

## GANDBOLCHILARNING O'YIN TAYYORGARLIGINI SINERGETIK FIKRLASH ORQALI RIVOJLANTIRISH

*Azizov Sabitxan Valiyevich*

*Namangan davlat pedagogika instituti professori, p.f.n.*

ORCID – <https://orcid.org/0009-0000-5219-9371>

**Annotatsiya:** Mazkur maqolada gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash asosida rivojlantirishning pedagogik jihatlari yoritilgan. Tadqiqotda sportchilarning taktik fikrlashi, tezkor qaror qabul qilish qobiliyati hamda jamoaviy hamkorlik darajasini oshirishda sinergetik yondashuvning samaradorligi tahlil qilindi. Pedagogik tajriba jarayonida maxsus ishlab chiqilgan mashg'ulotlar dasturi asosida o'tkazilgan sinov natijalari taqqoslab o'rganildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, sinergetik fikrlash elementlarini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar sportchilarning o'yin samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Mazkur yondashuv zamonaviy sport pedagogikasida muhim innovatsion vosita sifatida baholanadi.

**Kalit so'zlar:** gandbol, sinergetik fikrlash, taktik tayyorgarlik, tezkor qaror qabul qilish, jamoaviy hamkorlik, sport pedagogikasi, o'yin samaradorligi.

## РАЗВИТИЕ ИГРОВОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛИСТОВ ЧЕРЕЗ СИНЕРГЕТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ

**Аннотация:** В данной статье рассматриваются педагогические аспекты развития игровой подготовки гандболистов на основе синергетического мышления. В исследовании анализируется эффективность синергетического подхода в повышении тактического мышления, скорости принятия решений и уровня командного взаимодействия спортсменов. В ходе педагогического эксперимента были сопоставлены результаты, полученные на основе специально разработанной программы тренировок. Результаты показали, что применение элементов синергетического мышления способствует значительному повышению игровой эффективности гандболистов. Данный подход рассматривается как важный инновационный инструмент современной спортивной педагогики.

**Ключевые слова:** гандбол, синергетическое мышление, тактическая подготовка, принятие решений, командное взаимодействие, спортивная педагогика, игровая эффективность.

## DEVELOPMENT OF HANDBALL PLAYERS' GAME PREPARATION THROUGH SYNERGETIC THINKING

**Annotation:** This article examines the pedagogical aspects of developing handball players' game performance through synergetic thinking. The study analyzes the effectiveness of a synergetic approach in improving tactical thinking, decision-making speed, and team

*cooperation among athletes. Within the pedagogical experiment, the results obtained from a specially designed training program were comparatively analyzed. The findings indicate that the development of synergetic thinking elements significantly enhances players' game performance. This approach is considered an important innovative tool in modern sports pedagogy.*

**Keywords:** *handball, synergetic thinking, tactical training, decision-making, team cooperation, sports pedagogy, game performance.*

## KIRISH

Gandbol zamonaviy sport turlari orasida yuqori sur'at, tezkor qaror qabul qilish, jamoaviy hamkorlik va murakkab taktik harakatlarni talab etuvchi o'yin sifatida alohida ahamiyat kasb etadi. Bugungi kunda musobaqalarda yuqori natijalarga erishish nafaqat sportchining jismoniy, texnik-taktik va psixologik tayyorgarligiga, balki uning intellektual salohiyati, vaziyatni tez tahlil qilish qobiliyati va o'zgaruvchan o'yin sharoitiga moslasha olishiga ham bog'liq bo'ladi. Shu bois xam gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini takomillashtirishda an'anaviy mashg'ulot usullari bilan bir qatorda innovasion pedagogik yondashuvlarni qo'llash dolzarb masala hisoblanadi.

Shuning uchun xam, gandbol murabbiylari mashg'ulotlar va musobaqalar jarayonlarida sportchilarni sinergetik fikrlashlariga aloxida e'tibor berishmoqda. Sinergetik fikrlash — bu murakkab tizimlardagi o'zaro bog'liq jarayonlarni anglash, turli omillarni bir butun holda baholash va noaniq vaziyatlarda samarali yechim topish qobiliyatidir. Ushbu yondashuv gandbolchiga o'yin davomida sheriklari va raqiblari harakatlarini oldindan bashorat qilish, maydonda yuzaga kelgan vaziyatni tez anglash hamda to'g'ri taktik qaror qabul qilish imkonini beradi. Ayniqsa, gandbol dinamik o'yin bo'lganligi sababli sinergetik fikrlash sportchining raqobatbardoshligini oshiruvchi muhim omillardan biri sifatida namoyon bo'ladi.

