

II BOB. BASKETBOL O‘YIN QOIDASI VA MUSOBAQA TASHKIL QILISH METODIKASI

2.1. O‘yin qoidasi va musobaqa tashkil qilish asoslari

Basketbol o‘yinida har biri besh o‘yinichidan iborat ikkita jamoa qatnashadi. Har ikkala jamoaning maqsadi raqib savatiga to‘p tashlash va boshqa jamoaning to‘pni egallab olishiga hamda uni savatga tashlashga qarshilik ko‘rsatishdan iborat. To‘pni uzatish, savatga tashlash, dumalatish yoki maydonda istagan tomonga olib yurish quyida bayon etilgan qonunlarga rioya qilingan sharoitdagina mumkin.

O‘yin maydoni to‘g‘ri to‘rtburchak shaklida, yuzasi qattiq, yassi hamda to‘siqlardan holi joy bo‘lishi kerak.

Olimpiada turnirlari va Jahon birinchiligi o‘yinlari uchun maydon o‘lchovlari uzunligi 28m x 15m bo‘lishi va ular chegaralangan chiziqning ichki tomonidan o‘lchanishi kerak.

Qolgan barcha musobaqalar uchun FIBAgaga tegishli strukturalar, masalan, zonal hamda kontinental musobaqalarda zonal komissiya yoki ichki musobaqalar uchun Milliy Federasiya mavjud o‘yin maydonlarining quyidagicha o‘lchovini tasdiqlash huquqiga ega: o‘zgartirishlar bir-biriga proporsional bo‘lish sharti bilan, 4 m uzunligiga va 2 m eniga qisqartirish mumkin.

Barcha yangi qurilayotgan maydonlar FIBAning muhim rasmiy musobaqalari uchun xos bo‘lgan talablarga mos, ya‘ni 28 m x 15 m bo‘lishi lozim.

Shift balandligi 7 m dan past bo‘lmasligi va etarli darajada yoritilgan bo‘lishi zarur. Yorug‘lik manbalari o‘yinчилarga xalaqit bermaydigan joylarda o‘rnatilishi shart.

O‘yin maydoni yaxshi ko‘rinadigan chiziqlar bilan belgilangan bo‘lishi va bu chiziqlar istagan nuqtada tomoshabinlar, reklama to‘siqlari va boshqa g‘ovlardan kamida 2 m uzoqlikda joylashishi kerak. Maydonning uzun tomonlarini belgilovchi chiziqlar – yon chiziqlar, qisqa tomonlarini belgilovchi chiziqlar esa – en chiziqlar deb atalishi lozim. Chiziqlar shunday chizilishi kerakki, ular yaqqol ko‘rinadigan va eni 0,5 sm bo‘lishi kerak. Markaziy doira radiusi 1,80

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI

TOSHKENT VILOYATI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

MAMATQULOV RAVSHANJON SOLIJONOVICH

SPORT VA HARAKATLI O‘YINLARNI O‘QITISH METODIKASI (Basketbol)

5112000-jismoniy madaniyat ta‘lim yo‘nalishi uchun

O‘quv qo‘llanma

TOSHKENT
«MALIK PRINT CO»

2021

UO‘K
KBK

Taqrizchilar:

T.S.Achilov – Toshkent viloyati Chirchiq davlat pedagogika institute Sport va caqiriqqacha harbiy ta’lim - fakulteti dekani dohent.

Mazkur o‘quv qo‘llanma materiallarning berilishi jismoniy tarbiya fanidan mutaxassislar tayyorlaydigan oily ta’lim muassasalarining 5112000-“Jismoniy madaniyat” yo‘nalishi o‘quv dasturiga mos bo‘lib, 5 bobdan iborat. O‘quv qo‘llanmada basketbolning nazariyasi va amaliy mashg‘ulotlarni tashkil etish va o‘rgatish metodikasi yuzasidan atroflicha yoritib berilgan.

O‘zbekiston Respublikasi Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirligi-ning 2021-yil 31 noyabrdagi 500-sonli buyrug‘iga asosan o‘quv qo‘llanma sifatida nashrga tavsiya etilgan.

