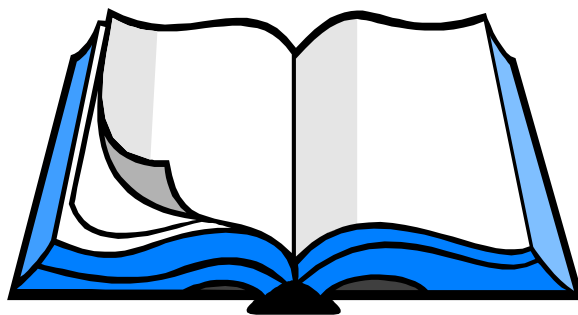


O`zbekiston Respublikasi Xalq ta`limi vazirligi

Navoiy davlat pedagogika instituti

**« TANLOV FAN » (basketbol) FANIDAN
MA`RUZALAR MATNI.**



NAVOIY- 2010 YIL.

Tuzuvchi:

o`qituvchi Cho'liyev A.Q.

Taqrizchi:

A.Q. Nurullayev

Kafedraning 29-avgust 1-sonli yig'ilishida muhokama qilinib, o`quv jarayonida foydalanish uchun tavsiya etilgan.

Mavzu: Basketbolning rivojlanish tarixi.

REJA:

- 1. Basketbolning paydo bo'lishi va rivojlanishi.**
- 2. O'zbekistonda basketbolning rivojlanishi.**
- 3. Xulosa va takliflar.**

Tayanch iboralari:

Basketbol o'yinining kashf etilishi, AQSH, Fransiya, Nermaniya, Angliya, Gretsiya, savat to'pi, o'yinchilar soni, qoidalar, jihozlar, maydonlar, gimnastika, bol, basket, Yevropa olimpiada federatsiyasi jamg'arma, vaqt.

1. Basketbolning paydo bo'lishi va rivojlanishi.

Basketbol 1891 yilda AQShning Masashusti shtatidagi Springfield kollejining jismoniy tarbiya o'qituvchisi Djeymis Neysmit tomonidan kashf etilgan. Bu o'yinning yaratishda Neymit uzoq vaqtlardan beri keng tarqalgan to'p bilan o'tkazilgan oddiy o'yinlar xarakatidagi tarixiy ma'lumotlardan foydalangan deb taxmin qilish mumkin.

Kollejda o'tkazilgan gimnastika darslarini jonlantirish haqida topshiriq olgan Djeymis Neysmit yopiq xonalar uchun yangi o'yin o'ylab chiqdi. U balkon pajlarida shaftoli solinadigan ikkita savatni osib qo'ydi. O'yinda qatnashuvchilar o'z raqiblarining savatlarga futbol to'pini tushurishlari lozim edi. O'yinda erkaklar bilan ayollar birgalikda qatnashadilar Neysmit taklif etgan o'yin birinchi kundanoq talabalar orasida katta qiziqish uyg'otdi.

Gimnastika gruppasida 18 kishi bo'lgani uchun, ular ikki komandaga bo'linib o'ynay boshladilar. Keyinchalik xar bir komandalagi o'yinchilar soni 7 ta va 5 tagacha kamaytirildi.

To'p savatga tashlanganligi uchun bu o'yin "basketbol" ("basket" g' savat, "bol"-to'p) deb atala boshlandi.

1892 yil Neymist o'yini qoidalarining 13 moddasini tuzib chiqdi, shundan so'ng maxsus musoboqalar o'tkazish boshlandi va bu qoidalar yildan yilga mukammallashdi. Masalan, 1893 yilda 1 marta temir doiralari tur savatlar paydo bo'ldi. Yana bir yildan so'ng to'pning aylana uzunligi 30-32 duym (76,2 g'81.3 sm) gacha ko'paytirildi. 1895 yilda 15 fut (5 m 25 sm) masofadan bajariladigan jarima to'plar kiritiladi.

Birinchi rasmiy musobaqa qoidalari 1894 yilda AQSHda e'lon qilingan e'lon qilingan edi. O'yin yildan yilga rivojlanib, o'yin texnikasi va taktikasi vujudga keldi. 1896 yildan boshlab to'pni boshlab yerga urib o'ynashga ruxsat berildi.

Basketbol avvalgi Amerikadan Sharq mamlakatlariga- Yaponiya, Xitoy, Flippin, shundan so'ng esa, yevropa mamlakatlariga CHexoslovakiya, Liva, Estoniya, Latviya, Italiya, Fransiya va nihoyat, Janubiy Amerikaning ba'zi bir mamlakatlariga tarqaldi.

1921-31 yillarda milliy basketbol federatsiyalari tashkil qilina boshladi. Dunyodagi ko'pgina mamlakatlarda basketbolning keng tarqalishi natijasida 1932 yilning 18 iyunida Xalqaro basketbol federatsiyasi (FIBA)ning tashkil qilinishi bu yilning rivojlanishida katta ahamiyatga ega bo'ldi. Argentina, Gretsiya, Italiya, Latviya, Portugaliya, Reminiya, SHvesariya va CHexoslovakiya mamlakatlari xalqaro basketbol federatsiyasiga birinchilar qatoriga a'zo bo'lib kirdilar. O'yin butun dunyoga keng tarqala boshladi. 1935 yilda Jenevada erkaklar komandalari o'rtasida birinchi yevropa chempionati bo'lib o'tdi. Bunda Boltiq bo'yi mamlakatlarning komandalari ustun keldilar Latviya terma komandasi birinchi bo'lib yevropa chempioni unvoniga sazovor bo'ldi.

Olimpiada o'yinlari dasturiga basketbol birinchi marta 1936 yil kiritildi. 11 olimpiada o'yinlarning basketbol turniriga 12 mamlakatning erkaklar komandalari qatnashdilar.

Ayollar o'rtasida birinchi yevropa chempionati 1938 yil Rimda bo'ldi. Bunda Italiya milliy komandasi g'alaba qozondi.

1948-1956 yillar xalqaro basketbol federatsiyasining boshqa xalqaro sport birlashmalarini ichida yuqori o'yinlardan birinchi egallash bilan xarakterlanadi. Dunyo va yevropa chempionatlari kabi katta musobaqalar FIBA rahbarligi ostida o'tdi. Hamma xalqaro musobaqalarda dunyoning hamma nufuzli mamlakat jamoalari qatnashib keldilar, bundan tashqari o'sha zamonlarda 1948 yilda 50 mamlakat halqaro basketbol feyerasiyasiga a'zo edi.

Basketbol texnikasi va taktikasi rivojlanib bordi. To'pni uzatib uni yerga urib yurish va chalg'atishlarining yangi usullari vujudga keldi. Masalan, to'pni savatga bir qo'llab otish, so'ngra esa, sakraganda bir qo'llab otish usullarining paydo bo'lishi, basketbol texnikasi va taktikasi juda ta'sir ko'rsatadi. Ilgari musobaqa hisobi 20-30 ochkodan oshmasdan boshladi. Taktikada markaziy o'yinchi orqali hujum uyushtirish sestemasi orqali o'zining shiddatli yakunini topmoqda.

1950 yilda Argentinada erkaklar jamoalari o'rtasida birinchi jahon chempionati bo'lib o'tdi. Bunda mezbonlar birinchi o'rinni egalladilar. Ayollar jamoalari uchun birinchi jahon chempionati 1953 yilda o'tkazildi. Jahon chempionati unvoniga AQSH ayollar terma jamoasi sazovor bo'ldi.

Jahon chempionati ayollar va erkaklar jamoasini uchun har 4 yilda 1 marotaba o'tkazilib kelinmoqda.

1950 yilning boshida basketbol o'yinning musobaqa qoidalariga qo'yidagi o'zgarishlar kiritildi:

- 30 sek foydasi (bunga asosan to'pni egallab turgan jamoa 30 sek vaqt ichida raqib savatiga otish lozim);
- 3 sek qoidasi va jarima maydonchasining kengaytirilishi (bunga asosaan, hujumchi raqibning jarima maydonchasi ichida 3 sek dan ortiq turish taqiqlanadi);
- to'pni yerga urib yurishni boshladi, ko'p basketbolchining qo'lidan chiqqandan so'ng tayanch oyoqni yerdan uzishga ruxsat beriladi va hakozi.

