QO‘L TO‘PI (GANDBOL) HAQIDA: TARIXI, QOIDALARI VA BUGUNGI HOLATI

Shomurodova O‘g‘iloy Najim qizi

Annotatsiya: *Mazkur maqolada qo‘l to‘pi (gandbol)sport turining kelib chiqishi, asosiy qoidalari, maydon va to‘p o‘lchamlari, jamoa tuzilmasi hamda uning xalqaro va mahalliy rivojlanish bosqichlari tahlil qilinadi. Qo‘l to‘pi —bu jamoaviy, tezkor, kuchli e’tibor va muvofiqlashtirilgan harakatlarni talab qiladigan zamonaviy sport turidir.*

Kalit so‘zlar: *Qo‘l to‘pi, gandbol, sport turi, IHF, jamoaviy o‘yin, jismoniy tarbiya, sport qoidalari, O‘zbekiston sporti, Olimpiya sporti.*

Kirish

Qo‘l to‘pi, ya’ni gandbol —bu yuqori tezlikda harakat, kuch, jamoaviylik va aniqlikni talab qiladigan sport turidir. Gandbol asosan yopiq sport zalida o‘ynaladi, ammo uning ochiq havoda o‘ynaladigan turlari ham mavjud. O‘zining dinamikasi, oson tushuniladigan qoidalari va tomoshabopligi bilan bu o‘yin dunyo bo‘ylab millionlab muxlislarga ega. Gandbol ilk bor 19-asrning oxirlarida Germaniya va Daniyada shakllangan bo‘lib, 20-asr o‘rtalariga kelib rasmiy xalqaro sport turi sifatida tan olingan. 1946-yilda Xalqaro Gandbol Federatsiyasi (IHF) tashkil topgan. 1972-yildan boshlab esa Olimpiya o‘yinlari dasturiga kiritilgan.

1. Tarixi va kelib chiqishi. Qo‘l to‘pi sporti qadimiy davrlarga borib taqaladi. Rim va yunon askarlari orasida to‘pni qo‘l bilan harakatlantirib o‘ynash an’analari bo‘lgan. Zamonaviy gandbolning boshlanishi esa 19-asrning oxirlarida Germaniya va Daniyada kuzatiladi.1890-yillarda Daniyada “haandbold” nomli o‘yin mashhur bo‘lgan.1917-yilda Germaniyada birinchi rasmiy qoida va reglamentlar ishlab chiqilgan.

1926-yilda ilk xalqaro qoidalar yaratilgan.1946-yilda Xalqaro Gandbol Federatsiyasi (IHF) tashkil etilgan.1972-yildan boshlab erkaklar, 1976-yildan esa ayollar uchun Olimpiada dasturiga kiritilgan.

2. O‘yin maydoni va jihozlar. Maydon o‘lchami: 40 metr uzunlikda, 20 metr kenglikda.Darvoza: 3 metr kenglikda, 2 metr balandlikda.

To‘p: Kichik va rezinali —erkaklar uchun taxminan 425–475 g, ayollar uchun 325–375 g. Maydon markazida 6 metrlik “jarima zonasi” joylashgan.

3. Jamoa tarkibi. Har bir jamoa: 7 nafar o‘yinchi (6 maydon o‘yinchisi + 1 darvozabon)

Zaxira o‘yinchilar: 7 nafargacha maydonda bir vaqtning o‘zida 7 o‘yinchi qatnashadi. O‘yinchilar o‘zaro hujumchi, himoyachi, qanot va markaziy o‘yinchi sifatida bo‘linadi

4. O‘yin qoidalari O‘yin 2 bo‘limdan iborat bo‘lib, har biri 30 daqiqa davom etadi. O‘rtada 10 daqiqalik tanaffus mavjudTo‘pni 3 qadamgacha ushlab yurishga ruxsat beriladiO‘yinchi to‘pni 3 soniyadan ortiq ushlab tura olmaydiQo‘pollik, itarish, darvozabonga hujum qilish –jarima zarbasi yoki chetlatishga olib keladiEng ko‘p gol urgan jamoa g‘olib bo‘ladi

5. Jahonda gandbol. Bugungi kunda gandbol sporti dunyoning ko‘plab mamlakatlarida faol rivojlangan. Ayniqsa:Fransiya, Daniya, Germaniya, Shvetsiya, Norvegiya, Ispaniya kabi davlatlar yuqori darajada o‘ynaydi.Fransiya erkaklar terma jamoasi bir necha bor jahon chempioni bo‘lgan.

Ayollar o‘rtasida esa Norvegiya va Rossiya yetakchi o‘rinda.Xalqaro Gandbol Federatsiyasi (IHF) tomonidan jahon chempionati, yoshlar musobaqalari, klub chempionatlari o‘tkaziladi.

6. O‘zbekistonda qo‘l to‘pi. O‘zbekiston Respublikasida ham gandbol sport turi rivojlanmoqda:Maktablar va kollejlar darajasida mashg‘ulotlar o‘tkazilmoqda. Ayollar va erkaklar terma jamoalari shakllantirilganViloyat va respublika miqyosida musobaqalar o‘tkaziladiSport maktablarida professional o‘yinchilar tayyorlanmoqda. So‘nggi yillarda O‘zbekiston yoshlar terma jamoasi Markaziy Osiyo mintaqaviy musobaqalarida faol ishtirok etmoqda.

Gandbol haqida qisqacha faktlar: Ko‘rsatkich ma’lumot ixtirochi mamlakat Daniya, Germaniya Rasmiy federatsiya IHF (1946-yil) Olimpiya o‘yinlariga kirgan yil. Erkaklar –1972, Ayollar –1976Maydon o‘lchami40×20 metr O‘yin davomiyligi2×30 daqiqa. O‘yinchilar soni7 nafardan iborat jamoa (1 darvozabon + 6 o‘yinchi) Gandbol yetakchilari (jahon bo‘yicha):Fransiya –eng ko‘p jahon chempionligini qo‘lga kiritgan mamlakat Daniya –so‘nggi yillarda kuchli erkaklar jamoasi bilan tanilgan. Norvegiya va Rossiya –ayollar jamoalari bo‘yicha yetakchi davlatlarIspaniya, Shvetsiya, Germaniya –kuchli klublar vamilliy terma jamoalarzO‘zbekistonda gandbol rivoji:Gandbol maktab va kollej sport dasturlariga kiritilgan. O‘zbekiston yoshlar va kattalar terma jamoalari mavjudRespublikada yillik chempionatlar o‘tkaziladi

Viloyatlarda sport maktablari orqali iqtidorli yoshlar saralanmoqdaAyollar gandboli bo‘yicha ham jamoalar faoliyat yuritmoqdaXulosaQo‘l to‘pi —bu jismoniy tayyorgarlik, strategiya, tezlik va jamoaviylikni uyg‘unlashtirgan

zamonaviy sport turi bo‘lib, u yosh avlodning sog‘lom rivojlanishida, maktab va kollejlar sport dasturlarida muhim o‘rin egallaydi. Sportchilarning g‘alabaga bo‘lgan ishtiyoqi, jamoaviylik ruhi va do‘stona raqobatni tarbiyalaydi. Qo‘l to‘pining ommabopligi yildan yilga ortib bormoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1.O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi nashrlari
2.“Sport turlari asoslari”, TTJIM, 2021-yil
3.www.ihf.info—Xalqaro Gandbol Federatsiyasi (IHF) rasmiy sayti
4.O‘zbekiston Gandbol federatsiyasi ma’lumotlari
5.Sport ensiklopediyasi, Toshkent, 2018-yi