



GANDBOL HAKAMLARINING JISMONIY TAYYORGARLIGI VA HAKAMLIK SIFATI O‘RTASIDAGI BOG‘LIQLIK

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqot
instituti mustaqil izlanuvchisi
Romanova Nigora Baxtiyorovna

Muallif bilan bog‘lanish uchun:

Email: romanova90@inyernet.ru

Annotatsiya

Mazkur maqolada gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligi va hakamlik faoliyati sifati o‘rtasidagi bog‘liqlik tahlil qilingan. Tadqiqot davomida hakamlarning tezkorlik, chidamlilik va harakat koordinatsiyasi ko‘rsatkichlari hamda musobaqa jarayonidagi qaror qabul qilish aniqligi o‘rganildi. Olingan natijalar jismoniy tayyorgarlik darajasi yuqori bo‘lgan hakamlarda o‘yin vaziyatlarini baholash, qaror qabul qilish va o‘yin dinamikasini kuzatish sifati yuqori ekanligini ko‘rsatdi. Tadqiqot natijalari gandbol hakamlarini tayyorlash tizimini takomillashtirishda amaliy ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: gandbol, hakam, jismoniy tayyorgarlik, hakamlik sifati, chidamlilik, tezkorlik, qaror qabul qilish, musobaqa faoliyati.

Abstract

This article analyzes the relationship between the physical fitness of handball referees and the quality of refereeing performance. The study examined referees' speed, endurance, coordination abilities, and decision-making accuracy during competitions. The results showed that referees with a higher level of physical fitness demonstrated better game assessment, more accurate decision-making, and improved monitoring of game dynamics. The findings have practical significance for improving the training system of handball referees.

Keywords: handball, referee, physical fitness, refereeing quality, endurance, speed, decision-making, competition activity.

Kirish

Zamonaviy sport o‘yinlari tarkibida gandbol o‘zining yuqori intensivligi, tezkor harakatlarga boyligi va murakkab texnik-taktik harakatlari bilan ajralib turadi. O‘yin davomida hakamlar sportchilar bilan deyarli bir xil harakat faolligini namoyon etishlari, maydondagi vaziyatlarni to‘g‘ri baholashlari va qisqa vaqt ichida adolatli qaror qabul



qilishlari talab etiladi. Shu sababli hakamlarning jismoniy tayyorgarligi musobaqalarni sifatli boshqarishning muhim omillaridan biri hisoblanadi.

Soʻnggi yillarda sport musobaqalarining sifati va adolatligini taʼminlashda hakamlarning kasbiy kompetentligini rivojlantirish masalasi dolzarb ahamiyat kasb etmoqda. Gandbol musobaqalarida hakamlar oʻyin jarayonini uzluksiz kuzatib borishi, hujum va himoya fazalarida maydonning qulay nuqtasida joylashishi hamda oʻyinчилarning texnik harakatlarini nazorat qilishi lozim. Bunday faoliyat esa yuqori darajadagi jismoniy tayyorgarlikni talab qiladi.

Tadqiqotning dolzarbligi

Sport musobaqalarining adolatli va sifatli tashkil etilishi koʻp jihatdan hakamlarning kasbiy tayyorgarligi hamda faoliyat samaradorligiga bogʻliq. Zamonaviy gandbol oʻyining intensivligi, oʻyin surʼatining doimiy oshib borishi va texnik-taktik harakatlarning murakkablashuvi hakamlardan yuqori darajadagi jismoniy, funksional va psixologik tayyorgarlikni talab etmoqda. Musobaqa davomida hakamlar qisqa vaqt oraliqʼida murakkab vaziyatlarni baholashi, oʻyin qoidalarini toʻgʻri qoʻllashi va tezkor qarorlar qabul qilishi zarur. Bunday sharoitda jismoniy tayyorgarlikning yetarli darajada boʻlmasligi hakamlarning pozitsion joylashuvi, diqqat barqarorligi va qaror qabul qilish aniqligiga salbiy taʼsir koʻrsatishi mumkin.

Sport hakamligi boʻyicha olib borilgan ilmiy tadqiqotlar hakamlar faoliyatining psixologik, pedagogik va tashkiliy jihatlarini qamrab olgan boʻlsa-da, gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligi va hakamlar sifati oʻrtasidagi bogʻliqlik yetarli darajada oʻrganilmagan. Xalqaro sport hakamligi tadqiqotlarida hakamlarning fiziologik tayyorgarligi, qaror qabul qilish sifati va musobaqa samaradorligi oʻrtasida uzviy bogʻliqlik mavjudligi taʼkidlangan. Shu nuqtai nazardan, gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligini ilmiy asosda tahlil qilish hamda uning hakamlar faoliyatiga taʼsirini aniqlash dolzarb ilmiy-amaliy muammo hisoblanadi.