Bu yillarda basketbol o'yinning texnikasi takomillashdi. Bir klub to'p uzatish, faqat panja harakati bilan to'p uzatish chalg'itib uzatish hamda to'pga qaramasdan uni yerga urib yurish, sakraganda bir va ikki qo'llab to'pni savatga to'p otish usullari keng tarqaldi.

1957 yildan sshng basketbol juda katta rivojlanish davrini boshidan kechirdi, o'sha davrda dunyoda hamdo'stlik davlatlar vakillari FIBA o'tkazayotgan konegress va konferensiyalarda borib, o'yin jarayoniga ta'sir ko'rsatadigan hamma masalalarni xal qilishda faol qatnashar edilar.

FIBA rahbarligi ostida har yili muntazam qtkazilgan yevropa chempionlari kubogi va kubok egalari musobaqalarida juda ko'plab yevropa mamlakatlari qatnashib kelmoqdalar.

Hozirgi kunda basketbol bilan boshqa sport turlariga nisbatan eng ko'p (100 milliondan ortiq) kishi shug'ullanib kelmoqda. Xalqaro basketbol federatsiyasiga 160 dan ortiq mamlakatlarning milliy federatsiyalar a'zodir.

Basketbol Afrika qit'asining uzoq xududlariga va qitalardan minglab km uzoqda joylashgan okeani orollariga ham yetib bormoqda.

Hozir basketbol Afrikaning 34 dan ortiq mamlakat aholisining sevimli o'yiniga aylangan. 21 olimpiada o'yinlari dasturida (1976, monerial) basketbol bo'yicha ayollar bellashuvini kiritilishi o'yinning bundan keyingi rivojlanishiga katta ta'sir ko'rsatadi.

O'zbekistonda basketbolning rivojlanishi.

O'zbekiston hududida basketbol 1913g'14 yillarda tarqala boshlanganligi haqida ma'lumotlar bor. Ammo, o'lkamizda faqat 1917 yildan kein chinikkam rivojlana bordi. O'zbek sportchilarining basketbol bilan tanishishi VSEOVUCH vakili L.D. Barxashning nomi bilan bog'liq. U 1920 yilda Farg'onada basketbol jamoalarini tashkil qilib ularni qoidalar bilan tanishtirdi.

Basketbol 28x16 m li maydonchada har jamoada 9 kishidan iborat bo'lib o'ynaydilar. Maydoncha chiziqlar bilan 3 qismga bo'linib, basketbolchilar 3 himoyachi, 3 yarim himoyachi va 3 hujumchiga ajratilar edi. Ular to'pni savatga ikki qo'llab, pastdan otar edilar.

Toshkentda basketbol jamoasini VSEOVUCH instruktori S.Stariy tashkil qildi. R.Taranov, A. Bagachenkov, YU. Beloserkovskiylar bu komanlaga a'zo edilar. Basketbol seksiyalari keyinchalik Namangan, Samarqand va O'rta Osiyodagi boshqa shaxslarning fabrika, zavod va boshqa tashkilotlarda o'ynada boshladi. SHuning uchun basketbol irdaryo viloyatining 1924 yilda olimpiadasi dasturiga kiritildi. Bu yillarda musobaqalar 1922 yildagi Moskva qoidalariga asosida o'tkazildi. O'yin vaqti 40 m bo'lib, har ikki jamoa 5 kishidan iborat edi (2 ta himoyachi, markaziy o'yinchi va 2 ta hujumchi) Himoyaga faqatgina markaziy hujumchi qaytib kelar va o'yinda hech qanday kombinatsiya qo'llanilmasdi. Jarima to'plarini otish jamoaning bitta o'yinchisi zimmasiga yuklatilar edi. O'yin davomida basketbolchining faqat jarohatlandagina almashtirish mumkin edi. Dastlabki to'p otishda markazdan boshlaydigan basketbolchilar bitta qo'llarni orqapa qilib turishlari, jamoalarning hujumchilari esa, oldi zonalarda turishlari lozim edi. Basketbolning bir joyda to'pni 2 dek dan ortiq tutib turish taqiqlanadi. To'pni savatga ikki qo'llab pastdan va bir qo'llab yelkadan otish keng qo'llaniladigan usullardan bo'lib hisoblanadi.

O'rta Osiyo hududida bir necha Respublikalar tashkil etilgach, O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport ishlarini bajarishni sport tashkilotlari o'z zimmlariga oldilar. 1923 yil 13 iyunda chiqarilgan qaror Respublikamiz jismoniy tarbiya va sport hayotida katta voqea bo'ldi.

Musobaqa shu yillarda takomillashdi. SHit maydoni chegaralovchi chiziqdan 60 sm ichkariga o'rnatiladigan bo'ldi. Basketbolchilarning texnikasidan to'pni vaqtida tezlik bilan uzatish va shit tagidan uni va ikki qo'llab savatga otish kabi usullar paydo bo'ldi.

Respublika bo'ylab keng tarqalayotgan basketbol o'yini 1927 yilda butun o'zbek spartakiadasi dasturiga kiritildi. Spartakiada Toshkent, Andijon, Farg'ona va Samarqand viloyatlari jamoalari qatnashdilar.

1928 yil 11 butun o'zbek spartakiadasi bo'lib o'tdi. Spartakiada Toshkentning erkaklar va ayollar birinchi o'rinni egalladilar. Bunda Moskva bo'ladigan spartakiadasida O'zbekiston basketbolchilari terma jamoalari aniqlandi.

1928 yilda Moskvada o'tkazilgan spartakiadada O'zbekiston basketbolchilari xalqaro uchrashuvini o'tkazdilar, ular Fransiya terma jamoasi bilan uchrashuv erkaklar 49x12 va ayollar 24:12 hisobi bilan g'alaba qozondilar.

1928 yildagi spartakiadagi tayyorgarlik natijasida Respublika basketbolning rivojlanishi bir muncha jonlangan bo'lsa ham doimiy musobaqalar kalendarining bo'linishi, basketbol maydonchalarining kamligi jamoalarda murabbiylarning yetishmasligi bu o'yinning chinakkam ommaviy tus olishiga to'sqinlik qilar edi.

1929 yildagi shaharlar birinchiligida ishlab chiqarish jamoalari bilan bir qatorda oliy o'quv yurtlarining jamoalari ham qatnadilar.

1933 yil 10 yanvarda qabul qilingan O'zbekistonning jismoniy tarbiya ishlari haqidagi qarorini Respublika jismoniy tarbiya ishlarini rivojlantirishda katta ahamiyatga ega bo'ldi.

1933 yildan boshlab basketbol butun o'zbek spartakiadasi dasturiga kiritildi va muntazam ravishda Respublika birinchiliklari o'tkazila boshladi.

1934 yilda basketbol bo'yicha o'tkazilgan birinchi O'rta Osiyo spartakiadasiga esa O'zbekiston erkaklari va ayollar terma jamoalari birinchi o'rinni egallashdilar.

Respublikamiz basketbolchilari 1952 yilgacha o'tgan O'rta Osiyo Respublikalari va Qozog'istonning spartakiadalariga ham birinchilikni qolgan bermadilar. 1952 yildan so'ng musobaqalarda ayollar jamoasi kuchligigicha qolgan bo'lsa ham, erkaklar jamoasi 1973 yilgacha Qozog'iston jamoasini oldiga o'tkazib, ikkinchi o'rin bilan kifoyalanib qoldi.

Respublika basketbolchilari 1935 yilda Leningradda o'tkazilgan sobiq ittifoq musobaqlarida qatnashib, erkaklar 12-inchi, ayollar 11-inchi rinalarni egalladilar.

