

7A8.1  
U-45 CLK



**M.A. Umbetova**

# **SPORT TURLARINI O'RGATISH METODIKASI (BASKETBOL)**

**O'quv qo'llanma**





YA 8.1  
11-45

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA'LIM, FAN VA  
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI  
YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI  
O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA SPORT  
UNIVERSITETI**



**UMBETOVA M.A.**

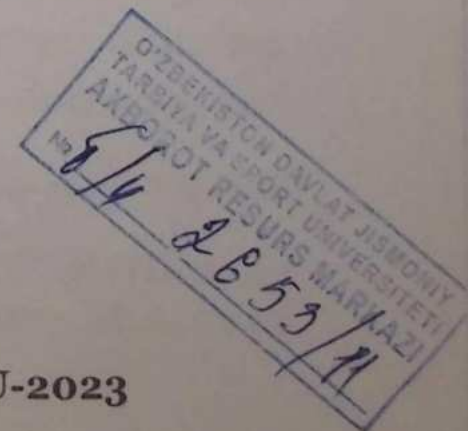
**SPORT TURLARINI O'RGATISH  
METODIKASI  
(BASKETBOL)**

**O'quv qo'llanma**

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining  
2022- yil 19- sentyabr dagi 302-sonli buyrug'iga asosan  
60310900 Psixologiya (sport)  
60411200-Menejment (jismoniy tarbiya va sport menejmenti)  
bakalavriat ta'lim yo'nalishida tahsil olayotgan talabalar  
uchun o'quv qo'llanma sifatida tavsiya etilgan

Ro'yxatga olish raqami 302-0963

**TOSHKENT  
O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI NMIU-2023**





UO'K 378.026:796.323.2(075.8)  
UO'K 378.026:796.323.2(075.8)  
KBK 75.566ya73  
U 47

**Sport turlarini o'rgatish metodikasi (Basketbol) :** O'quv qo'llanma /  
Umbetova M.A.: T-"O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI" NMIU 2023 – 268 bet.

**Muallif:**

Umbetova M.A.- O'zDJTSU "Voleybol, basketbol nazariyasi va uslubiyati"  
kafedrasi"o'qituvchi

**Taqrizchilar:**

**Pulatov Sh.A.-** O'zDJTSU "Badminton, tennis nazariyasi va uslubiyati"  
kaferdasi pedagogika fanlari nomzodi, dotsenti.

**Denisova U.J.-** Toshkent davlat stomatologiya institutu jamoa  
salomatligi, sog'liqni saqlashni boshqarish va jismoniy  
madaniyat kafedrasi pedagogika fanlar falsafa doktori  
(PhD).

Mazkur o'quv qo'llanma amaldagi DTS, o'quv rejasi, o'quv dasturi va zamon  
talablariga muvofiq ishlab chiqilgan bo'lib, O'zDJTSU talabalari 60310900-  
Psixologiya (sport), 60411200-Menejment (jismoniy tarbiya va sport menejmenti),  
sirtqi va mahsus sirtqi bo'lim talabalari, basketbol bo'yicha sport maktablariga  
mo'ljallangan.

Ushbu o'quv qo'llanma umumiy kurs 60310900-Psichologiya (sport), 60411200-  
Menejment (jismoniy tarbiya va sport menejmenti) talabalari uchun mo'ljallangan  
bo'lib unda faniga kirish, Jahonda va O'zbekistonda basketbolni rivojlanish tarixi,  
o'yinning paydo bo'lishi, rivojlanish bosqichlari, basketbol bo'yicha o'tkaziladigan  
xalqaro va Respublika musobaqalari.

O'yin qoidasi va musobaqalarni tashkil qilish asoslari, hakamlik tarkibi va  
vazifalari, musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish bo'yicha musobaqa nizomi. O'yin  
texnikasi va taktikasi asoslari, texnik-taktik harakatlar va ularga o'rgatishning  
asoslari mavzular andoza, rasm va jadvallar asosida keng yoritib berilgan.

Данное учебное пособие предназначено для студентов общего курса  
60310900-Психология (спорт), 60411200-Менеджмент (физическое воспитание  
и спортивный менеджмент) и включает в себя введение, история развития  
баскетбола в мире и в Узбекистане, возникновение игры, этапы развития,  
международные и республиканские соревнования по баскетболу.

UO'K 378.026:796.323.2(075.8)  
KBK 75.566ya73

ISBN 978-9943-9215-8-0

© "O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI" NMIU. 2023  
© Umbetova M.A. 2023

Данное учебное пособие предназначено для студентов  
общего курса 60310900-Психология (спорт), 60411200-  
Менеджмент (физическое воспитание и спортивный  
менеджмент) и включает в себя введение, история развития  
баскетбола в мире и в Узбекистане, возникновение игры,  
этапы развития, международные и республиканские  
соревнования по баскетболу.