Gandbol murabbiylarining aksariyat ko'pchiligi mashg'ulotlar jarayonlarida, asosan jismoniy, texnik-taktik tayyorgarlikni rivojlantirishga qaratib, o'yinchilarning ijodiy va tizimli fikrlash qobiliyatlarini shakllantirishga yetarlicha e'tibor qaratmaydilar. Natijada sportchilar standart vaziyatlarda muvaffaqiyatli harakat qilsalar-da, kutilmagan holatlarda samarali qaror qabul qilishda qiyinchilikka duch keladilar. Bu esa o'yin samaradorligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Shu nuqtai nazardan, gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash orqali rivojlantirish ilmiy va amaliy jihatdan muhim ahamiyatga ega [2].

Mazkur tadqiqotning maqsadi gandbolchilarda sinergetik fikrlash elementlarini shakllantirish orqali ularning taktik tayyorgarligi va o'yin samaradorligini oshirish imkoniyatlarini aniqlashdan iborat. Tadqiqot natijalari sport mashg'ulotlari mazmunini boyitish, zamonaviy tayyorgarlik texnologiyalarini ishlab chiqish hamda murabbiylik amaliyotini takomillashtirishga xizmat qiladi [2].

### METODOLOGIYA

Ilmiy izlanishning dastlabki bosqichida mavzuga oid ilmiy-uslubiy adabiyotlar o'rganildi va tahlil qilindi. Unda sport pedagogikasi, gandbol nazariyasi, taktik tayyorgarlik va sinergetik yondashuvga bag'ishlangan mahalliy hamda xorijiy manbalar o'rganildi. Bu esa o'z navbatida tadqiqotning nazariy asoslarini belgilash va tajriba dasturini ishlab chiqish imkonini berdi [5].

Tadqiqot ishi Namangan olimpiya va paraolimpiya sport turlariga tayyorlash markazi gandbolchilari bilan olib borildi. Tadqiqotda gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash orqali rivojlantirish samaradorligini aniqlash maqsadida kompleks pedagogik va ilmiy tadqiqot usullaridan foydalanildi. Tadqiqotda 16–18 yoshli 24 nafar gandbolchi qizlar ishtirok etishdi. Ular tayyorgarlik darajasi va sport malakasiga ko'ra ikkita guruhga, ya'ni nazorat va tajriba guruhlariga ajratildi. Har bir guruhda 12 nafardan ishtirokchi bo'lib, mashg'ulot jarayoni belgilangan dastur asosida tashkil etildi [4].

Pedagogik kuzatuv usuli orqali sportchilarning mashg'ulot va musobaqa jarayonidagi harakatlari, qaror qabul qilish tezligi, jamoaviy hamkorligi hamda o'yin vaziyatlariga moslashish darajasi muntazam nazorat qilindi. Kuzatuv natijalari maxsus baho mezonlari asosida qayd etildi.

Test sinovlari orqali ishtirokchilarning taktik fikrlash, tezkor qaror qabul qilish va o'yin samaradorligi ko'rsatkichlari baholandi. Bunda maxsus o'yin vaziyatlari yaratildi va sportchilarning yechim topish vaqti hamda harakat aniqligi o'lchandi. Shuningdek, jismoniy tayyorgarlikni baholash maqsadida tezkorlik, chidamlilik va chaqqonlik testlari ham qo'llanildi.

Tajriba guruhida mashg'ulotlar sinergetik fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan maxsus dastur asosida olib borildi. Unda modellashtirilgan o'yin vaziyatlari, noodatiy taktik topshiriqlar, guruhli muammoli mashqlar va tezkor tahlil elementlaridan foydalanildi. Nazorat guruhi esa an'anaviy mashg'ulot dasturi bo'yicha shug'ullandi.

Olingan natijalar matematik-statistik usullar yordamida qayta ishlandi. O'rtacha arifmetik qiymatlar, foiz ko'rsatkichlari va tajriba oldi hamda keyingi natijalar o'rtasidagi farqlar hisoblab chiqildi. Shu orqali sinergetik fikrlashga asoslangan mashg'ulotlar samaradorligi ilmiy jihatdan asoslab berildi [7].

### **TADQIQOT NATIJALARI VA MUHOKAMASI**

Tadqiqot jarayonida olingan natijalar gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash asosida rivojlantirish ijobiy samara berishini ko'rsatdi. Tajriba boshida nazorat va tajriba guruhleri ko'rsatkichlari o'zaro yaqin bo'lib, ishtirokchilarning taktik fikrlash, qaror qabul qilish tezligi va jamoaviy hamkorlik darajasida sezilarli farq kuzatilmadi. Biroq 10 oylik maxsus mashg'ulotlar dasturidan so'ng tajriba guruhida muhim ijobiy o'zgarishlar aniqlandi.