Sobiq ittifoq musobqalaridan so'ng terma jamoa a'zolari Respublika shaharlariga borib, seminarlar, murabbiylar yig'ilishlari o'tkazib basketbolni targ'ib qila boshladilaryu

1936-37 va undan keyingi kun musobaqalarida Toshkent shahri jamoalari Respublikamizning boshqa shahar jamoalaridan ancha ustun edilar, lekin o'zbek basketbolchilari texnik va taktik tayyorgarlikda o'sha davrdagi Rossiya, Latviya, Litva va Estoniya jamoalaridan ancha orqaga edilar.

1939 yilda mamlakaitimizda musobaqaning yangi yoidalari joriy etildi. Bu qoidalar Xalqaro musobaqalar qoidalariga munosib tuzildi. Masalan, musobaqalar "toza" o'yin vaqti o'yicha o'tkazilgan bo'ladi, basetbolchilariga ega bo'lishga va bu basketbolchilarni xihlagancha almashtirishlari ruxsat berila boshladi. YAngi qoida bo'yicha maydon ikki zonaga bo'linib, "zona qoidasi" kiritildi. Basketbolchilarning to'pni orqa zonaga 10 sek dan ortiq ushlab turish taqiqlanadi. YAngi qoidalar bo'yicha savatga to'p tushurgan jamoa basketbolchilari o'yinni markazdan boshlamay, to'pni o'z zonalarining shit ortidagi chiziq orqasidan o'yinga kiritadigan bo'ldi. Jarima to'plarini endi "jabrlangan" basketbolchilarning o'zigina bajaradigan bo'ladi. YAngi qoidaning qo'llanish o'yinni bir muncha tez olib borishga, o'yin texnikasi va taktikasining takomillashishiga olib keladi. Respublikaning kuchli basketbolchilari to'pni ko'krakdan ikki o'qldlab va yelkadan bir qo'llab uzatish kabi usullari qo'llay boshladilar.

1944 yilda Respublikamizda atigi 91 ta basketbol maydonchasi bor edi. Bu yillarda, ayniqsa sportning mudofaa turlari keng ko'lamda rivojlantirildi.

Ikkinchi jahon urushi yillarida sportchilar qatorida basketbolchilar ham faol qatnashdilar. Bir necha orden va medallar bilan mukofatlanangan. A.R.Krillov, M.A. Fyodorov, S.I. Utkin, M.F. Timofeyev lar shular jumlasidandir.

1945 yiloda Toshkentda 3-incha o'zbek spartakiadasi bo'lib o'tdi. Spartakianing basketbol turida ayollar va erkaklarning 7 ta jamoalari qatnashdi. Birinchi o'rinni Toshent shahrining ayollar va erkaklar jamoalari egalladilar.

1946-60 yillar Respublikamizda basketbol o'yinning muhim bosqichi bo'lib hisoblanadi.

1946 yil O'zbekistonda sportchilar o'rtasida olib borilgan nazorat birgina Respublika sport qo'mitasining shifokor tomonidan amalga oshirganlar, hammasi bo'lib 2104 kishi basketbol bilan shug'ullanganlar edi. Bu yillarda Respublikamizning sanoat korxonalarida, o'quv yurtlarida, jamoa xo'jaliklarda haamda mahallik millat vakillari o'rtasida basketbolni rivojlanishiga katta ahamiyat berildi. Mahalliy millat vakillarining jamoalari o'rtasida birinchi Respublika chempionati 1945 yilda Andijonda bo'lib o'tdi. Musobaqalarda 4 ta jamoa qatnashib, 1-inchi o'rinni Samarqand, 2-inchi o'rinni Namangan, 3-inchi o'rinni Andijon, 4-inchi o'rinni Toshkent shahrining jamoalari egalladilar.

1946 yil Andijon mahalliy millat vakillarining, ya'ni erkaklarning jamoalari o'rtasida ikkinchi Respublika chempionati. Bu musobaqalarda Respublikamizning 8 viloyatidan 50 kishi qatnashdi. Musobaqalar juda qiyin sharoitda o'tkazilgan edi: zalning kattaligi 29x10,4 m bo'lib, shit devorga mahkamlangan, yorug'lik manbalari o'rnatilgan edi va h.k. qizig'i shundaki, musobaqa uchun Andijon shahrida bitta basketbol to'pi topilgan edi.

Bu musobaqalarda U. Bektimirov, U. Umarov, A. SHermuxammadov, Munavarxujayev, T. Isoxujayev, X. Sultonov va Musaxujayevlardan tashkil topgan Toshkent jamoasi 1-inchi o'rinni egalladi.

SHu yillarda basketbol talabalar va maktab o'quvchilari orasitda keng ommalashgan edi. Masalan, Toshkent shahrining talabalari faqat 556 kishi, maktab o'quvchilaridan 962 nafar basketbolchi basketbol seksiyalariga qatnashar edilar.

1947 yilda millat vakillari jamoalar o'rtasida 3-inchi Respublika chempionati o'tkazildi. Bu musobaqalarda 7 ta jamoa qatnashib, U Orifjonov, M.Tayirxujayev, U. Mirzaaxmedov, CH. Batishev, R. Sodiqov, B. G'ofurov, R. Odilov, A. SHermuxammadov lardan tashkil topgan Toshkent shahri jamoasi 3-inchi o'rinni egalladilar.

1960 yillarda O'zbekistonda basketbolni rivojlanishida yangi bosqich boshlandi. Bu davrda ko'pgina yangi musobaqalar tashkil qilindi, sport mashg'ulotlarini yil bo'yi muntazam olib borish yaxshi yo'lga qo'ydi.

1960-66 yillarda Toshkentning “Mehnat” jamoasi va shu jamoa bazasida tuzilgan Respublika ayollar terma jamoasi yuqori natijalarga erishdilar. Ular 1961yildan boshlab sobiq ittifoq chempionatining “A” sinfi musobaqalarida qatnashish huquqiga ega bo’lishdilar.

1962 yilda sobiq ittifoq birinchiligida “Mehnat” ayollar jamoasi 7-inchi o’rinni egalladi. Bu musobaqada jamoaning 6 a’zosi (G.Salimov, K.Chernisheva, A. Iskova va T. Tomina) O’rta Osiyo Respublikalari Qozog’iston xotin-qizlar o’rtasida birinchi bo’lib basketbol bo’yicha sport ustasi “sobiq ittifoq sport ustasi normasini bajardi. SHunisi qiziqki, O’zbekistonda basketbolchilarni o’sha yilgi chempionatda Riganing TTT jamoasi ustidan g’alaba qozongan edilar.

1968-1978 yillarda o’tkazilgan Respublika birinchiliklarida Toshkent shahrining jamoalari kuchlilik qildilar. Toshkent, Farg’ona, Samarqand, Andijon va Buxoro jamoalari sovrinli o’rinlarni egallab keldilar.

O’zbekiston Respublikasi milliy mustaqillikka erishgandan so’ng basketbol sport turlari ichida ommaviy tus oldi, chunki Respublikamizda jismoniy madaniyat va sportning yangi qonunlari chiqarildi. Bir qator tarixiy qarorlar chiqarilishi tufayli Respublikamizning barcha viloyatlarida, shaxarlarida, tumanlarida basketbol jamoalari tashkil qilina boshladi. Uning moddiy texnik bazasini yaratish kabi muhim masalalar hukumat darajasida ko’rinib borildi. Bu boradi, ayniqsa Respublikda xotin-qizlar basketbol jamoasi iqtidorli basketbolchilar bilan shakllanib bormoqda. Bunda Samarqand davlat universiteti basketbolchilari O’rta Osiyo o’yinlarida muvaffaqiyat bilan qatnashib ovrinli zrinlarni egallab kelmoqdalar. Bunga misol qilib, Namanganda o’tkazilgan talabalarning 2000 yil Universiadasida Samarqandliklar 1-inchi o’rinni egallab, “Tiko” mashinasi bilan taqdirlandilar. Ayni vaqtda Navoiy viloyatining Zarafshon jamoasining xotin-qizlar basketbol jamoasi ham yildan yilga o’zlarining sport mahoratlarini oshirib kelmoqdalar. Buxoro viloyatida, Toshkent shahrida, ayniqsa o’g’il bolalar o’rtasida basketbol o’yinlari rivojlanib bormoqda. Bunda ustozlardan Burnashov, O. Rasulov larning xizmatlari kattadir. Bular tomonidan basketbolning uslubiy tavsiyanomalari darsdan tashqari vaqtlarda o’yin qoidalari tuzilib Respublika mutaxassislariga tavsiya qilinmoqda. Bu borada O’zbekistonda jismoniy tarbiya instituti tomonidan ustoz-murabbiylarni malakalarini oshirish borasida juda katta ishlar qilinmoqda.

