	131
Arziyeva S.I. Talabalarda analitik mushohada qilish qobiliyatlarini rivojlantirish modeli	136
Ravshanova R. M. Raqamlashtirish bo'yicha zamonaviy texnologiyalarni yashil iqtisoddagi o'rni	140



Ravshanova R. M. Yashil texnologiyalar va innovatsiyalarni qo'llab quvvatlashdagi o'rni	144
Shofqorov A.M. Grammatik kompetensiya tushunchasi va uning til o'rgatishdagi o'rni	149
Xolmo'minova R. O'quvchilarni kasbga yo'naltirishning pedagogik jihatlari	156
Fayzullayeva S. D. Pedagogik oliy ta'limda talabalarning ijodiy faoliyatini rivojlantirishda milliy meroslardan foydalanish	160
Ochilova Z.Sh. Majburiy fanlarni o'qitishda raqamli ta'lim texnologiyasidan foydalanishning hozirgi holati	166
Xusnidinova N.A. Auditoriya mashg'ulotlarida raqamli texnologiyalardan foydalanish yo'llari	174
O'rishov Sh.M. Bo'lajak pedagogik kadrlarning kasbiy pedagogik tayyorgarligi muammosi va uning ilmiy-pedagogik tahlili	179
Pulatov Dj.A. OTM ma'naviy - ma'rifiy ishlar tizimini rivojlantirish strategiyasi, variativlash texnologiyasi va shartlari	190
Bozorov A. A. Pedagoglarning ruhiy holati kasbiy rivojlanish darajasiga ta'sirini o'rganish	197
Boltayeva M.O. Shaxs shakllanishida "Tarbiya" fanini o'qitishning o'ziga xos xususiyatlari	204
Саидова Ю. Талабалар маънавиятини ривожлантиришнинг йўналишлари	209
Islomova Sh.M. Ta'lim - kommunikativ madaniyatni samarali rivojlantirish omili sifatida	219
Radjapov R.S. Maktab o'quvchilarida xalqaro baholash dastur talablari asosida hayotiy ko'nikmalarni shakllantirishning nazariy asoslari	225
Davletova A. Yoshi kattalarni qo'shimcha kasbga tayyorlashning pedagogik-psixologik yonalishlari	230
Kurbaniyazova Z.K. Boshlang'ich ta'lim tizimini rivojlantirishning zamonaviy tendensiyalari	235
Qodirova M.A. Kimyo fanini o'qitishda sabab-oqibat dialektik munosabatlarini o'rnatish ko'nikmalarini shakllantirish mezonlari	241
Xotamova A.O. Kredit-modul tizimi sharoitida bo'lajak o'qituvchilarning mashg'ulotlarni loyihalashga oid kompetentligini rivojlantirishdagi muammolar	249
To'xtayeva R.R. Web dasturlashni o'qitishda projekt asosida ta'lim berishning samaradorligi	254
Жолдасбаева А.М. Формирование навыков толерантности среди студентов-педагогических специальностей через систему обучения	260
Шерниязова Г.А. Формирование профессиональной речевой компетенции студентов-юристов: принципы и подходы	264
Ходжаев Б. Х. Формирования креативного потенциала учащихся на основе компетенций «4К»	268
Khodjaev B.K. Effective organization of students' independent learning in the credit-module system	276

МИЛЛИЙ ИДЕЯ ҲАМ РУЎХЫЙЛЫҚ ТИЙКАРЛАРЫ, ТАРИЙХ, ФИЛОСОФИЯ

Chorshanbiyev Q.Sh. Rossiya imperiyasi davrida turkistonda soliq siyosati	282
Abdurasulova M.A. Buxorolik allomalar va ular ta'limotining qadriyat sifatidagi ahamiyati	289
Umurov Sh.R., Gafforov Sh.S. XIX arsning yarmida Turkistonda vaqf mulklarining ahvoli	294
Mamasidikov M.Q. Tarixiy shaxslar faoliyatini integratsiyalashgan darslarda yoritish (Farg'ona jadidchilari misolida)	298
Karimova M. Z. Tibbiyot tarixi: ilm va amaliyot rivojining evolyutsiyasi	302