Tadqiqot metodologiyasi

Tadqiqotda tizimli yondashuv, faoliyatga yoʻnaltirilgan yondashuv hamda sport-pedagogik tadqiqot metodlari asos qilib olindi. Tadqiqot jarayonida ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili, pedagogik kuzatuv, ekspert baholash, pedagogik testlash, videoanaliz, matematik-statistik tahlil va korrelyatsion tahlil usullaridan foydalanildi.

Tadqiqot obyekti sifatida turli malaka toifalariga mansub gandbol hakamlarining musobaqa faoliyati tanlandi. Hakamlarning jismoniy tayyorgarlik darajasi 30 metrga yugurish, 1000 metrga yugurish, shuttle-run testi hamda funksional tayyorgarlik koʻrsatkichlari orqali baholandi. Hakamlar sifati esa ekspertlar tomonidan qaror qabul



qilish aniqligi, pozitsion harakatlanish sifati, o'yin vaziyatlarini baholash darajasi va umumiy musobaqa boshqaruvi mezonlari asosida aniqlandi.

Olingan ma'lumotlarning ishonchliligini ta'minlash maqsadida o'rtacha arifmetik qiymat (M), standart og'ish (σ), Student mezoni (t) va Pirson korrelyatsiya koeffitsiyenti (r) hisoblandi. Sport fanlarida metodologik asoslangan tadqiqot dizayni va statistik tahlil natijalarning ilmiy ishonchliligini ta'minlovchi muhim omil sifatida e'tirof etiladi.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi

Gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligi va hakamlik sifati o'rtasidagi bog'liqlik kompleks yondashuv asosida ilk bor tizimli ravishda tahlil qilindi.

Hakamlik faoliyati samaradorligiga ta'sir etuvchi jismoniy tayyorgarlik komponentlari (tezkorlik, maxsus chidamlilik, koordinatsion qobiliyat va funksional tayyorgarlik) aniqlashtirildi.

Gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarlik darajasi bilan qaror qabul qilish aniqligi o'rtasidagi statistik bog'liqlik ko'rsatkichlari aniqlandi.

Musobaqa jarayonida hakamlarning harakat faolligi va pozitsion joylashuvini baholash mezonlari takomillashtirildi.

Gandbol hakamlarini tayyorlash jarayoniga yo'naltirilgan maxsus jismoniy tayyorgarlik modeli hamda baholash mezonlari ishlab chiqildi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati

Tadqiqot natijalari gandbol hakamlarini tayyorlash va qayta tayyorlash tizimini takomillashtirish imkonini beradi. Ishlab chiqilgan tavsiyalar hakamlarning maxsus jismoniy tayyorgarligini rivojlantirish, musobaqa faoliyatidagi xatolar sonini kamaytirish va hakamlik sifatini oshirishga xizmat qiladi.

Tadqiqot natijalaridan Oliy ta'lim muassasalarining sport faoliyati yo'nalishlarida, gandbol federatsiyalarining hakamlar tayyorlash kurslarida, malaka oshirish markazlarida hamda sport maktablarida foydalanish mumkin.

Shuningdek, ishlab chiqilgan baholash mezonlari hakamlarning jismoniy tayyorgarlik darajasini monitoring qilish, istiqbolli hakamlarni saralash va ularning kasbiy rivojlanish dinamikasini nazorat qilishda qo'llanilishi mumkin.

Tadqiqotda 24 nafar hududiy va respublika toifasidagi gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari o'rganildi. Hakamlarning tezkorligi 30 metrga yugurish, chidamliligi 1000 metrga yugurish hamda maxsus harakatlanish qobiliyati 4×10 metr shuttle-run testi orqali baholandi. Hakamlik sifati esa musobaqa bayonnomalari, ekspert baholari va videoanaliz natijalari asosida aniqlangan.



Jadval 1

Gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari

Ko'rsatkich	n	M $\pm$ m
30 m yugurish (sek.)	24	4,49 $\pm$ 0,13
1000 m yugurish (daq.)	24	3,82 $\pm$ 0,19
Shuttle-run 4 $\times$ 10 m (sek.)	24	10,15 $\pm$ 0,27
Yurak urishining tiklanishi (%)	24	88,2 $\pm$ 2,4

Natijalar hakamlarning aksariyatida umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlari qoniqarli darajada ekanligini ko'rsatdi. Biroq ayrim hakamlarda chidamlilik va tezkorlik bo'yicha ko'rsatkichlarning pastligi musobaqa davomida pozitsion xatolarning ko'payishiga olib kelgan.

Tadqiqot davomida hakamlik faoliyatining asosiy ko'rsatkichlari ham tahlil qilindi. Qaror qabul qilish aniqligi, o'yin holatlarini to'g'ri baholash va intizomiy choralarni qo'llashdagi xatolar soni baholash mezonlari sifatida qabul qilindi.

