

75.576.973  
Г 18

ҚАЗАҚ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ

Д.Н. Жүнісбек, Н.Э. Кефер, Б.З. Зауренбеков,  
Е.Т. Шанкулов, Р.Б. Абеков.

# ГАНДБОЛ ОЙЫНЫН ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ



75.576.973

П18

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ  
МИНИСТІРЛІГІ

ҚАЗАҚ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ

Д.Н. Жүнісбек, Н.Э. Кефер, Б.З. Зауренбеков,  
Е.Т. Шанкулов, Р.Б. Абеков.

**ГАНДБОЛ ОЙЫНЫН ОҚЫТУ  
ӘДІСТЕМЕСІ**

Оқу құралы

Библиотека  
Казахской академии  
спорта и туризма  
№ 81К

Алматы – 2019

ӘОЖ 796/799 (075.8)

КБЖ 75.1 я 73

Г-19

Басылымға Қазақ спорт және туризм академиясының ғылыми  
кеңесімен ұсынылған  
(2019 жылдың № 4 хаттама)

Сын пікір жазғандар:

Абдыкадырова Д.Р.

педагогика ғылымының кандидаты, доцент

Жунусбеков Ж.И.

педагогика ғылымының кандидаты, профессор

Д.Н. Жүнісбек, Н.Ә. Кефер, Б.З. Зауренбеков, Е.Т. Шанкулов, Р.Б. Абеков.  
Г-19 Гандбол ойынын оқыту әдістемесі. Оқу құралы: / Д.Н. Жүнісбек,  
Н.Ә. Кефер, Б.З. Зауренбеков, Е.Т. Шанкулов, Р.Б. Абеков. - Алматы:  
ҚазСТА, 2019. - 80 б.

ISBN 978-601-7964-38-2

Бұл оқу құралы қазіргі гандбол бағдарламасына сәйкес жазылып, дене  
шынықтыру және спорт саласындағы жоғары оқу орындарының  
студенттеріне, жаттықтырушыларға арналған.

Оқу құралында жалпы гандбол ойынының даму тарихы, техникасы мен  
тактикасының негізгі түсініктері, үйрету мен жаттықтыру әдістемесі  
мәселелері қаралады.

ӘОЖ 796/799 (075.8)

КБЖ 75.1 я73

ISBN 978-601-7964-38-2

©Қазақ спорт және туризм академиясы, 2019

©Жүнісбек Динара Нұрғалыққызы, 2019

©Кефер Наталья Эгоновна, 2019

©Зауренбеков Бауыржан Зауренбекович, 2019

©Шанкулов Ерлан Тулеубаевич, 2019

©Абеков Руслан Бекболатович, 2019

## МАЗМҰНЫ

КІРІСПЕ.....	3
1 ГАНДБОЛ ОЙЫНЫНЫҢ НЕГІЗДЕРІ.....	7
1.1 Ойынның пайда болуы және дамуы.....	7
1.2 Қазақстандағы гандболдың дамуы.....	11
2 ОЙЫН ЕРЕЖЕЛЕРІНІҢ ЭВОЛЮЦИЯСЫ.....	21
2.1 Гандбол ойынының негізгі ережелері.....	21
2.2 Ойын уақыты, соңғы белгі және минуттық үзіліс.....	23
2.3 Гандболға арналған құрал – жабдықтар.....	25
3 ГАНДБОЛДАҒЫ ТЕХНИКАЛЫҚ ТӘСІЛДЕРДІ ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ.....	23
3.1 Гандбол ойынының техникасы және жіктелуі.....	23
3.2 Шабуыл техникасы.....	30
3.3 Қорғаныс техникасы.....	49
4 ГАНДБОЛДАҒЫ ТАКТИКАЛЫҚ ІС-ҚИМЫЛДАРДЫ ОҚЫТУ ӘДІСТЕМЕСІ.....	60
4.1 Шабуыл тактикасы және тактикалық өзара іс-қимылдарды оқыту.....	60
4.2 Қорғаныс тактикасын оқыту әдістемесі.....	68
5 ГАНДБОЛ ТЕРМИНДЕРІНІҢ СӨЗДІГІ.....	74
ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ.....	79

Басуға 04.11.2019 ж. қол қойылды.  
Пішімі 64x32/16. Көлемі 22,25 баспа табак.  
RISO басылым. Таралымы 500 дана.  
ЖС «Тантеев» баспасы  
Алматы қаласы, 4-Ақсай ықшам ауданы, 73 үй.  
Телефон: 8 701 429 12 82