Hozirgi kunda Respublikamizda 100 ga yaqin basketbol zallari 8000 dan ortiq basketbol maydonchalari mavjud. Basketbol to’garaklarini 4000 dan ortiq ustoz-murabbiylar boshqarib borishmoqda.

Xulosa

Xulosa qilib, shuni ta’kidlash kerakki, basketbol jamoalarini bugungi milliy yerli xalqlar bilan to’ldirish ular uchun deyarli sharoitlar yaratib berish, basketbolning hozirgi zamon talablariga mos keladigan moddiy texnik bazasini yaratish, milliy usto-murabbiylar maktabini yaratish basketbolning yangi qonuni va oidalar deyarli hamma maktablarda, o’rta maxsus bilim yurtlariga va ayniqsa, oliy o’quv yurtlarida yetkazish va shu asnoda jamoalarni tayyorlash birinchi o’rinda turibdi. Buning uchun o’zbekcha adabiyotlar, darsliklar, uslubiy qo’llanmalar, uslubiy tavsiyanomalar, ilg’oir ustoz-murabbiylarning ish tajribasidan namuna keltirib jamoa tayyorlab borish bugungi kunda O’zbekiston basketbolini yanada pog’onaga ko’tarish kabi vazifalarni bajardi. Buning uchun har bir mutaxassis o’zlarining ishlarini mukammaal reja asosida tashkil qilishlari kerak bo’ladi. Umuman basketbolda o’yinchilarni tanlovda jamoalarni o’yinlarini nazorat qilib borish, baland bo’yli o’yinchilarni izlash kabi ishlarni amalga oshirish lozim.

Savollar:

1. Basketbol qachon, kayerda va kim tomonidan kashf etilgan?
2. Musobaqa qoidalarning paydo bo’lishi va takomillashishi?

3. Basketbol dastlab qaysi mamlakatlarda rivojlandi?
4. Milliy basketbol federatsiyasi qaysi yillarda tashkil qilindi?
5. Basketbolning rivojlanishda FIBA ning roli?
6. Basketbolni olimpiada o'yinlari dasturigidagi o'rni?
7. Basketbolni rivojlanishiga mustaqillikning o'rni?
8. O'zbekiston basketbolining bugungi kunda rivojlanishi?
9. Namanganda o'tkazilgan musobaqada qaysi birinchi o'rinni egalladi va qaysi prezidenti mukofoti "tiko" mashinasi topshirildi?
10. Ko'proq musobaqalar qaysi tizimda, usulda olib borishini hohlaysiz?

Adabiyotlar:

1. I.A.Karimov "Xalqimizning yo'li mustaqillik ozodlik va tup islohatlar yo'lidadir". Toshkent-O'zbekiston 1996 yil.
2. I.A.Karimov "Barkamol avlod orzusi" O'zbekiston milliy ensklopediyasi. Davlat ilmiy nashriyoti.Toshkent 2000 yil.
3. Basketbol. Pod.redaksiya dotsenta N.V. Semashko, M:FIS 1976 yil.
4. Material sentalnogo gosudarstvennogo arxivu. Uz.
5. Basketbol. Tuzuvchilar dotsent A.SH. Kosimov, dotsent O.T. Rasulov , X.A. Ismatullayev, Toshkent – O'qituvchi -1986 yil

Mavzu: O'zbekistonda basketbolning rivojlanishi.

Reja:

- 1. Basketbolning paydo bo'lishi va rivojlanishi.**
- 2. Hozirgi kunda basketbol.**
- 3. O'yin texnikasi.**

Tayanch iboralari:

Basketbol tushunchasi, musobaqa qoidalari, basketbol maydoni, basketbol jihozlari, qoida qonunlari, musobaqa davrlari, o'yin vaqti, jamoalar tarkibi, olimpiada o'yinlari, federatsiya a'zolari.

O'zbekistonda hudidida basketbol 1913-14 yillarda tarqala boshlaganligi haqida ma'lumot bor. Ammo o'lkamizda basketbol faqat 1917 yildan boshlab rivoajlana boshladi. O'zbek sportchilarining basketbol bilan tanishishi Osiyo bo'yicha vakili L. Barxashning nomi bilan bog'liq 1920 yilda Farg'ona basketbol jamoalarini tashkil qilib ularni qoidalari bilan tanishtirdi.

Basketbol 29x16 m li maydonchada har jamoada 9 kishidan iborat bo'lib o'ynadilar. Maydoncha sizaqlar bilan 3 qismga bo'linib, basketbolchilar 3 himoyachi, 3 yarim himoyachi va 3 hujumsiga ajratilar edi. Ular to'pni savatga ikki qo'llab pastdan otar edilar. Toshkentda basketbol jamoasini voleybol instruktori S.Stariy tashkil qildi. R.Taranov, A. Bagachenkov, YU. Beloserkovskiylar bu jamoaga a'zo edilar. Basketbol seksiyalari keyinchalik Namangan, Samarqand va O'rta Osiyodagi boshqa shaxslarning fabrika, zavod va boshqa tashkilotlarda tashkil qilina boshladi. SHuning uchun, basketbol Sirdaryo viloyatining 1924 yilda o'tgan olimpiadasi dasturiga kiritildi. Bu yillarda musobaqalar 1922 yildagi qoidalari asosida o'tkazildi. O'yin vaqti 40 m bo'lib har ikki jamoa 5 kishidan iborat edi. (2 ta himoyachi, markaziy o'yinchi va 2 ta hujumchi). Himoyadagi faqatgina markaziy humjumchi qaytib kelar o'yinda hech qanday kombinatsiya qo'llanmasdi.

1934 yilda basketbol bo'yicha o'tkazilgan birinchi O'rta Osiyo spartakiadasiga esa O'zbekiston erkaklari va ayollar terma jamoalari birinchi o'rinni egalladilar.

Respublikamizning kuchli basketbolchilari to'pni ko'krakdan ikki qo'llab va yelkadan bir qo'llab o'tkazish kabi usullarni qo'llay bilishdi. Mahalliy millat vakillarining jamoalari o'rtasida birinchi Respublika chempionati 1945 yilda Andijonda bo'lib o'tdi. Musobaqalarda 4 ta jamoalar qatnashib 1-inchi zrinni Samarqand, 2-inchi o'rinni Namangan, 3-inchi o'rinni Andijon, 4-inchi o'rin Toshkent shahrining jamaolari egalladilar. Hozirgi kunda Respublikamizda 309 ta sport zallari 104 ta talabga javob beradigan basketbol maydonchalari mavjud.

Basketbol o'yinni 2 bo'limidan iborat bo'ldi. Bu hujum texnikasi va himoya texnikasi. Har bir bo'lim va himoyadan qo'llaniladigan texnik usullaridan tashkil topadi.

Xamma usullarni bajarish eng kulay va mustaxkam dastlabki xolat g' turish holatidan boshlanadi.

Taktika basketbol nazariyotchi basketbol qonuniyatlarini, kurashning olib borilish vositalarini, usullarini va formalarini hamda ularni muayyan ravishda raqibga qarshi qo'llanishi o'rganadigan bo'lim. Hujum va himoyada zo'llaniladigan taktik harakat qarama-qarshi harakatlarni yechish uchun qo'llaniladi. SHuning uchun, taktika ikki katta bo'limga-hujum taktikasi va himoya taktikasiga ajratiladi.

Hujumdagi eng katta vazifa – bu raqibning himyaodagi harakatlari tartibini buzish va savatga to'p otishga individual qarshilikni yengish hisoblanadi.

Basketbol.