ISBN

Olimpiya Komiteti qayta tashkil etiladi, huddi shu yili O‘zbekiston Halqaro Olimpia Qo‘mitasi (XOQ) ga a‘zo bo‘lib kiradi. O‘zbekiston basketbolchilari shundan keyin tez-tez qatnasha boshlaydilar. Masalan, 1996 yilda bizning xotin-qizlar jamoamiz Pokistonda o‘tkazilgan ayollar turnirida ishtirok etib, II o‘rinni egallaydi. Erkaklar jamoamiz 1995 yilda Seul shahrida o‘tkazilgan XVIII Osiyo chempionatida ishtirok etib, IX o‘rinni egallaydi. 1996 yilda AQSHda Armiya klublari o‘rtasida musobaqalar o‘tkaziladi. Bu yerda bizning milliy jamoamiz SSKA (MHSK) VII o‘rinni egalladi. 1997 yilda Malayziyada erkaklar jamoalari o‘rtasida Halqaro turnir o‘tkazildi. Bu erda o‘zbek basketbolchilari uch g‘alabaga erishib, yarim final o‘yinlarida Rossiya jamoasiga yutkazib quydilar va umumiy hisobda III o‘rinni egalladilar.

O‘zbekiston Respublikasini o‘z mustaqilligiga erishgandan so‘ng 3 ta halqaro toifadagi 12 ta milliy toifadagi hakamlar tayyorlandi. Har yili erkaklar va ayollar jamoalari o‘rtasida basketbol bo‘yicha Respublika Kubogi va birinchiligi o‘tkaziladi. “MHSK” jamoasi 16 karra Respublika birinchiligida g‘alaba qozonib shohsupaning yuqorisiga ko‘tarilgan. 1991-1995 yillar oralig‘ida ayollar jamoalari o‘rtasida “SKIF” jamoasi Respublika birinchiligida g‘olib bo‘lgan bo‘lsa, 1996 yildan hozirgi kungacha Navoiyning “Nika” jamoasi birinchilikni hech kimga bermay kelmoqda. Har yili g‘oliblikni qo‘lga kiritgan jamoa o‘yinlaridan 20 dar ortiq o‘yinchiga sport ustasi unvoni berilib kelinmoqda.

Mamlakatimiz terma jamoasi Osiyo birinchiliklari saralash musobaqalariga muntazam qatnashib kelmoqda. Hozirgi kunda terma jaso tarkibida tajribali o‘yinchi bilan birgalikda juda ko‘p yosh basketbolchilar ham ko‘zga ko‘rinmoqda.

Nazorat savollari.

1. Basketbolning rivojlanish bosqichlari.
2. Xalqaro Basketbol Asossiasiyasining (XBA) tashkil etilishi.
3. O‘zbekistonda basketbolning paydo bo‘lishi va rivojlanishi tarixi.
4. 1996 yilda AQSHda Armiya klublari o‘rtasida musobaqalar.
5. 1964 yildan boshlab o‘zbek basketbolchilari.
6. 1-Butun O‘zbekiston Spartakiadasining dasturi.

yuksaldi. Chunonchi, erkaklar jamoalarining o'yinchilari Toshkent shahridagi eng yaxshi basketbolchilarning o'yin taktikasini mohirlik bilan qo'llab boshladilar. "Tez yorib o'tish" usuli bo'yicha o'ynab raqibning yo'lini to'sish metodlari qo'llanib raqib o'chiti yonida markaziy o'yinchini chalg'itish kombinasiyalari qo'llanilib o'ynalganida o'yinchini shaxsiy o'imoalash yo'llaridan ham tez-tez foydalaniladigan bo'ldi.

1955 yil – bu sobiq mamlakat xalqlari Spartakiadasiga tayyorgarlik yili bo'ldi. Bir yili ichida 10 ta sport masteri, 348 ta razryadchi sportchilar tayyorlandi. Huddi shu yili Jismoniy tarbiya instituti tashkil etildi. Shu yili yana Toshkent shahar Oliy o'quv yurtlari birinchiligi uchun musobaqalar o'tkazildi. Uning g'oliblari Butunmamlakat talabalar o'yinida ishtirok etadilar.

1956 yilning avgust oyida Moskvada sobiq mamlakat xalqlarning Spartakiadasida o'zbek basketbolchilari V o'rinni egalladilar.

