

IBRAGIMOV ALISHER KAROMATOVICH

**SPORT VA HARAKATLI
O'YINLARNI O'QITISH METODIKASI
(BASKETBOL)**

(O'quv-metodik qo'llanma)



Buxoro-2021

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

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

FAKULTETLARARO JISMONIY MADANIYAT VA
SPORT KAFEDRASI

Ibragimov Alisher Karomatovich

Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi (Basketbol)

(O'QUV METODIK QO'LLANMA)

Buxoro – 2021

A.K.Ibragimov Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi mustaqil ta'limni tashkil etish bo'yicha o'quv metodik qo'llanma) Buxoro.2021-yil.94-b

Taqrizchilar:

A.R.Nurullayev-Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrası dotsenti

R.S.Boymurodov- Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport kafedrası katta o'qituvchisi

Ushbu o'quv metodik qo'llanma Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi (Basketbol) fanidan mustaqil ta'limni tashkil etish bo'yicha tavsiyalarni o'z ichiga oladi.Bunda oily ta'lim talabalarining Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi (Basketbol)bo'yicha kasbiy pedagogik ko'nikmalari va mahoratini , yo'l – yo'riqlarini o'rgatish ifodalangan. Uslubiy qo'llanma o'qituvchilar va talabalar uchun mo'ljallangan

Buxoro davlat universiteti Ilmiy Kengashining 2021 yil 29 maydagi yig'ilishning №10-son bayonnomasi qaroriga asosan nashrga tavsiya etilgan

KIRISH

O'zbekiston mustaqillikka erishgan kundan boshlab jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan e'tibor kuchaydi. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Abdug'aniyevich Karimovning qator farmonlari, hukumat qarorlari hamda "Sportdagi har bir natija – millatning sog'lomligini, qudratini, buyukligini namoyon etuvchi eng yaxshi mezondir" degan da'vat aholi o'rtasida jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan munosabatni tubdan o'zgartirdi.

Boshqa sport turlari qatorida basketbol ham "Umid nihollari", "Barkamol avlod", "Universiada" kabi musobaqalar dasturiga kiritilishi basketbol bilan shug'ullanuvchilar sonini oshishiga olib keldi.

BuxDU Jismoniy madaniyat fakultetida yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlash o'quv rejasiga binoan bir necha pedagogik ixtisosliklar bo'yicha amalga oshiriladi. Jumladan, maktabgacha tarbiya muassasalarida jismoniy tarbiya bo'yicha murabbiy o'rta maktab va bilim yurtlarida, litsey, kollej, institut, universitet, akademiyalarda jismoniy tarbiya bo'yicha o'qituvchi, armiya, ilmiy tadqiqot institutlari, ishlab chiqarish korxonalarida va boshqa tashkilotlarda jismoniy tarbiya va kasbga mos jismoniy tayyorgarlik bo'yicha yo'riqchi, turar joylarda, muolaja, maishiy madaniyat, dam olish va boshqa shunga o'xshash dargohlarda sog'lomlashtirish jismoniy tarbiya bo'yicha tashkilotchi degan ixtisosliklar institutning o'quv rejasidan joy olgan.

Ushbu ma'ruzalar matnida basketbol sport o'yinining jahonda va O'zbekistonda rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi asoslarining tasnif va tavsiflari ochib berilgan. O'yin qoidasi va musobaqalarni tashkil qilish, o'tkazish xususiyatlari va basketbolga dastlabki o'rgatishda zamonaviy uslublardan foydalanish keng yoritilgan.

Basketbol sport turi barcha ta'lim muassasalarining "Jismoniy tarbiya va sport" fani dasturiga kiritilgan bo'lib, asosiy bo'lim sifatida o'qitiladi. Ushbu o'quv-uslubiy qo'llanma talabalarda jismoniy tarbiya va sport soxasiga oid kasbiy

Mundarija

Kirish		4
I.Bob. JAHONDA BASKETBOLNI RIVOJLANISH TARIXI VA BOSQICHLARI		6
1.1.	O'yinning tavsifi va mohiyati va jahonda basketbolning rivojlanish	6
1.2	Basketbolning rivojlanish bosqichlari	8
II.Bob. O'ZBEKISTONDA BASKETBOLNI RIVOJLANISH TARIXI		10
2.1.	O'zbekistonda basketbolning ilk rivojlanish tarixi.	10
2.2.	Mustaqillikdan keyin Respublikamizda basketbolning rivojlanishi	18
III Bob. O'YIN TEXNIKASI VA TAKTIKASI ASOSLARI		19
3.1.	O'yin texnikasining tasnifi	20
3.2.	Hujum texnikasi	21
3.3.	To'pni uzatish	27
3.4.	To'pni urib yurish	31
3.5.	Savatga to'p tashlash lar	33
3.6.	Himoya texnikasi	37
3.7.	Himoyacha turish	37
3.8.	To'pni egallash va unga qarshi harakatlar texnikasi	39
3.9.	O'yin taktikasi asoslari Asosiy tushunchalarning ta'rifi	44
3.10.	Taktika tasnifi	44
3.11.	Hujum taktikasi	45
3.12.	Yakka (individual) harakatlar	45
3.13.	Guruhli harakatlar	46
3.14.	Jamoa harakatlari	51
3.15.	Shaxsiy pressingga qarshi hujum	55
3.16.	Himoya taktikasi	56
3.17.	Yakka harakatlar	56
3.18.	Guruh harakatlari	57
IV Bob. O'yin qoidasi va musobaqa tashkil qilish asoslari		64
4.1.	O'yin qoidasi va musobaqa tashkil qilish asoslari	64
4.2.	Jamoalar, o'yinchilar, zahiradagi o'yinchilar, sardor, murabbiylar	72



4.3.	Murabbiy va murabbiy yordamchisining stol atrofidagi hakamlar bilan muloqoti	74
4.4.	O'yin holatlari	75
4.5.	Qoidalarga rioya qilmaslik va jazo	81
4.6.	Hakamlar	82
4.7.	Musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish. Musobaqalarning ahamiyati	85
4.8.	Musobaqalarning turlari	86
4.9.	Musobaqa o'tkazish sistemalari	87
4.10.	Musobaqa nizomi	88