**ФИЗИКА, МАТЕМАТИКА, ИНФОРМАТИКА**

Asanova U.S. Bilimlendiriwde jasalma intellekten paydalanıw	308
Muratova B.B. Matematik statistikaning asosiy masalalarini talabalarga zamonaviy o'qitish metodlari yordamida tushuntirish	314
Shadiyeva N. Sh., Fazliddinova K.M. Geografiya ta'limida yangi pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish va qo'llash metodikasini takomillashtirish	318
Ishmatov M.R. Transport masalasini birinchi tayanch rejasini aniqlashda eng kam narx metodi asosida matlab paketidagi tahlili	325
Ismoilova Z.T., Abdullayeva D.A., Tag'oyev F.Yo. Elektr energetika tizimlarini tahlil qilishning matematik usullari	330
Xasanov J.A. Logistika va resurslarni taqsimlashda transport masalasining potentsiallar usuli yordamida yechilishi	336
Abdullayeva D.A., Ismoilova Z.T., Tag'oyev F.Yo. Teskari matritsa, gauss va ketma-ket yaqinlashish usullari elektr energetika tizimlarining turg'un holat tahlilida	341
Igilikov A. Grafik tassavurlarini rivojlantirishning dasturiy ta'minotini takomillashtirish	348
Muratova B.B. Empirik taqsimot funksiyalarini dars jarayonlariga qo'llash	354
Эгамбердиев С.С. Эстетическое воспитание учащихся академических лицеев через нестандартные подходы к обучению умножению	360
Нарекеев Б.М., Нарекеева А.Б. ОБМ - гармонических продолжениях функций в матричном шаре	364
Gorovik A.A. Application of cognitive model of learning process in computer	367

БАСЛАЎЧИ КЛАСС, МЕКТЕПКЕ ШЕКЕМГИ ТЎРБИЯ

Abdalieva P. Bolajaq baslawish klass oqitwshılarının kásiplik kompetentligin asırıw mexanizmleri	370
Qalimbetova A. Baslawish ta'limde pedagogikaliq texnologiya elementlerinen paydalanıw jollari	374
Najimova A.D. Baslawish klaslarda imlanı oqıtıwda ínteraktiv usıllardan paydalanıw	378
Kadrekova A.K. Shaxstın individual imkaniyatlari hám innovaciyalıq texnologiyalardı qollanıw jollari	383
Muqimova G.Q. 1-sinf ona tili va o'qish savodxonligi darsligida ertaklar va ularning tasnifi	389
Esemuratova T.A., Matmuratova G.K. Bola tarbiyasida xalq maqollardan foydalanishinig pedagogik usullari	392
Esemuratova T. Boshlang'ich sinf o'quvchilarda ekologik madaniyatni shakllantirish metodikasi	403
Nagmetova N.M. Integrativ yondashuv asosida boshlang'ich sinf o'qituvchilarida familistik madaniyatni rivojlantirish metodikasi	408
Shaxmuratova D.A. Maktabgacha yoshdagi bolalarni tabiat bilan tanishtirishda integrativ yondashuv	413
Aralova I.M. Umumiy nutqi rivojlanmagan maktabgacha yoshdagi bolalarda nutqiy aloqa vositalarini shakllantirish bo'yicha tabaqalashtirilgan nutq terapiyasi ishining modeli	417
Isoqov J.Z. Boshlang'ich sinf o'quvchilarini shaxs sifatida shakllantirishda o'qitishning zamonaviy texnologiyalarini qo'llash	425
Matberdieva Y.B. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining kognitiv fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirishda axloqiy qadriyatlarining o'rni	428
Xudaybergenova Z.I. Bo'lajak boshlang'ich sinf o'qituvchilarining kasbiy-ijodiy salohiyatni rivojlantirishda imitatsion texnologiyalarning ahamiyati	433
Shukirullaeva S.A. Boshlang'ich sinf o'quvchilarining refleksiv kompetentsiyasini shakllantirish	438



Tajbenova S.S. Zamonaviy ta'lim mazmunida lingvistik kompetensiyani shakllantirish imkoniyatlari	441
Ziyatov M.N. Maktabgacha yoshdagi bolalarda egiluvchanlik sifatini rivojlantirishda statik–stretching mashqlardan foydalanish texnologiyalari	447
Темирбекова А.О. Основы обучения учащихся начальной школы на основе информационно-педагогических технологий	453
Кенжебаева К. Б. Особенности формирования самостоятельного типа мышления учащихся в образовательном процессе	459
Khaydarova D.S., Ismatova M. Sh., Rakhmatova F.U., Ulmasova M.O. The role of inclusive education in the rehabilitation of children with disabilities	463

