

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI**

**TOSHKENT ARXITEKTURA QURILISH INSTITUTI
BINO VA INSHOATLAR QURILISHI FAKULTETI
“JISMONIY TARBIYA VA SPORT” KAFEDRASI
JISMONIY TARBIYA FANIDAN**

REFERAT

Mavzu: Basketbol

**Bajardi: 13-14 guruh talabasi
Toshtemirov A.**

Tekshirdi: Gafurjanov F.S.

TOSHKENT 2015

Basketbol

«Basket» soʻzi inglizchadan tarjima qilinganda, «savat» maʼnosini anglatadi. XIX asrning oxiri, yaʼni mana shu oʻyin paydo boʻlgan paytda hozirgi metall halqali toʻr oʻrnida devorga mahkamlab qoʻyilgan savatcha ishlatilgan; savatchaning tub qismi ochiq boʻlgan. «Bol» soʻzi esa, «toʻp» deb tarjima qilinadi.

Basketbol toʻpi voleybol va futbol toʻplaridan farq qiladi: u katta va ogʻirroq. Ammo basketbol toʻpi boʻlmasa, hovlida futbol yoki voleybol toʻpi bilan ham basketbol oʻynash mumkin.

Bolalarning koʻpchiligi basketbol oʻynash uchun, albatta, kishining boʻyi baland boʻlishi kerak, deb oʻylaydilar. Albatta, boʻyning baland boʻlishi basketbolchi uchun muhim, chunki boʻyi baland oʻyinchi toʻpni savatga osonroq tashlaydi. Ammo oʻrta va past boʻyli bolalardan ham yaxshi basketbolchi yetishib chiqishi mumkin. Chunki oʻyinda hamma narsa harakatchanlik, chidam va chaqqonlikka bogʻliq.

Oʻyindan maqsad — balandga mahkamlab qoʻyilgan savatga toʻpni qoʻl bilan tushirishdir. Oʻyin 26414 metrli tekis toʻgʻri toʻrtburchak

maydonchada o'ynaladi; o'yin ikki jamoa o'rtasida o'tkazilib, har bir jamoa 5 kishidan iborat bo'ladi. Har bir jamoada yana 5 tadan zaxira o'yinchi bo'ladi. O'yinchilar markaziy o'yinchi, hujumchi va himoyachilarga bo'linadi. Agar jamoa o'yinchisi to'pni o'yin davomida jarima maydoni tashqarisidan savatga tushirsa, to'p tushirgan jamoa uch ochko (xol)ga, jarima maydoni ichida tushirsa ikki ochko (xol)ga, jarima to'pi tashlaganda tushirsa bir ochko(xol)ga ega bo'ladi. O'yin ikki davr (taym): kattalar uchun 20, 13–14 yoshdagi bolalar uchun –12 daqiqa davom etadi. To'pni musht bilan urish yoki oyoq bilan tepish mumkin emas. Shuningdek, raqibni ushlash yoki turtishga ham ruxsat etilmaydi.

Kichik yoshdagi bolalar uchun basketbolning mini-basketbol turi mavjud. Mini-basketbolda o'yin soddalashtirilgan qoida bo'yicha olib boriladi. 12x6 metr hajmdagi maydonchani asfaltlangan hovlining o'ziga chizish mumkin. Jamoalarda o'yinchilar to'rt va undan ko'p bo'lishi mumkin.

Basketbolchi to'pni o'ng va chap qo'lda aniq tashlash va ilib olishni bilishi kerak. Buning uchun biror joyni mo'ljalga olib, o'ng va chap qo'lda u yerga mayda toshlarni tashlash foydalidir. Bundan tashqari,

devorga ham biror belgi qo'yib, sakrab unga qo'lni tekkizing. Asta-sekin shu belgini yuqoriga ko'taraboring. Ko'proq mashq qiling!

Basketbol o'yini respublikamiz hayotiga 1920-yildan kirib kelgan va hozirgacha o'quv muassalari dasturida mavjud. Bu o'yinni AQSH ning Sppringfild kollejida Jeyms Neysmit degan jismoniy tarbiya o'qituvchisi o'z talabalari bilan bundan 110 yil muqaddam o'ylab topgan. Basketbol o'yinida 5 kishidan iborat bo'lgan ikkita jamoa ishtirok etadi.

O'yinda tushgan har bir to'p – 2 ochkodan hisoblanadi. Basketbol to'pining og'irligi 600 dan 650 grammgacha bo'lishi zarur.

Basketbol maydonining o'lchami 28x15 bo'ladi. 12 yoshgacha bo'lgan bolalar mini basketbolni kattlarga mo'ljallangan (28x15)

Maydonda o'ynasalar bo'ladi, ammo jarima to'pi 4 metrli masofa belgilanadi. Shchitning o'lchovi 90x120 sm, to'r o'rnatilgan halqaning kataligi 0,45m, to'rning kenglik joyi 0,30 m bo'lib, shchitning o'zi yerdan 2 m 60 sm balandlikda o'rnatiladi. To'p og'irligi 450-500 gramm bo'ladi.

Basketbol. O'zbekiston kubogi

Toshkentda basketbol bo'yicha erkaklar jamoalari o'rtasida 2012 yilgi mamlakat kubogi bahslari bo'lib o'tdi. Hal qiluvchi final uchrashuvida poytaxtning "Elektroapparat" jamoasidan 65:49 hisobida ustun kelgan MHSK basketbolchilari bosh sovrinni qo'lga kiritdilar.

Bu yilgi musobaqada jami sakkiz jamoa ikki guruhga bo'lingan xolda g'oliblik uchun bahs yuritdi. O'z guruhlarida 1-2 o'rinlarni band etgan to'rt jamoa yarim finalga yo'llanma oldi.

Yarim final bahslarida MHSK klubi O'zbekiston yoshlar terma jamoasini 75:46 hisobida mag'lub etgan bo'lsa, "So'g'diyona" (Navoiy) va "Elektroapparat" (Toshkent) jamoalarining o'zaro uchrashuvi 65:61 hisobida poytaxtlik basketbolchilar foydasiga hal bo'ldi.

Uchinchi o'rin uchun o'tkazilgan o'yinda "So'g'diyona" jamoasi a'zolari O'zbekiston yoshlar terma jamoasidan 84:65 hisobida ustun keldilar.