1958 yilda basketbol bo'yicha XXR va O'zbekiston o'rtasida birinchi marta halqaro uchrashuv o'tkazildi. Unda mehmonlar g'olib chiqdilar.

1959 yilda X O'zbekiston spratakiadasida bo'lib o'tdi. Spartakiada tamom bo'lganidan keyin Respublika terma jamoasi Moskva, Leningrad, Tallin, Riga shaharlarida safarda bo'ldi. Bu shaharlarda o'zining jismoniy, texnik-taktik tayyorgarligini o'z shirish uchun terma jamoamiz mamlakatning eng kuchli jamoalari bilan bo'lgan uchrashuvlarda katta tajriba to'pladi.

1964 yildan boshlab o'zbek basketbolchilari "A" klassi bo'yicha oliy liga jamoalari bilan baravor mamlakat chempionatida ishtirok etib g'olib jamoalar jadvalida 10-12 o'rinni egalladi.

1970 yildan 1990 yilgacha bo'lgan davrda o'zbek basketbolchilarining "Universitet" erkaklar jamoasi "SKIF" xotin-qizlar jamoasi Butunmamlakat turnirlarida, mamlakat chempionatlarida, "Burevestnik" O'zbekiston sharafini himoya qiladi. O'yinchilarimiz orasidan ko'pgina mashhur basketbolchilar etishib chiqdi. R.Salimova, A.Jarmuxamedova, E.Tornikidu shular jumlasidan bo'lib, ular mamlakat terma jamoasining a'zolari edilar.

1991 yilda O'zbekiston Respublikasi mustaqil bo'ldi. Halqaro maydonda o'zbek sportchilarining chiqishlari uchun ba'zi bir qiyinchiliklar vujudga keldi. 1992 yil yanvarida O'zbekiston Milliy

KIRISH

O'zbekiston Respublikasi uzluksiz ta'lim tizimi muassasalarini yangi avlod o'quv adabiyotlari bilan ta'minlash, talaba-o'quvchilarni komil inson qilib yetishishiga qaratilgan darsliklar va o'quv adabiyotlarini yaratish[1] bugungi kunning dolzarb vazifasidir.

Shuningdek, O'zbekiston Respublikasida Oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi tizimini tubdan isloh qilish, soha xodimlariga zarur shart-sharoitlar yaratish, ta'lim mazmuni va sifatini takomillashtirish hamda oshirishga bevosita ta'sir ko'rsatuvchi omillardan biri sifatida talabalarni o'kitishdagi fanlar bo'yicha Davlat ta'lim standartlari talablari asosida yaratilgan sifatli darslik va o'quv qo'llanmalar bilan to'liq ta'minlash vazifasi turibdi.

Sifatli o'quv adabiyoti nafaqat o'rganuvchilarning qiziqishini oshiradi balki yetarlicha tayyorgarlikka ega bo'lmagan o'qituvchilarning kamchiliklarini ham bartaraf qiladi. Boshqacha aytganda hatto ta'lim oluvchilarni sifatli darslik bilan o'qitayotgan oddiy o'qituvchi ham yaxshi o'qituvchiga aylanishi mumkin. Ya'ni, yaxshi o'qish ham, samarali o'zlashtirish ham o'quv adabiyoti bilan chambarchas bog'liqdir. Har qanday fanni o'qitish va o'zlashtirish bevosita shu predmetga doir tushuncha va atamalarning mohiyatini teran anglash bilan bog'liq. Chunki, tushuncha va atamalar mazmuni yig'indisi o'quv fanining o'zagini tashkil qiladi. Har qanday tushuncha o'z shakli, mezonini va o'z qo'llanish sohasiga ega bo'lsagina to'laqonli hisoblanadi.

Shu asnodda biz tomonimizdan yaratilgan «Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi (Basketbol)» o'quv qo'llanmasi jismoniy madaniyat ta'lim yo'nlishti bo'yicha tahsil oladigan talabalar uchun o'quv dasturiga muvofiq xorijiy adabiyotlar asosida qayta takomillashtirildi.