ТАСВИРИЙ САЪНАТ

Fayzullayeva D. J. Rangtasvir – o'quvchilarning badiiy tafakkur va ma'naviy kamolotini yuksaltirish omili	467
Muhammadiyeva Z.L. Yengil sanoat muhandisligida kompyuter grafikasining vazifasi	473
Shirinov A. L. Tasviriy san'at fanlar integratsiyasini ta'minlashning didaktik vositalari	478
Mamatov D.K., Bazarova X. F. Oliy ta'lim muassasalaridagi rangtasvir fanidan mustaqil ta'limda axborot texnologiyasidan foydalanish metodikasini takomillashtirish	487
Abdullayev S.F., Mardonova U. Tasviriy san'at va muhandislik grafikasi ta'lim yo'nalishlarida rangshunoslikka oid bilim va ko'nikmalarni rivojlantirish	495

СОЦИАЛҲҚ ПЕДАГОГИКА

Xalmuratova Sh.B. Riskologik madaniyatning komponentlari, ko'rsatkichlari va mezonlari	502
Ibraimova G.A. Ingliz tilini o'qitishda kommunikativ yondashuv va madaniyatlararo muloqot kompetensiyani shakllantirishning pedagogik asoslari	508
Murodov M.Y. Gender tenglik g'oyasini tadbiiq etishning psixologik jihatlarini	518
Ziyaudinov M.M. Malumotlar bazasi fani uchun maxsus o'quv dasturiy ta'minotini takomillashtirishning nazariy asoslari	519
Axmedova F.J. Artur Konan Doyl detektiv asarlarida gender diskursi, pragmatik va kognitiv tahlil ("Bohemiyadagi janjal" asari misolida)	528
Пўлатова М. Технология дарсларини интерфаол усулда ташкил этиш механизмларини такомиллаштириш	536
Mirzasoliyev J. M. Oiladagi nizoli vaziyatlarda ijtimoiy muhitning ta'siri	539
Xurramov E.E. Integrativ yondashuv asosida bo'lajak o'qituvchilarning professional kompetensiyalarini shakllantirish	547
Xamidova F. Sh. Refleksiv yondashuv asosida talabalarining mediya faoliyatini baholash masalalar	553
Shadiyeva N. Sh. Geografiya ta'lim yo'nalishi talabalarining kasbiy kompetensiyalarini rivojlantirish o'rni va ahamiyati	557
Рахмонова Х. Замонавий ўзбек насрида туш мотивининг ифодаланиши (Хуршид Дўстмуҳаммад қиссалари мисолида)	565
Matupayeva Sh. Z. Inklyuziv ta'limni tashkil etishning tashkiliy-metodik aspektlari	569
Jo'rayeva Z. M. Tabiiy fanlarni o'qitishda steam texnologiyasidan foydalanishning afzalliklari	573
Anorboyev B. D. Fanlararo yondashuv asosida ta'lim jarayonida ma'naviy-axloqiy qadriyatlarni tarbiyalash metodikasi	577
Ибадуллаева Ш.Н. Махсус педагоглари касбий фаолиятга тайёрлаш механизмларини такомиллаштириш	581
Aymatov A.Q., Turayeva D. Sh. Muloqotning madaniy fenomen sifatidagi funksiyalari	586



Abulqosimova D.A., Jo'raxonov O. Samarqand davlat universitetida o'quv-tarbiyaviy ishlar	591
Жураев Ш. М. Структурно-организационная модель процесса развития рефлексивной позитивности у будущих учителей	596
Barnoyeva N.Y Authenticity in Language Learning: The Role of Corpus Linguistics and CLIL in TEFL	602
Buriyeva M. Sh. Code-Switching and Related Linguistic Phenomena: A Cross-Cultural Perspective	610