Taktik vaziyatlarni hal etish bo'yicha test natijalariga ko'ra, tajriba guruhida to'g'ri qaror qabul qilish ko'rsatkichi 14,6 foizga oshdi, nazorat guruhida esa ushbu o'sish 8,4 foizni tashkil etdi. Qaror qabul qilish vaqti tajriba guruhida o'rtacha 1,8 soniyaga qisqargan bo'lsa, nazorat guruhida bu ko'rsatkich 0,6 soniyaga teng bo'ldi. Bu holat sinergetik fikrlashga asoslangan mashg'ulotlar sportchilarning tezkor tahlil qilish va maqbul yechim tanlash qobiliyatini rivojlantirganini ko'rsatadi.

Jamoaviy o'zaro hamkorlikni baholashda ham ijobiy dinamika qayd etildi. Tajriba guruhida aniq uzatmalar soni 15,2 foizga, hujumlarni samarali yakunlash ko'rsatkichi esa 12,7 foizga oshdi. Nazorat guruhida esa bu ko'rsatkichlar mos ravishda 9,1 va 7,8 foizni tashkil qildi. Musobaqa sharoitida olib borilgan kuzatuvlarda tajriba guruhi o'yinchilari maydondagi o'zgaruvchan vaziyatlarga tezroq moslashgani va o'zaro kelishilgan harakatlarni samarali bajargani kuzatildi.

Tadqiqot doirasida o'tkazilgan so'rovnoma natijalari ham mazkur fikrlarni tasdiqladi. Ishtirokchilarning 83 foizi sinergetik mashqlar o'yin vaziyatini yaxshiroq tushunishga yordam berganini bildirdi. 79 foiz sportchi tez qaror qabul qilish

qobiliyati oshganini ta'kidladi. 87 foiz ishtirokchi esa jamoaviy muloqot va sheriklarni tushunish darajasi yaxshilanganini qayd etdi. Shuningdek, 76 foiz respondentlar bunday mashg'ulotlar qiziqarli va rag'batlantiruvchi ekanini bildirishdi.

Umuman olganda, olingan natijalar sinergetik fikrlashga asoslangan mashg'ulotlar gandbolchilarning taktik tayyorgarligi, tezkor qaror qabul qilishi va jamoaviy o'yin samaradorligini sezilarli darajada oshirishini ko'rsatdi.

Tadqiqot natijalarining tahlili shuni ko'rsatdiki, gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash asosida tashkil etish an'anaviy mashg'ulot usullariga nisbatan samaraliroq hisoblanadi.

Chunki, mazkur yondashuv sportchini faqat alohida texnik harakatlarga emas, balki maydondagi barcha jarayonlarni bir butun tizim sifatida qabul qilishga o'rgatadi. Bu esa o'yin davomida tez o'zgaradigan vaziyatlarda to'g'ri qaror qabul qilish imkoniyatini kengaytiradi.

Tajriba guruhida kuzatilgan qaror qabul qilish tezligining oshishi va taktik xatolarning kamayishi sinergetik fikrlashning amaliy ahamiyatini tasdiqlaydi. Sportchilar bir vaqtning o'zida raqib harakatini baholash, sheriklarining joylashuvini hisobga olish va maqbul harakatni tanlash qobiliyatini namoyon etdilar. Bu esa musobaqa jarayonida gandbol jamoasining yuqori natijaga erishishi uchun muhim omillardan biri sanaladi.

Jamoaviy hamkorlik ko'rsatkichlarining yaxshilanishi ham tadqiqotning muhim jihatlaridan biri bo'ldi. Sinergetik fikrlashning asosiy xususiyati – tizim elementlari o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni anglashdir. Shu bois gandbolchilar o'z harakatlarini jamoa manfaati bilan muvofiqlashtirishga, o'zaro ishonch va muvofiqlikni kuchaytirishga erishdilar. Bu holat aniq uzatmalar soni va hujumlarni samarali yakunlash ko'rsatkichlarida ham o'z ifodasini topdi.

Olingan natijalar boshqa ilmiy tadqiqotlarda keltirilgan fikrlar bilan ham uyg'unlik kasb etadi. Zamonaviy sport nazariyasida kognitiv qobiliyatlar, vaziyatli fikrlash va ijodiy yondashuv sport mahoratining muhim tarkibiy qismi sifatida baholanadi. Bizning tadqiqotda esa ushbu nazariy qarashlar amalda o'z tasdig'ini topdi.