1996 yil 6 iyun kuni mamalakatimizning poytaxtida basketbol bo'yicha erkaklar va ayollar jamoalari o'rtasida bo'lib o'tgan O'zbekiston chempionatida kutulmagan natijalari qayd qilindi. Erkaklar jamoalari o'rtasida MXSK basketbolchilar chempionatlikni qo'lga kiritgan bo'lsa ayollar o'rtasida Samarqandning "Avtoyo'l" jamoasi holib bo'ldi.

Darhaqiqat, jamoalarning imkoniyatlari hamda jamg'argan ochkolari inobatga olinadigan bo'lsa, chempionatni aniqlashda hech qanday ahamiyat kasb etmas edi.

MXSK basetbolchilari hatto ikkinchi o'rinni o'qlga kiritgan Buxoro jamoasidan ham mahorat bobida ancha ustun hisobi buni yaqqol tasdiqlab turar edi. Samarqandlik basketbolchilar faxrli 2-inchi o'rin sohiblari bo'ldilar.

Ayollar jamoalari zrtasidagi bellashuvlarda biroz boshqacha vaziyat vujudga keldi. Bu yerda asosiy bahs kuchlari qarayib teng bo'lgan Samarqandning SHKIF jamoalari o'rtasida bordi Samarqandlik dastlabki ikki turda raqiblari ustidan g'alaba qozonib chepionat g'olibligini naqd qo'ygan edilar. SHu bois poytaxt basketbolchilarning yakunlovchi turda 76:65 hisobida holib chiqishi ularning turnir jadvalidagi mavqeiga hech qanday ta'sir ko'rsatmaydi. Navoiyning "stroitel" jamoasi basketbolchi qizlari 3-inchi o'rin sohibalarini bo'ldilar.

CHempionat o'yinlari sovrindorlari jamoalarning boshqa jamoalarga nisbatan kuchli jamolarning uchrashuvlarga qiziqishi susaytirdi, sportning bu turi mamlakatimizning barcha mintaqalarida bir tekis rivojlanmayotganidan dalolat beradi. Bu haqida mutaxassislar basketbol rivojiga mas'ul bo'lgan kishilar jiddiy o'ylab ko'rishlari, tegishli chora-tadbirlar belgilash va amaliy harakatlarning kuchaytirishlari lozim. Mustaqilligimizning 8 yillida 1999 yil 16 iyun basketbol.

1999 yl 13-15 iyul kunlari mamlakakatimizning poytaxtida Osiyo chempionatining saralash uchrashuvlari o'tkazildi. O'z saralash guruhida yurtdoshlarimiz g'oliblikni qo'lga kiritdilar. O'yinlar natijalari qo'yidagicha:

O'zbekiston-Qozog'iston-83-74, O'zbekiston-Qirg'iston -82-55, Qozog'is-ton-Qirg'iziston -64:60.

Ettita jamoa ishtirokidagi O'zbekistgn kubogi baxslari o'z nihoyasiga yetdi. Kutilmagandek bosh sovrin bu yili ham MHSK basketbolchilariga nasib yetdi. Xarbiylar doimiy shioriga sodiq qolishdi, "faqat g'alaba". Ular "rekord" - "bareri"ni shunaqalar yuqoriga olib chiqib qo'yishdi, edi bu chaqqonidan o'zlaridan boshqa hech kim o'ta olmasalar kerak. Haqiqatdan MXSK mustaiql Respublikamiz doirasidagi musobaqalarda ham biron marta mag'lubiyatgsha uchramagan.

Etti yildirki chempionlik unvoni ham "Bellur" sovrinini qolgan bermay kelayotgan MHSK kubogi o'rinlarniham ko'tarinki ruhda o'tkazdi. Jamoa 5 ta uchrashuvning barchasida ishonchli g'alabaga erishdi.

Jamoalar dastlab ikki guruhda blingan holda musobaqalashishdi "A" guruhda MXSK ning ustunligi yaqqol sezilib, jamoa ztkazilgan uch uchrashuvda ochkolar nisbatida katta farq, CHiroqchining "Kimyogar" jamoasi ikki o'yinda halaba qozonib final bohqichida ikkinchi yo'llanmani qo'lga kiritdi.

"B" guruhidan keyingi bosqichga chiqish osonroq bo'lab bu yerga, uch jamoa ikki yo'llanma uchun bahslashishdi. "SHaharsoz" loyihalash instituti toshDU va Telikom Namangan" ni yengan bo'lsa Tosh DU talabalari Namanganlik "Aloqachi"lardan ustun kelishdi.

Sovrinli o'yinlar uchun 4 ta jamoa MSHK "Kimyogar", "SHaharsoz" va ToshDU kurashadigan bo'ldi.

Final bosqichining birinchi kuni MSHK Universitet jamoasiga qarshi maydonda tushib osongina zafar quchdi, -118:20. CHirchiq "Kimyogar" lari esa poytaxt "SHaharsoz" lari bilan uchrashuv 79:63 hisobiga g'olib chiqishdi. Oxirgi kuni "Kimyogar" Tosh DU uchrashuvi natijasi poytaxtlik talabalarni sovrindorlar qatoridan chiqarib qo'yishdi. O'yin 35 daqiqa teng kursha asosida kechdi. So'ngii daqiqalarda chirchiqlar o'yini yanada faollashib oxir-oqibat bu uchrashuv natijasida o'z aksini topdi, -75:69, MXSK esa "SHaxarsoz"ni yirik hisobda mag'lubiyatiga uchratdi, -113:49.

SHunday qilib turnirning kichik karvoni manzilga qo'yidagi tartibda yetib keldi. 1) MXSK –10 ochko, 2) "Kimyogar" – 9 ochko, 3) "SHaharsoz" –8, 4) ToshDU-7,5) Sirdaryo –6, 6) Temkom –5, 7) TSKXMI –4 ochkolarni qo'lga kiritdi.

Basketbol 1999 yil 23 noyabr kuni katta "B" yana Toshkentda yakshanba kuni Respublika basketbol markaziy saroyida MXSK (SHzbekiston) – "Panjob" (Hindiston) jamoalari uchrashuvi bilan "nike open" xalqaro turniri boshlandi. Ma'ulumki, ikki yil avvad tashki qilingan ushbu musobaqalar shu paytgacha "Sprait challenge" deb nomlangan.

Toshkentda dastlabki xindistonlik basketbolchilar yetib kelishdi. Juma kuni aeroportda "Panjob" jamoasi kutib olingandan sshng kuchqurun, shanba va yakshanbada poytaxtimiz mehmonlari – MXSK ning qolgan raqiblari – "Budivenik" – Kiyev, "Lokamativ" –Navoisibrsk, SSKA –Almatalar ham birin ketin turnir jadvalini to'ldirishdi. Respublika chempionati 1993-1999

O'zbekiston Kubogi sohibi.

Xarbiy xizmatchilari o'rtasida jahon chempionati ishtirokchisi 1996 (AQSH)

Markaziy Osiyo o'yinlari chempioni.

Osiyo Kubogi qatnashishi "Sprite challenge" holib 1997-98 SSKA – Almata.

Qozog'istonning ko'pgina chempioni va Kubogi sohibi Osiyo Kubogi ishtirokchisi – 1999 (AQSH).

Panjob-Hindiston.

"SPRITE CHALLENGE" qatnashchisi –1997-1998.

Qator xalqaro turnirlar ishtirokchisi.

"Lokomativ" Navoisibirsk Temur yo'lchilar o'rtasida jahon chempionati – 187. ko'plab xalqaro turnirlar ishtirokchisi.

Rossiya chempionati –99, Super-liga (SHarq) 4-o'rin, yengilmaslar "SHerlarga qarshi 1999 yil 23 noyabr kuni MXSK "panjob" –75:57.