O'quv qo'llanmaning yaratilishida asosiy bo'limlari va mavzularini yoritishda muqaddam nashr etilgan o'quv adabiyotlar, ilmiy-nazariy va uslubiy ma'lumotlar hamda xorijda yaratilgan o'quv qo'llanmalar asos bo'lib xizmat qildi.

I BOB. BASKETBOL O‘YININING RIVOJLANISH TARIXI

Basketbolga o‘shab ketadigan o‘yin to‘g‘risidagi dastlabki ma‘lumotlar eramizdan avvalgi VII asrga oiddir. Meksikadagi ilk qabilasiga mansub bo‘lgan indeeslar “pok-to-pok” deb atalgan o‘yinni qiziqib o‘ynashgan. Ushbu o‘yinning butun mohiyati o‘yinchilarning to‘pni halqa ichiga tushirishdan iborat bo‘lgan “to‘p” o‘rnida kauchukdan tayyorlangan dumaloq shardan foydalanishgan, uni halqaga “tushurish” uchun faqat tirsaklar bilan yoki son bilan sharni urish lozim bo‘lgan. Bunga halqaning xiyla baland joyiga o‘rnatilganligini va buning ustiga yerga nisbatan tik ya‘ni perpendekulyar tarzda joylashtirilganligini qo‘shadigan bo‘lsak, u holda halqaga tushirilgan birgina “to‘p” – shar butun o‘yinning taqdirini hal qilgan bo‘lsa kerak.

Oradan ancha vaqtlar o‘tib, eramizning XVI asriga kelganda meksikalik “basketbolchilar” bu o‘yinni takomillashtirdilar. O‘yin ijodkorlari zilday og‘ir kauchukdan tayyorlangan to‘p-sharni devorga o‘rnatilgan tosh halqa orqali o‘tkazishni ko‘zda tutgan edilar. Muvaffaqiyatli harakat qilib to‘pni halqaga tushirgan o‘yinchi tomoshabinlarning istalgan birining libosini o‘ziga “sarupo” qilib olish huquqiga ega bo‘lar edi. O‘yinda yutkazgan jamoaning kapitani esa ko‘pincha shafqatsiz jazoga mahkum etilar, uning boshini tanasidan judo qilari edilar.

1603 yilda Bryuis tomonidan ishlangan gravyurada basketbolga o‘xshagan o‘yin aks ettirilgan, Vet esa “Sport ensiklopediyasi” (1818 y.) degan kitobda Floridada odamlar qiziqib o‘ynaydigan o‘yin bayon etilgan: kimki savatchaga ko‘proq tushirsa o‘sha yutgan hisoblangan, savatcha esa baland ustunning eng uchiga mahkam o‘rnatib qo‘yilgan.

Ancha keyinroq basketbolning hozirgi zamon o‘yinini esalatadigan to‘p bilan o‘ynaladigan o‘yin turi paydo bo‘lgan.

Masalan, Spartada shunga o‘xshagan “episkirus” deb atalgan o‘yin, Qadimgi Rimda – “garpastum” deb atalgan o‘yin, Italiyada – “halqaga tushirish” o‘yinlari o‘ynalgan.

Qadim-qadim zamonlardan beri to‘p bilan o‘ynaladigan ko‘hna o‘yinlar yer sharidagi juda ko‘p xalqlar hayotida alohida o‘rin egallab turgan.

Ilk jamoa tizimi paydo bo‘lgan dastlabki davrlarda o‘yinlar

tug‘diradi.

1947 yilda Butunmamlakatparadi o‘tkazilganidan keyin O‘zbekiston basketbol bo‘yicha birinchiligi uyushtirildi. Unda 8 ta erkaklar jamoasi uch guruhdagi Butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etib, V o‘rinni egallaydi.

1948 yilda aprel oyining oxirlarida O‘rta Osiyo respublikalari poytaxtlaridan uchrashuvlari tashkil etildi. Bunda O‘zbekiston ayollar jamoasi barcha tengdoshlaridan g‘olib chiqib I o‘rinni egallaydi. Erkaklar jamoasi esa faqat Olmaota shahar jamoasiga yutkazib II o‘rinni oladi.