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲАМ СПОРТ

Naubetullaev T.T. Jas voleybolshilarda jaris nátiyjeliligini támiyinlewde sananıń áhmiyeti	614
Mavlyanov B. S. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning madaniy axloqiy tarbiyalash muammosi	619
Jalolova Z.S. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarida bolalarni sport turlariga saralab olish kompetentligini rivojlantirish texnologiyalari	623
Eryigitov D.X. Bo'lajak jismoniy madaniyat o'qituvchilari kasbiy tayyorgarligini axborot-kommunikatsiya texnologiyalari asosida takomillashtirish (sirtqi ta'lim misolida)	626
Tunyan A. A. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning madaniy axloqiy tarbiyalash muammosi	629
Abduraximov S. D. Maktab o'quvchilarini jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda amaliy mashqlarning samaradorligi	633
Juraboyev M. M. Gandbol sport turini tayyorlash tizimining asosiy qoidalarini shakllantirish	638
Xo'janiyozov B.I. Mashg'ulot jarayonida malakali kurashchilarning musobaqa oldi tayyorgarligini takomillashtirish	641
Boltayev Sh. E. Stol tennisi bo'yicha o'quv mashg'ulotlarida shikastlanishlarning oldini olish	649
Yusupbayeva A. S. Turli xil yoshdagi bolalarni sog'lomlashtiruvchi jismoniy mashqlar modulini o'rgatish metodikasi	654
Tursunaliyeva G.B. Bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarining innovatsion faoliyatga tayyorlash	665
To'liqinova F. Maktabgacha ta'lim yoshidagi bolalar uchun gimnastika va uni o'qitish metodikasi	670
Jumayev A.T. Yosh voleybolchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish	675
Shukurllayev J. M. Kichik voleybol sport turiga tayyorlash akmeologiyasini voleybolga integratsiyalash mexanizmining variativlik determinantlari	680
Tagayev R.M. Gimnastika mashqlari orqali maktab o'quvchilarining jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish asoslari	687
Nazarov A.I. Jismoniy tarbiya va sport o'yinlarining rivojlanishi tarixi	692
Атаханов Ҳ.К. Болалар спортида машғулотларга ўргатишнинг дастлабки босқич ва услублари	697
Shadiyev A.Y. Futbol sportini shakllanish bosqichlari hamda maqsad va vazifalari	701
Nigmanov M.M. Umumta'lim maktablarida voleybolchilarni tayyorlash jarayonining individual va pedagogik xususiyatlari	705
Umarov X. K. Kurash harakatlari texnika va taktikasi o'rgatish metodikasi	709
Kadirimbetov R.N. Qilichbozlik sporti: tarixiy ildizlardan zamonaviy o'zbekiston sport maydonigacha	714
Saporboyev M.Sh. Yosh sportchilarini dastlabki tayyorgarlik bosqichida jismoniy tayyorgarlik darajasini monitoring qilish	720
Saporboyev M.Sh. Voleybol sport mashg'ulotlarida yonlama harakatlanish tezkorligi va to'p uzatish aniqligini o'rganish natijalarining tahlili	728



GANDBOL SPORT TURINI TAYYORLASH TIZIMINING ASOSIY QOIDALARINI SHAKLLANTIRISH

Juraboyev M. M.

*Chirchiq davlat pedagogika
universiteti o'qituvchisi*

Tayanch soʻzlar: qoʻl toʻpi, federatsiyalar, sport, musobaqa, mahorat, hamkorlik, murabbiy, oʻquv mashgʻulot, sport maktablari, sport turlari, texnologiyalar, professional sport, taktik tayyorgarlik, texnika tayyorgarlik, motivatsiya, jismoniy tayyorgarlik, hujum, himoya.

Ключевые слова: ручной мяч, федерации, спорт, соревнования, мастерство, сотрудничество, тренер, тренинг, спортивные школы. Виды спорта, технологии, профессиональный спорт, тактическая подготовка, техническая подготовка, мотивация, физическая подготовка, атака, защита.

Key words: handball, federations, sports, competitions, skills, cooperation, coaching, training, sports schools. Sports, technology, professional sports, tactical training, technical training, motivation, physical training, attack, defense.

РЕЗЮМЕ:

Gandbolchilarning sport mashg'ulotlari tizimi sportchilarning ushbu o'yinda yuqori natijalarga erishishiga yordam beradigan turli jihatlarni o'z ichiga oladi. Sport mashg'ulotida sportchilar jismoniy tayyorgarlik, taktik tayyorgarlik, texnik tayyorgarlikka ega bo'ladilar.

PEZIOME:

Система спортивной тренировки гандболистов включает в себя различные аспекты, которые помогают спортсменам достигать высоких результатов в этой игре. В спортивной тренировке спортсмены имеют физическую подготовку, тактическую подготовку, техническую подготовку.

SUMMARY:

The system of sports training for handball players includes various aspects that help athletes achieve high results in this game. In sports training, athletes have physical training, tactical training, and technical training.