MXSK bir hafta oldin yakunlangan O'zbekiton Kubogi bahslaridagi davomli g'alabalardan keyingi ko'tarinki ruhni saqlagan holda maydonda tushdi. Endi serunvon jamoamix hisoblangan ushbu klub Respublikamizda ztkazilgan musobaqalarda hali biron marta ham yengilmagan. yetti yilki chempionlik unvonni ham hech kimga kuchib mag'lubiyatsiz o'yinlar davomiyligiga ko'ra o'ziga xos rekord shrnatdi. G'olibona yurish yana davom yetdi va bu MXSK ning shashti baland ekanligini ko'rsatdi.

O'yin boshidayoq basketbolchilarimiz hisobga olingan chiqishi. Oradagi farq shitob o'sib bordi va bo'lim o'rtalariga kelib hisob 31:21 ga yetdi. Raqiblar hujumchilari almashtirilgach, ularning o'yinida o'zgarish seziladi. Biroq birinchi bo'limda hindlar farqni biroz qisqartira olishdi xalos –39-30. "Singx" lar jamoasi MXSK ni quvib yetish vazifasini ikkinchi bo'limga qoldirishga majbur bo'ldi. "Panjob"ni bunday ataganimiz boisi bor. Jamoa tarkibidagi 11 ta o'yinchidan sakkiztasi familiyasi Singx ekan. Bu so'x hind tilida "sher" degan ma'noni bildiradi. Ko'p xollarda Hinar tomonidan maydonda faqat Singxlar harakatlar qilishdi. Garchi ular mahoratining ayrim qirralarida MXSK basketbolchilariga yutqazgan bo'lsa-da, jangovor o'yin namoyish etishdi.

Ikkinchi bo'limda MXSK yigitlari o'z sardorlari Botir Mirdilov boshlatdi. Bunday muvaffaqiyatli o'tishlari o'z samarasini berdi. MXSK jarima maydoniga yorib kirish qiyinlashgan paytda "Panjob" basketbolchilari ko'prok to'pni uzoq masofadan tushirish yo'liga o'tib olindi. Ammo o'yin sur'atini taboro oshirib borayotgan yengilmas jamoani endi to'xtatib bermay qoldi. Anna shu vaziyat MXSK ning birinchi legioneri Amerikalik Natan Gregri maydolnga chiqdi va bu muxlislar olqish bilan kutib olindi. U baland bo'yli Tarminder Singxni qo'riqlash bilan birga jamoadoshlar to'pni qo'lga kiritgan zahoti raqiblar kutmagan joylarga paydo bo'lib, "sherlar" ni yaxshigina chalg'itdi. SHunday qilib, MXSK uchrashuvi o'z foydasiga hal qilib "Nekopen" ning bosh sovrin sari birinchi qadamini tashladi.

2000 yildan boshlab O'zbekiston Respublikasida uch bosqichli sport musobaqa tizimi joriy etildi. Unda "Umid nihollari", "Barkamol avlod", "Universiada" dasturiga basketbol sport turi alohida o'rin tutadi. Demak, basketbol yanada ommaviylashib borishiga zamin yaratadi.

Talabalar bilimini takomillashtirish savollari.

1. Basketbol o'yini kim tomonidan kashf etilgan?
2. Basketbol o'yini qaysi mamlakatda kashf etilgan?
3. Basketbol o'yini qaysi sport o'yinlari bilan chambarchas bog'liq?
4. Basketbol tushunchasiga ta'rif bering?
5. Basketbol federatsiyasi qanday nomlanadi?

Adabiyotlar:

1. Basketbol tuzuvchilar Qosimov V.SH. Rasulov O.T.
2. Gomlivkiy A.YA. Taktika basketbolyu Moskva FIS –1966.
3. Basketbol Sostavki : Simoshko N.I. FIS 1967 god.
4. YAxaptova ye.R. Gengen Z.A. Basketbol Moskva FIS 1978 god.
5. Engilmaslar “SHerlar” ga qarshi 1999 yil 23 noyabr 58 son.
6. Basketbol sport gazetasi 1999 yil 16 iyun 30 son.
7. Basketbol 27-son 1999 yil 6 iyun
8. Basketbol 57 son 1999 yil 19 noyabr

Mavzu: Basketbol o'yin texnikasi.

Reja:

- 1. O'yin texnikasi.**
- 2. Hujum texnikasi**
- 3. Maydonda harakat qilish texnikasi.**
- 4. To'p bilan bajariladigan usullar texnikasi.**
- 5. To'pni uzatish.**
- 6. Savatga to'pni otishlar.**
- 7. To'pni yerga urib yurish.**
- 8. Chalg'itishlar.**
- 9. Himoya texnikasi.**

Tanyach iboralar.

Texnika, taktika, strategiya, chalg'atishlar, o'yinni, usullari, o'yin texnikasi, o'yin taktikasi, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik, usullar birikmasi, bosqichma-bosqich, o'rgatish –takomillashtirish, ketma-ketlik.

O'yin texnikasi.

O'yin texnikasi – basketbolning rivojlanish jarayonida shakllangan musobaqaning konkret vaziyatlarni eng muvaffaqiyatli ochishga qaratilgan usullar yig'indisidir.

Basketbol o'yinni texnikasini bir tartibda o'rganish uchun uning klassifikatsiyadan foydalaniladi. Basketbol o'yinni 2 bo'limdan tashkil topgan turli texnik priyomlar yordamida o'tkazildi. Bu hujum texnikasi va himoya texnikasi har bir bo'lim hujum va himoyadan qo'llaniladigan texnik priyomlarning guruhlarining tashkil topadi. Usul gruppalari ularning har xil yo'llar bilan bajarilishini o'z ichiga oladi. Oyoqlarni to'g'ri ishlata bilish va chalg'itish usullari ikkala bo'limga ham qarashlidir. Usullarning ayrim bajarish yo'llari o'z navbatida bajarilish harakteriga ko'ra bir biridan farq qiladi. Masalan usuli bir joyda turib, harakatda bo'lganda yoki sakraganda bajarish mumkin.

Hujum texnikasi.

Hujumda qo'llaniladigan hujum texnikasi texnik priyomlarga to'pni ilish va uzatish, uni yerga urib olib yurish, savatga otishlar , chalg'atishlar kiradi. Ular maydonda harakat qilish to'xtalishlar va burilishlar kabi usullar bilan birgalikda bajariladi. Bu usullarni bajarish eng qulay va mustahkam dastlabki holat turishidan boshlanadi. Bunda oyoqlar bukilgan, gada bir oz oldinga egilgan, uning og'irligi oyoqlarda barobar taqsimlangan, qo'llar to'pni olish va ushlab turish uchun qulay holda ko'krak oldida bukilgan bo'lishi kerak. To'p keng yoyilgan barmoqlar bilan kaftlarga to'liq tekizilmagan holda tutib turiladi.

Maydonda harakat qilish texnikasi.

Basketbolchi yurish, sakrash, to'htash va burilish yordamida maydonda harakat qiladi. Bu guruhda priyomlarni oyoqlarning to'g'ri ishlashiga asoslanadi.

To'p bilan bajariladigan usullar texnikasi.

To'pni ilish bir yoki ikki qo'llab bajariladi. Bu harakatlar ko'krak va yelka balandligiga, yuqorilab (boshdan baland) va pastlab (tizzadan past) hamda dumalab va maydondan sapchib kelayotgan to'plarni ilishlarga ajratiladi.

O'rtacha balandlikda kelayotgan to'pni ikki o'qllab ilish eng asosiy usullardan hisoblanadi. Basketbolchi bir oz bo'shashgan qo'llarni uchib kelayotgan to'pga qarshi to'g'iraydi. Panjalar yarim oysimot ochilgan bosh barmoqlarni bir-birlariga qarab yo'naltirilgan, qolganlari esa oldinga yuqoriga qaratib keng yoyilgan bo'ladi. To'p

barmoqlarning ichiga tegishi bilan oq basketbolchi uni mahkam ilib oladi, to'pning uchish tezligini kamaytiradi. Keyingi harakatlarni bajarish uchun u qulay holatini egallaydi va qo'llarini bukib to'pni gavdaga yaqinlashtiradi.

To'pni uzatish.