1949 yil yoz davrida O‘zbekiston terma jamoalari mamlakat birinchiligi uchun o‘tkazilgan o‘yinlarda qatnashdilar. Unda erkaklar XVIII o‘rinni, ayollar esa XX o‘rinni oldilar.

1950 yilda Frunze shahrida basketbol bo‘yicha O‘rta Osiyo respublikalarining

III an‘anaviy musobaqalari o‘tkaziladi. Unda o‘zbek basketbolchilari g‘olib chiqadilar. 1951 yilda o‘smirlar o‘rtasida O‘rta Osiyo chempionati birinchi marta o‘tkaziladi. Unda Toshkentlik yigit-qizlar I o‘rinni egallaydilar.

Respublikamiizning terma jamoasi Xarkov shahrida o‘tkazilgan Mamlakat terma jamoalari o‘rtasida o‘tkazilgan o‘yinlarda qatnashib, VII o‘rinni egallaydi.

O‘sha kezlarda matbuotda tez-tez metodik mazmundagi maqolalar paydo bo‘la boshlaydi. 1958 yilning birinchi yanvardan boshlab basketbol bo‘yicha yangi qoidalar, yangi sport klassifikasiyasi amal qila boshlaydi. Yangi sport klassifikasiyasidagi yosh talablari sport natijalarini oshirishga ijobiy ta‘sir ko‘rsatadi. Huddi shu yili o‘smirlar jamoalari o‘rtasida, O‘rta Osiyo va Qozog‘iston Respublikalari poytaxt terma jamoalari o‘rtasida an‘anaviy musobaqalar bo‘lib o‘tadi. Shuningdek, musobaqa o‘tkazish soxasida ham o‘zgarishlar sodir bo‘ladi: endi musobaqalar ikki yosh guruhlari bo‘yicha o‘tkaziladigan bo‘ladi. Shu bilan bizning yigit-qizlarimiz Dnepropetroovsk shahrida bo‘lib o‘tgan Butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etadilar. Hamda qizlar IX o‘rinni, yigitlar XI o‘rinni egallaydilar.

Shuni ta‘kidlab o‘tish kerakki, o‘sha kezlarda ko‘pchilik jamoalarning tarkibi yosh-yosh o‘yinchilar hisobiga kengaytirildi va yangilandi, ko‘pchilik jamoalarning texnik tayyorgarlik darajasi

to'g'ridan-to'g'ri to'pni halqaga tushirilgan hollarda (o'yinni har safar markazdan boshlamasdan) o'yinni to'xtatmasdan to'pni o'yinga kiritishga ruxsat beradigan boshqa bir punkt ham o'yin dinamikasini oshirdi. Ilgari bir o'yinchi tomonidan shaxsan yo'l qo'yish mumkin bo'lgan xatolarning soni 4 xato bilan chegaralanib quyildi, jarima to'pini tashlash huquqi aziyat chekkan o'yinchining o'ziga beriladigan bo'ldi. O'sha qoidalar bo'yicha basketbol halqasining aniq o'lchovlari ham belgilab qo'yildi (diametri 45 sm, to'pning og'irligi 600-650 gr) hamda barcha basketbol maydonchalari uchun yagona o'lchovlar 26x14 m tarzida belgilab qo'yildi. 1939 yilning qish davri mobaynida ko'rgazmali hakamlar o'yinlari o'tkazildi.

Ulug' Vatan urushi boshlanishi bilan O'zbekiston jismoniy tarbiya tashkilotlari o'z ishlarini urush davri talablari asosida qayta tashkil etdilar. Respublikada umumiy harbiy ta'lim joriy etildi, harbiy o'quv punktlari tuzildi.

1943 yilga kelib jismoniy tarbiya – ommaviy ishlar, shu jumladan, basketbol ham asta-sekin tiklana boshlaydi. Shu yili basketbol bo'yicha shahar birinchiliklari bo'lib o'tadi. Shahar birinchiligidan keyin Respublika birinchiligi uchun musobaqalar tashkil etilib unda "Dinamo" (Toshkent) jamoasining o'yinchilari ayollar o'rtasida chempion bo'ladilar. Markaziy armiya klubi (Toshkent) jamoasi erkaklar o'rtasida chempion bo'ladi.