Tadqiqotning dolzarbligi. Jismoniy tayyorgarlik: Qo'l to'pi o'yinchilardan yaxshi jismoniy shaklda bo'lishni talab qiladi, chunki o'yin tez harakatlari, sakrash, manevrlar va boshqa o'yinchilar bilan aloqani o'z ichiga oladi. Jismoniy tarbiya kuch, chidamlilik, moslashuvchanlik, tezlik va muvofiqlashtirish mashqlarini o'z ichiga oladi. Qo'l to'pi o'yinning shiddati va jismoniy talablari tufayli o'yinchilardan jismonansog'lombo'lishnitalabqiladi. Gandbolchilarning jismoniy tayyorgarligining



bir necha asosiy jihatlari: Chidamlilik: Gandbol uzoq vaqt davomida faol o'yinni o'z ichiga oladi, shuning uchun o'yinchilar o'yin davomida yuqori darajadagi faollikni saqlab qolish uchun yaxshi chidamlilikka ega bo'lishlari kerak. Tezlik va chaqqonlik: hujumda ham, himoyada ham tezkor harakatlar gandbolning ajralmas qismidir. O'yinchilar maydon bo'ylab tez harakatlana olishlari, yo'nalishni keskin o'zgartirishlari va vaziyatlarga tezkor munosabatda bo'lishlari kerak. 2. Texnik tayyorgarlik: Gandbolchilar yaxshi o'yin texnikasiga ega bo'lishi kerak, shu jumladan to'pni qabul qilish va uzatish, darvozaga tashlash, himoyalash va o'yinning boshqa asosiy elementlari. Texnik tayyorgarlik o'yin mahorati va texnikasini yaxshilashga qaratilgan mashg'ulotlarni o'z ichiga oladi. Gandbolchilar yaxshi o'yin texnikasiga ega bo'lishi kerak, shu jumladan to'pni qabul qilish va uzatish, darvozaga o'q otish, himoyalash va o'yinning boshqa asosiy elementlari. Mana ulardan ba'zilari: To'pni qabul qilish va uzatish: Gandbolchilar jamoaning samarali hujumini ta'minlash uchun to'pni aniq qabul qilish va uzatishni bilishlari kerak. [1] Bunga qo'l va tanani to'g'ri joylashtirish, to'pning traektoriyasini baholash va to'g'ri qaror qabul qilish kiradi. Darvozaga otish:

Tadqiqotning maqsadi. Gandbolchilar gol urish uchun yaxshi zarba berish texnikasiga ega bo'lishlari kerak. Bunga tananing to'g'ri pozitsiyasi, qo'lning tebranishi, aniqligi va otish kuchi kiradi. Himoya: Gandbolchilar o'z darvozalarini samarali himoya qila olishlari va raqiblarining hujum harakatlariga to'sqinlik qila olishlari kerak. Bunga to'g'ri joylashish, faol harakat, zarbalarni to'sish va to'pni ushlab olish kiradi. O'yinning boshqa asosiy elementlari: Qo'l to'pida to'psiz harakat qilish, raqibni to'sish, to'p uzatish va hujum qilish uchun joy yaratish, jamoadoshlar bilan muloqot qilish ko'nikmalari ham muhim ahamiyatga ega. [2] Qo'l to'pi o'ynash texnikasi o'yinchilardan doimiy ravishda mashq qilish va mahoratini oshirishni talab qiladi. Muntazam mashg'ulotlar va mashg'ulotlar gandbolchilarga texnikasini yaxshilashga va maydonda samaraliroq bo'lishga yordam beradi. 3. Taktik tayyorgarlik: Qo'l to'pi jamoaviy o'yin bo'lib, o'yinchilar o'yin taktikasi va strategiyasini yaxshi bilishlari kerak. Bu turli hujumchilar va himoyani tushunishni o'z ichiga oladi. To'g'ri, gandbolda o'yinchilar o'yin taktikasi va strategiyasini yaxshi tushunishlari kerak. Bunga turli hujum va himoya taktikalarini bilish, shuningdek, maydondagi mavjud vaziyatdan kelib chiqib qaror qabul qilish qobiliyati kiradi. Hujum taktikasi kombinatsiyalangan o'yin, aylanishlar, to'p uzatish va otish joylarini yaratish va tezkor qarshi hujum o'yin uslubidan foydalanish kabi elementlarni o'z ichiga olishi mumkin. [3] Qo'l to'pidagi himoyalar odamdan odamga himoyadan tortib zona himoyasigacha bo'lishi mumkin. O'yinchilar raqibning harakatlari va maydondagi vaziyatga qarab taktikani o'zgartirishga tayyor bo'lishlari kerak. O'yinning taktikasi va strategiyasini tushunish gandbolchilarga tez va samarali qarorlar qabul qilish, jamoadoshlari bilan hamkorlik qilish va muvaffaqiyatga erishish uchun o'z mahoratini