To'pni uzatish asosiy texnik usul hisoblanadi. Uning yordamida basketbolchilar o'zaro harakatlarini bajaradilar. O'yin davomida uzatishning har xil usullari qo'llaniladi. O'yin sharoitiga qarab uzatishlar turli: dastlabki holatlardan bir joyda turib harakatda sakrab; har hil harakatlarda yaqin masofaga, uzoq masofaga, past va yuqori troyektoriya bilan yo'nalish bo'yicha maydonning eni, bo'yi, diagonali bo'ylab bajarilishi mumkin. Ikki qo'llab ko'krakdan va yuqoridan to'p uzatish usullari zamonaviy basketbolda ko'proq ishlatiladi. Ko'krakdan ikki qo'llab to'p uzatish yaqin va o'rta masofada bajaradigan o'zaro harakatlari paytida qo'llaniladi. Uni bajarish uchun basketbolchi turish holatida to'pni ko'krak oldida tutib turadi. Qo'llar bukilgan, tirsaklar pastga tushirilgan bo'ladi. Barmoqlar joylashtirilgan, bosh barmoqlar bir-birlariga qolganlari esa yuqoriga-oldindan qaratilgan bo'lishi lozim. To'pni uzatish qo'llarning pastki-gavdaga, yuqoriga qarab dastlabki dira bo'ylab bajariladigan harakati bilan bajariladi. SHundan so'ng qo'llar tez oldinga qarab to'g'irlanadi. Uzatish panjalarining faol harakatlari bilan yakunlanadi. To'pni yo'nalish tezligini oshirish uchun basketbolchi oyoqlarni to'hrilashi yoki qadam qo'yishi mumkin.

Savatga to'p otishlar.

O'yinning yakuniy natijasi savatga otiladigan to'plarning aniqligi bilan bog'liq Ular har xil: yaqin (3 metrdan ortiq) masofalarda bajariladi. Otishlar xarakteriga sakraganda to'plarni savatga bir va ikki qo'llab otish mumkin. Xo'irgi kunda to'plar savatga himoyachilarning qattiq qarshiligi ostida otiladi. SHuning uchun, to'pning savatga aniq borishga oyoqlarning, qo'llarning, ayniqsa, panjalarining to'g'ri ishlashi, aniq mo'ljal olish shu sharoitga mos samarali usulni tanlash shu bilan birga, basketbolchining muvozanat saqlashiga va har xil sharoitda qiyin kordinatsiyali harakatlari bajarish imkoniyatlarini yaratish uchun ma'lum mushak guruhlarini bo'shashtirish qobiliyatlariga ega bo'lish katta ahamiyatga ega.

Zamonaviy basketbolda to'pni savatga sakraganda bir qo'llab otish shitdan qaytgach to'pni qayta otish, "Kryuk" usulida va yuqoridan pastga otish kabi usullar katta ahamiyatga ega.

To'pni yerga urib yurish.

To'pni bir qo'llab ketma-ket yerga urish to'pni yerga urib yurish deyiladi. Bu usul bir joyda turganda, yurganda va asosan, yugurganda bajariladi. Bu usul to'pni basketbolchining harakat qilishga qo'llaniladigan asosiy usul hisolanadi. To'pni yerdan har xil: yuqoriroq va pastroq, sapchitib turib yurish mumkin. U qo'lni bukib, to'pni bir oz yuqoriga ko'taradi so'ng uni yana maydonga ma'lum burchak bo'yicha keskin itaradi.

To'p pastroq sapchib yerga urib yurilganda oyoqlar ko'proq bukiladi. To'pni tizzadan pastga tez-tez yerga urit yurishga oyoq va qo'llarning har bir ma'lumda ishlashi, chap va o'ng qo'llarni barobar ishlata bilish, harakatni yuqoriga tezlikda amalga oshirish maqsadga muvofiqdir.

CHalg'itishlar.

Asosiy maqsadni bajarishdan avval uni berkitib himoyachining diqqatini chalg'itish uchun hujumchi bajaradigan harakatlar chalg'itishlar deb ataladi. Ko'pchilik texnik usullar yoki ularning qo'shilmas chalg'itish harakati sifatida qullanishi mumkin. CHalg'itishlar qo'llanilayotgan priyomlarga mos sur'atda bajarilishi kerak. Bunda muvozonat saqlanib qolishi shart. CHalg'itish harakatlarini bir marta yoki bir necha marta bajarish mumkin. Ular to'psiz va to'p bilan bir joyda turganda va harakatda bo'lganda bajarilish mumkin. Harakat paytida chalg'itishlarni bajarish qiyinroq hisoblanadi.

Himoya texnikasi.

Jamoaning hamma basketbolchilari himoyada samarali o'ynay olishlari kerak. Buning uchun eng avvalo mavjud himoya texnikasining hamma usullarini egallash lozim. Himoya texnikasi 2 guruhga: maydonda harakat qilish texnikasi to'pni egallash va qarshi harakat qilish texnikasiga bo'linadi.

To'pni egallash va harakat qilish texnikasi.

To'pni olib qo'yish. Bu usulni bajarish uchun to'p o'zatayotgan basketbolchlarining harakatlarini diqqat bilan kuzatish, to'pning yo'nalish tomonini oldindan aniqlash va to'g'ri pozitsiyani tanlash zarur. Himoyadagi basketbolchi to'p uzatish vaqtida uni olib qo'yish maqsadida o'zini to'sib turgan hujumchining oldindan to'pga qarshi chiqishi uchun turgan joyidan keskin qo'zg'alishi lozim. Bunda oxirgi qadamning katta qo'yilishi, gavda va qo'llar to'ga qaratilgan bo'lishi kerak.

Savollar:

1. O'yin texnikasiga nimalar kiradi?
2. O'yin texnikasiga qaysi usullar bilan boshlanadi?
3. Basketbol o'yin texnikasi qaysi sport turlari bilan chambarchas bog'liq?
4. Texnikani o'rgatishga ta'rif bering
5. Basketbol o'yinchisini texnik tayyorgarligi qanday aniqlanadi?

Adabiyotlar:

1. Gomelskiy A.YA. Taktika basketbola. M: FIS, 1966 god.
2. Kojevnikova Z.A. Trenirovka lovkesti i bqstroti basketbolista Moskva FIS , 1971god.
3. Linderberg F. Basketbol: igra i obucheniye. Sokrshenniy perevod s ang. L.S. Feygina, ye.F. YAxontova, Mos-Fis, 1971 god.
4. Basketbol . YAxontova ye.K. Genkin. Moksva;, Fis, 1978 god.

Mavzu: Basketbol o'yinning strategiya va taktikachi.

Reja:

1. **Strategiya.**
2. **Taktika.**
3. **Hujum taktikasi.**
4. **Individual harakatlar**
5. **Guruh harakatlari.**
6. **Jamoa harakatlari**
7. **Tez yorib o'tish.**

Tanyach iboralar:

Strategiya, taktika, hujum taktikasi, o'yin texnikasi, tez yorib o'tish, individual harakatlar, guruhli harakatlar.

Strategiya.

Jamoadagilar basketbol musobaqalarining turlariga qarab bir qator uchrashuvlar o'tkazadilar. Bu uchrashuvlarning natijasida qarab jamoa-larning musobaqada egallagan o'rinlari aniqlandi.

Sport kurashining qonuniyatlari o'rganish musobaqalarning mashtablariga qarab strategiya va taktikaga bo'linadi.

Strategiya taktika bilan chambarchas bog'liq bo'ladi. U sport kurashining piravod maqsadini unega erishish uchun lozim bo'lgan vositalarni aniqlaydi.

Taktika strategiyaning bir qismi hisoblanadi. U strategiyaga bo'y so'nadi va unga xizmat qiladi.

Taktika.

Taktika – basketbol nazariyasi va praktikasida o'yin jarayonining rivojlanish qonuniyatlarini sport kurashining olib borilish vositalarini usullar va formalarini hamda muayyan raqibga qarshi qo'llashni o'rganadigan bo'limdir.