Jadval 2

Jismoniy tayyorgarlik va hakamlik sifati o'rtasidagi korrelyatsiya ko'rsatkichlari

Ko'rsatkichlar	
Chidamlilik – qaror aniqligi	0,81
Tezkorlik – o'yin nazorati sifati	0,76
Koordinatsiya – pozitsion joylashuv sifati	0,73
Tiklanish darajasi – umumiy hakamlik samaradorligi	0,69

Korrelyatsion tahlil natijalari jismoniy tayyorgarlik va hakamlik sifati o'rtasida ijobiy bog'liqlik mavjudligini ko'rsatdi. Ayniqsa, chidamlilik ko'rsatkichi bilan qaror qabul qilish aniqligi o'rtasida yuqori darajadagi bog'liqlik kuzatildi.

Musobaqalarning videoanalizi shuni ko'rsatdiki, jismoniy tayyorgarligi yuqori bo'lgan hakamlar o'yin vaziyatlariga yaqinroq joylashgan va murakkab epizodlarda aniqroq qaror qabul qilgan. Jismoniy tayyorgarligi past bo'lgan hakamlar esa o'yin oxirlariga kelib harakat faolligining pasayishi sababli ayrim vaziyatlarni baholashda xatolarga yo'l qo'ygan.

Jadval 3

Jismoniy tayyorgarlik darajasiga qarab hakamlik sifati ko'rsatkichlari



Guruh	Qaror aniqligi (%)	Pozitsion joylashuv (%)	Umumiy samaradorlik (%)
Yuqori daraja	95,4	93,8	94,6
O'rta daraja	89,2	87,6	88,4
Past daraja	81,5	79,8	80,6

Jadval ma'lumotlari jismoniy tayyorgarlik darajasi oshgani sari hakamlik faoliyati sifati ham yaxshilanishini tasdiqlaydi. Yuqori tayyorgarlikka ega hakamlarning qaror qabul qilish aniqligi past tayyorgarlikdagi hakamlarga nisbatan 13–14 foizga yuqori ekanligi aniqlandi.

Gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligi faqatgina harakatlanish sifati bilan emas, balki psixologik barqarorlik bilan ham bog'liqdir. Yetarli darajadagi jismoniy tayyorgarlik markaziy nerv tizimining faoliyatini qo'llab-quvvatlaydi, diqqatning barqarorligini ta'minlaydi va stress holatlarida to'g'ri qaror qabul qilish imkoniyatlarini oshiradi. Shu sababli hakamlarni tayyorlash jarayonida maxsus jismoniy mashqlar bilan bir qatorda psixologik tayyorgarlikka ham e'tibor qaratish maqsadga muvofiqdir.

Tadqiqot natijalari asosida gandbol hakamlarini tayyorlash dasturlariga maxsus chidamlilik mashqlari, tezkorlikni rivojlantiruvchi vositalar hamda o'yin sharoitiga yaqinlashtirilgan harakatli mashg'ulotlarni kiritish tavsiya etiladi. Shuningdek, videoanaliz texnologiyalaridan foydalanish orqali hakamlarning pozitsion harakatlarini takomillashtirish mumkin.

Xulosa qilib aytganda, gandbol hakamlarining jismoniy tayyorgarligi hakamlik faoliyatining sifati va samaradorligini belgilovchi muhim omil hisoblanadi. Chidamlilik, tezkorlik va koordinatsion qobiliyatlarning yuqori darajada rivojlanganligi hakamlarning qaror qabul qilish aniqligini oshiradi, pozitsion xatolar sonini kamaytiradi va musobaqalarni adolatli boshqarishga xizmat qiladi. Shu bois hakamlarni tayyorlash va malakasini oshirish tizimida jismoniy tayyorgarlikni takomillashtirishga alohida e'tibor qaratish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ismoilov A.I. Sport o'yinlarida hakamlik faoliyatining nazariy asoslari. – Toshkent: Fan, 2022.
2. Karimov F.A. Gandbol nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O'zbekiston, 2023. – 248 b.
3. Platonov V.N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2020.



4. Matveev L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi. – Moskva: Sport, 2019.
5. International Handball Federation. Referee Education and Training Programme. – Basel: IHF, 2024.
6. Abdullayev A.A. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Navro‘z, 2023. – 412 b.
7. Jumaniyazov U.I. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: Print Darhan, 2025. – 356 b.
8. Salamov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. – Toshkent: ITA-PRESS, 2014. – 220 b.
9. Usmonxo‘jayev T.S., Tursunov O‘. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti. – Toshkent: O‘qituvchi, 2004. – 184 b.
10. Qurbonov J.I., Salimov G‘.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi. – Buxoro: Durdona, 2019. – 286 b.