eng yaxshi tarzda ishlatish imkonini beradi. Taktika va strategiyaning barcha bu jihatlari odatda mashg'ulotlarda va musobaqaga tayyorgarlik jarayonida o'rganiladi vaqo'llaniladi.[4] Gandbolchilarning taktik fikrlash va mahoratini rivojlantirishda tajriba, o'yin tahlili va jamoaviy ish ham muhim o'rin tutadi. Tajriba, o'yinni tahlil qilish va jamoaviy ish gandbolchilarni rivojlantirishda o'zaro bog'liq va bir-birini to'ldiradi. Bu jihatlari qanday o'zaro ta'sir qiladi: 1. Tajriba: gandbolchi qanchalik ko'p tajribaga ega bo'lsa, u o'yin dinamikasi, taktikalari va strategiyalarini shunchalik yaxshi tushunadi. Tajriba o'yinchiga oldingi vaziyatlar asosida ma'lumotli qarorlar qabul qilishga, raqiblarning harakatlarini oldindan bilishga va o'zgaruvchan o'yin sharoitlariga tezda moslashishga yordam beradi. 2. O'yinni tahlil qilish: o'yinni tahlil qilish gandbolchilarga o'zlarining kuchli va zaif tomonlarini o'rganishga, shuningdek raqiblarning o'yinlarini tahlil qilishga imkon beradi.[5] Bu yaxshilanish sohalarini aniqlashga, yanada samarali taktika va strategiyalarni ishlab chiqishga yordam beradi. Tahlil, shuningdek, xatolardan saboq olish va ularni tuzatish choralarini ko'rish imkonini beradi. 3. Jamoaviy ish: gandbol jamoaviy o'yin bo'lib, yaxshi jamoaviy ish muvaffaqiyatning asosiy omilidir.

Xulosa. Jamoa ishini rivojlantirish har bir o'yinchining roli va majburiyatlarini tushunishni, hamkorlik qilish, muloqot qilish va jamoaviy qarorlar qabul qilish qobiliyatini talab qiladi. Jamoa ishi, shuningdek, taktik fikrlashni rivojlantirishga yordam beradi, chunki o'yinchilar sheriklarning harakatlariga moslashishni va birgalikda hujum va mudofaa sxemalarini yaratishni o'rganadilar. Tajriba, o'yin tahlili va jamoaviy ish o'zaro ta'sir qiladi va bir-birini to'ldiradi. O'yin tajribasi va tahlili o'yinchilarga taktik fikrlashni rivojlantirishga yordam beradi va jamoaviy ish ularga ushbu taktik ko'nikmalarni amalda qo'llash imkonini beradi. Natijada gandbolchilar o'yinda yanada samarali va muvaffaqiyatli bo'lishadi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Акромов Ж.А. Гандбол (учебник для УЗГИФК) –Т. Lider Press 2008.
2. Павлов Ш., Абдурахманов Ф. Подготовка гандболистов –УЗГИФК Т.: 2006г. 299с.
3. Павлов Ш.К., Абдурахманов Ф.А., Акромов Ж.А. Гандбол. Дарслик. Тошкент, ЎзДЖТИ нашриёт-матбаа бўлиши 2005й.
4. Павлов Ш.К., Абдурахманов Ф.А., Азизова Р.И. Гандбол. (мусобака койдалари, уларни ташкил этиш ва ўтказим тизими) Тошкент, “Lider Press” нашриёти, 2007 й.
5. Pavlov Sh.K, Abdurahmanov F.A, Raxmanova M.M. “Gandbol” o‘quv uslubiy qo‘llanma, 2010y.
6. Pavlov Sh.K, Abdalimov O.X., Yusupova Z.Ye. “Gandbol nazariyasi va uslubiyati” darslik, 2017 y.
7. Tulaganov Sh.F, Raxmanova M.M “Gandbol nazariyasiva uslubiyati” o‘quv qo‘llanma, 2020 y.
8. Pavlov Sh.K, “Sport pedagogik mahoratini oshirish (gandbol)” (Gandbolchilarning Jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish) o‘quv qo‘llanma, 2021y.
9. Mo‘minov A.Sh. “Sport pedagogik mahoratini oshirish (gandbol)” o‘quv qo‘llanma, 2021 y.
10. Isroilov R.I. “Gandbolni o‘rgatish metodikasi” o‘quv qo‘llanma, 2021 y.