Shu bilan birga, tadqiqotning ayrim cheklovlari ham mavjud. Ishtirokchilar soni nisbatan kam bo'lgani va tajriba muayyan yosh toifasidagi sportchilar bilan o'tkazilgani natijalarni umumlashtirishda ehtiyotkorlikni talab qiladi. Kelgusida turli yosh va malaka darajasidagi gandbolchilar ishtirokida kengroq tadqiqotlar olib borish maqsadga muvofiq.

Umuman, sinergetik fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar gandbolchilarning o'yin faoliyatini takomillashtirish, raqobatbardoshligini oshirish va zamonaviy tayyorgarlik tizimini boyitishda muhim pedagogik vosita sifatida xizmat qiladi.

### XULOSA

Tadqiqot natijalariga asoslanib shuni xulosa qilish mumkinki, gandbolchilarning o'yin tayyorgarligini sinergetik fikrlash orqali rivojlantirish sport mashg'ulotlari samaradorligini sezilarli darajada oshiradi. Zamonaviy gandbolda yuqori natijalarga erishish faqat jismoniy, texnik-taktik tayyorgarlik bilan cheklanib qolmay, balki sportchining tezkor tahlil qilish, vaziyatni to'g'ri baholash va to'g'ri, aniq taktik qaror qabul qilish qobiliyatiga ham bog'liq ekanligi yana bir bor o'z tasdig'ini topdi.

Tajriba jarayonida olingan natijalar sinergetik yondashuv asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar sportchilarning taktik fikrlashini rivojlantirish, jamoaviy hamkorlikni kuchaytirish hamda o'yin vaziyatlariga tez moslashish qobiliyatini oshirishda muhim ahamiyatga ega ekanligini ko'rsatdi. Ayniqsa, qaror qabul qilish tezligining oshishi va taktik xatolarning kamayishi mazkur metodikaning amaliy samaradorligini tasdiqlaydi.

Shu bilan birga, so'rovnoma natijalari ham sportchilarning sinergetik mashqlarga ijobiy munosabatda bo'lganini va bu yondashuv ularning motivatsiyasi hamda o'yinga bo'lgan qiziqishini oshirganini ko'rsatdi. Demak, bunday mashg'ulotlar nafaqat kognitiv qobiliyatlarni, balki psixologik tayyorgarlikni ham rivojlantiradi.

Tadqiqot xulosalariga ko'ra, gandbol mashg'ulotlar jarayoniga sinergetik fikrlash elementlarini kiritish zamonaviy sport pedagogikasining dolzarb yo'nalishlaridan biri hisoblanadi. Ushbu yondashuv sportchilarni murakkab o'yin

vaziyatlarida mustaqil va to'g'ri qaror qabul qilishga tayyorlaydi, jamoaviy o'yin sifatini yaxshilaydi hamda musobaqa natijalarini oshiradi.

Kelgusida ushbu metodikani turli yosh va malaka darajasidagi gandbolchilar bilan kengroq qo'llash maqsadga muvofiqdir. Bu esa sport tayyorgarligi tizimini yanada takomillashtirish va zamonaviy talablarga moslashtirish imkonini beradi.

#### FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – Москва: Физкультура и спорт, 2010.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 2015.
3. Гончарова О.В. Спортивные игры: теория и методика обучения. – Москва: Академия, 2012.
4. Иванов В.С. Гандбол: основы техники и тактики. – Москва: Спорт, 2014.
5. Фарбер Д.А. Психология спортивной деятельности. – Санкт-Петербург: Питер, 2013.
6. Костикова, О. В., Азизов, С. В., Болтобаев, С. А., Азизова, Р. И., & Махмуджонов, А. А. (2025). Развитие у юных баскетболистов скорости и точности броска. *Физическая культура, спорт-наука и практика*, 2, 109-114.
7. Boltobaev, S. A., Kostikova, O. V., Azizov, S. V., & Azizov, N. N. (2022). Influence of stress and anxiety on highly qualified athletes. *International journal of health sciences*, 6(S3), 1394-1410.
8. Azizov, S. V., Mahmudjonov, A. A., & Oripov, A. F. (2024). Sprinterlarni tayyorlashda psixologik tayyorgarlikning ahamiyati. *Экономика и социум*, (6-2 (121)), 85-90.
9. Azizov, S. V. (2024). YOSH SPINTERLARNI SARALAB OLISHNING O'ZIGA HOS JIHATLARI. *Экономика и социум*, (2-1 (117)), 126-129.