Basketbol taktikasi o'yinni olib borishda qo'llaniladigan juda ko'p vositalarga usullarga va sitemalarga boydir. Jamoalar hujumini yoki himoyani individual guruh va jamoa taktik harakatlari yordamida uyushtiriladi. Oldingi liniya basketbolchilar (markaz) o'yinchi va hujumchilar asosan shitga nisbatan yaqin va o'rta pazitsiyalardan hujum tashkil qilib va uni yakunlab hamda shu pazitsiyalarning o'zida raqibga qarshilik ko'rsatib harakat qiladilar.

Basketbolchilar maydonda har bir hujum va himoya sistemasiga xos joylashadilar va maxsus harakat qiladilar. Sistemalarning ichidan asosiy prinsiplari saqlab qolgan ayrim variantlari ajratiladi. Bular individual va guruhli harakatlar farqlanadi. Zamonaviy basketbolda ko'proq o'yinning faol formolari qo'llaniladi. Hujum va himoyada qo'llaniladigan taktik harakatlarda qarama-qarshi vazifaarni yechish uchun qo'llaniladi. SHuning uchun taktika 2 katta bo'limga hujum taktikasi va himoya taktikasiga ajratiladi.

Hujum taktikasi.

Hujum engatta vazifa bo'lib raqibning himoyadagi harakatlari tartibini buzish va savatga to'p otishga individual qarshilikni yengish hisoblanadi. Zamonaviy basketbol hujumining tez-tez va qisqa vaqt davomida uyushtirilishi bilan xarakterlanadi. Hozirgi kunda himoyadan hujumga o'tish tezligi taktik kombinatsiyalarni bajarish tezkorligi va aniqligi oshdi. Buning natijasida texnik priyomlarini bajarish vaqti qisqardi.

Individual harakatlar.

Har bir basketbolchi jamoda bajaradigan vazifasida kat'iy nazar hujumda katta faollik kursatishi lozim. Buning uchun bu hujum usullarini puxta va malakali egallagan bo'lishi o'yin sharoitini diqqat bilan kuzatishi kontrekt vaziyatga eng mos pozitsiya va harakatlarni tez hamda to'g'ri tanlay olishi kerak.

Hujumchining individual taktik harakatdari ikki vaziyatni xal qiladi. O'z harakatlarini bajarish uchun ma'lum sharoitlar yaratish va konkret vaziyatga qarab texnik priyomlarni samarali ko'llash. Bu vazifadarni bajarish uchun basketbolchilar to'psiz va to'p bilan harakat qiladilar.

Guruh harakatlari.

Hujum qilayotgan jamoa harakatlarning muvoifiqqiyatli amalga oshirish ko'pincha basketbolchilarning o'zaro kelishib harakat qilishlariga bog'liq. Ikki yoki uch basketbolchi uzaro harakatlarning har xil variantlari (butun maydon bo'ylab yoki uning bir qismida bajarilishiga qarab) hujumda eng ko'p uchraydigan guruhli harakatlardan bo'lib hisoblanadi. Hujumchilarning soni ko'p bo'lgan paytlarda himoyachilarini chalg'itish uchun kupgina maydonda to'g'ri joylashish to'p bilan va to'psiz to'g'ri chiziq bo'lib harakat qilish to'pni ochiq turgan basketbolchilarga uzatishlar qo'llaniladi.

Ikki basketbolchining eng oddiy o'zaro harakatlariga yaqinroq joylashgan sherigiga to'r uzatish, oldingga chiqish va shitdan ikkinchi shitga qarab harakat qilayotganda yoki maydonning ma'lum qismida to'pni ko'tarib olish, uzatish va chiqish, to'pni qo'lga olib yurmasdan, yerga urib va qolgan uzatib harakat qilishlariga kiradi.

Jamoa harakatlari.

Hujumda jamoa harakatlari har bir xarakteri ikki o'yin sistenmasi orqali amalga oshiriladi. Ikkala sistemani mukammal egallash va ularni jamoa sostaviga, konkret musobaqa sharoitlariga va raqib o'yinchidar xususiyatlariga qarab qo'llash jamoaning mahoratin6i belgilaydi.

Tez yorib o'tish.

Tez yorib o'tish zamonaviy basketbolda hujumning eng o'tkir qurolidir. Tez yorib shtish sistemasining 6ay darajada egallanishi jamoaning eng katta musoba6alarda 6anday natijalarga erisha olishni belgilaydi. Bu sistemadagi asosiy xususiyat hujumini tashkil qilish va amalga oshirish juda qisqa va asosan, 3-6 sekund ichida o'tishdir. Hujumchilar to'pni egallaganlaridan so'ng uni katta tezlikda oldinga uzatib yoki tez yerga urib, o'z shitdan raqib o'itgacha bo'lgan masofani qisqa vaqtda o'tishga va raqibning himoyani to'g'ri uyushtirishiga imkon bermaslikka harakat qiladigan. Tez yorib o'tish samarali bajarilishi qo'yidagilar katta ahamiyaga ega.

1. Basketbolchilardagi reaksiya va taktik fikr qilishning yuqori tezligi;
2. Harakat qilish tezligi va tezlikka bo'lgan qadamning yuqoriligi;
3. Texnik priyomlarni yuqori tezlikda aniq bajarish;
4. Taktik variantlarning xilma-xilligi;
5. Yuqori suratdagi zyinlarga psixik tayyorgarlik.
6. Chunki qattiq kurash jarayonida o'yin davomida to'liqishda va boshqa juda murakkab psixik tayyorgarlik katta ahamiyatga ega bo'ladi.

Tez yorib o'tish to'pni raqibdan olgandan so'ng to'p maydon chizig'ining tashqarisidan o'yinga kiritilayotganda dastlabki baxs to'plari tashlanayotganda, jarima to'plari otilgandan sshng qo'llanilishi mumkin.

Tez yorib shtishdan hujumning rivojlanish uchun davrga yushlinadi.

1. Boshlang'ich davri;
2. Yorib ztishini rivojlantirish davri;
3. Yorib o'tishni oxiriga yetkazish davri.

Boshlang'ich davrida basketbolchilarning harakati to'pni engallagandan so'ng to'xtamasdan, iloji boricha oldinga tez harakat qilishni ta'minlashga qaratilgan. Buning uchun to'psiz basketbolchilar bo'sh joylarda chiqib olib himoyachilardan o'tib ketishga \arakat qilib, oldinga intiladilar. To'pni egallagan basketbolchi himoya raqibidan ozod bo'lgan bironta sherigiga uni tezlik bilan uzatiladi.

Yorib o'tishni rivojlantirish davri hujumchilarning maydon o'rtasida bajaridigan harakatlarni o'z ichiga oladi. Birinchi guruhda harakat qilayotgan basketbolchilar to'p bilan

yoki tizpsiz harakat qilayotganliklardan qat'iy nazar, raqib himoyasini yorib o'tishga va hujumni yakunlash uchun sharoit yaratishga ko'proq kuch sarf qiladilar. To'pni savatga otish ham birinchi, ham ikkinchi guruhdagi basketbolchilar tomonidan bajarilishi mumkin. Bunda shit oldiga o'tib otish, o'ta masofalardan sakraganda otish va shitdan sapchib qaytgan to'plarni savatga otish usullar qo'llaniladi.

Savollar:

1. O'yin taktikasiga nimalar kiradi?
2. Zyin taktikasi qaysi usullar bilan boshlanadi?
3. Basketbol o'yini taktikasi qaysi sport turlari bilan chambarchas bog'liq?
4. Taktikani o'rgatishga ta'rif bering?
5. Basketbol o'yinchisinin taktik tayyorgarligi qanday aniqlana?

Adabiyotlar:

1. Gomelskiy A.YA. Taktika basketbola. M: FIS, 1966 god.
2. Kojevnikova Z.A. Trenirovka lovkosti i bqstroti basketbolista Moskva FIS, 1971god.
3. Linderberg F. Basketbol: igra i obucheniye. Sokrshenniy perevod s ang. L.S. Feygina, ye.F. YAxontova, Mos-Fis, 1971 god.
4. Basketbol . YAxontova ye.K. Genkin. Moksva;, Fis, 1978 god.