1944 yili avgust oyida Tbilisida basketbol bo'yicha XI mamlakat birinchiligi o'yinlarining bayrog'i ko'tarildi. Bu erda DKA O'zbekiston ayollar jamoasi ishtirok etadi. Lekin u muvaffaqiyatli chiqa olmaydi va to'qqizinchi o'rinni egallaydi.

1945 yilda Respublika spartakiadasi o'tkaziladi. U tamom bo'lga-nidan keyin O'zbekiston jamoalari Frunze shahrida o'tkazilgan O'rta Osiyo va Qozog'iston spartakiadasida ishtirok etadilar. Unda O'zbekiston sportchilari basketbol bo'yicha va sportning boshqa turlari bo'yicha birinchi o'rinni egallab g'olib chiqadilar.

1946 yilda O'zbekiston jismoniy tarbiya va sport ishlari komiteti Toshkent shahrida sport bo'yicha birinchi instruktorlar maktabini ochadi.

1947 yilda o'yin qoidalariga o'zgarishlar kiritiladi. Protokollarga 12 kishini kiritishga ruxsat beriladi. Musobaqalarning shiddat bilan o'tkazilishi har bir o'yinga ikkitadan hakam tayinlash zaruriyatini

zamonning og'ir turmush sharoitiga chidash uchun odamlarni jismoniy chiniqishiga yaxshi yordam bergan, ularning mehnat faoliyatida ham va maishiy turmushida ham bunday o'yinlar muhim ahamiyat kasb etgan.

Keyinchalik odamlar qabila-qabila bo'lib yashaydigan davrlarga kelib, turli o'yinlar, ayniqsa, koptok – to'p bilan o'ynaladigan o'yinlar asta-sekin mehnat faoliyatidan ajralib chiqqan hamda turli ko'ngilochar o'yinlar, raqslar, bayram tantanalari artibutlari qatoridan o'rin olib, marosim tadbirlaridan biriga aylanadi.

Turli o'yinlar, shu jumladan, basketbol o'yini ham umumiy xususiyatlari bilan ajralib turgan, lekin odamlar o'rtasidagi turlicha qarashlar, cheklangan kiritaklik singari mahdudlik ko'rinishlari salbiy ta'sir ko'rsatib o'yinlarning keng miqyosda rivojlanishiga imkon bermagan.

Hozirgi zamon basketbol o'yinining rivojlanish tarixi 1891 yilning dekabr oyidan boshlangan. Sprigfild shahridagi (AQSH, Massachusetts shtati) xristian – ishchilar maktabi (hozirgi Springfield kolledji)ning anatomiya va fiziologiya o'qituvchisi doktor Djeym A.Neysmit talabalarning qish faslidagi jismoniy mashg'ulotlarini bir qator jonlantirishga qaror qildi. Neysmit tomonidan ijro qilingan o'yinning dastlabki varianti beshta asosiy shartdan va 13 ta asosiy qoidalardan iborat bo'lgan o'sha o'yinning dastlabki qoidalari 1892 yil 15 yanvarda "Uchburchak" ("Triugolnik") degan gazeta sahifalarida bosilib chiqadi. Neysmit yangi o'yin uchun futbol to'pini tanlaydi, chunki bu to'pni qo'l bilan olib olish oson bo'lib, uni oshirish qiyin hamda yerga urilgan vaqtda to'p yerdan doimo yuqoriga otilib o'ynashi unga ma'qul bo'lgan.

Bunday o'yinning avj olishi hozirgi zamon basketboli ishqibozlarini hayron qoldirishi mumkin (aytmoqchi, o'sha zamonlarda ham o'yinning nomi xuddi hozirgi singari: "basketbol" deb yozilgan). Neysmit shaftoli terishga mo'ljallangan savatchani zal ichidagi balkonga o'rnatib qo'ygan, savatchaning yonidagi narvon ustida farrosh o'tirgan. Uning vazifasi muvaffaqiyatli tashlangan va savatchaga tushirilgan to'pni savatcha ichidan olib, pastga o'yinchilarga uzatib turishdan iborat bo'lgan.

1891 yil 21 dekabrda Springfield kolledjining gimnastika zalida basketbol bo'yicha birinchi match o'tkaziladi. Matbaa manbalari bu