Правила игры и основы организации соревнований,  
состав судей и их обязанности, правила соревнований по  
организации и проведению соревнований. Основы техники  
и тактики игры, основы технико-тактических действий и их  
обучение подробные разъяснения в виде схемы, рисунков и  
таблиц.

This is intended for students of the general course textbook  
is intended for students of the general course 60310900-  
Psychology (sport), 60411200-Management (physical education  
and sports management) and includes an introduction to the  
subject, the history of the development of basketball in the  
world and in Uzbekistan, the emergence of the game, the stages  
of development. International and republican basketball  
competitions, rules of the game and the basics of organizing  
competitions, composition of referees and their duties.

Competition rules for organizing and conducting  
competitions, competition rules for organizing and conducting  
competitions, the basics of technique and tactics of the game,  
Basics of technical and tactical actions and their training,  
detailed explanations in the form of templates, drawings and  
tables.

© "O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI" NMIU-2023

© Umbetova M.A.2023



## Kirish

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020 yil 24 yanvardagi PF-5924-sonli "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida", 2022 yil 28 yanvardagi PF-60-son "2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi to'g'risida"gi farmonlari,

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019 yil 29 yanvardagi 65-son "O'zbekistonda sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish va aholini jismoniy tarbiya va ommaviy sportga jalb etish to'g'risida"gi qarorlarini ijro etish zarurligi bilin asoslanadi.

Bosqichma-bosqich amalga oshirilayotgan Farmon va Qarorlarda qayd etilgan talablarga muvofiq shu soha bo'yicha tayyorlanadigan bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassis jismoniy, intellektual va ma'naviy-ahloqiy jihatlardan shakllangan, mustaqil fikrlovchi, keng dunyoqarashga ega, o'z kasbining ustasi, innovasion pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirgan va milliy istiqlol g'oyasini amalga oshirishda sidqidildan xizmat ko'rsatuvchi shaxs bo'lib yetishishi zarurligiga urg'u berilgan.

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universitetida yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlash o'quv rejasiga binoan, basketbol o'yinining nazariy va amaliy asoslarini o'zlashtirishdan iborat.

Ta'lim yo'nalishi bo'yicha tayyorlanadigan talaba qaysi sport ixtisosligi bo'yicha ta'lim olishidan qa'tiy nazar umumkasbiy fanlar doirasida etarli va zarur kasbiy-pedagogik bilim, ko'nikma hamda malakalarga ega bo'lishi darkor.

Jahonda va O'zbekistonda basketbolni rivojlanish tarixi, o'yinning paydo bo'lishi va rivojlanish bosqichlari, O'zbekistonda basketbolni rivojlanishi, basketbol bo'yicha o'tkaziladigan xalqaro va Respublika musobaqalari, o'yin

qoidasi va musobaqalarni tashkil qilish asoslari, o'yin texnikasi va taktikasi asoslari, texnik-taktik harakatlar va ularga o'rgatishning asoslari, talaba bajarilayotgan harakat texnikasi va taktikasini tahlil qilish; dars bayonnomasini tuzish, darsni tayyorlov qismini o'tkazish; ta'lim muassasalarida basketbol mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazishga oid kasbiy-pedagogik malakalariga ega bo'lishi kerak.

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 qo'llanma O'zDJTSU psixologiya (sport), menejment (jismoniy tarbiya va sport menejmenti) talabalarda jismoniy tarbiya va sport soxasiga oid kasbiy pedagogik bilim, malaka va ko'nikmalarni o'zlashtirish imkonini beradi.





# 1 BOB. JAHONDA VA O'ZBEKISTONDA BASKETBOLNI RIVOJLANISH TARIXI

## 1.1. Basketbolni paydo bo'lishi.

Basketbolga o'xshab ketadigan o'yin to'g'risidagi dastlabki ma'lumotlar eramizdan avvalgi VII asrga oiddir. Meksikadagi ink qabilasiga mansub bo'lgan indeeslar **"pok-to-pok"** deb atalgan o'yinni qiziqib o'ynashgan. Ushbu o'yinning butun mohiyati, o'yinchilar to'pni halqa ichidan o'tkizishdan iborat bo'lgan "to'p" o'rnida kauchukdan tayyorlangan dumaloq shardan foydalanishgan, uni halqadan "o'tkizish" uchun faqat tirsaklar bilan yoki son bilan sharni urish lozim bo'lgan.



1-rasm.  
"Pok-to-pok" o'yini



2-rasm.  
Tosh halqa

Bunga halqaning hiyol baland joyiga o'rnatilganligini va buning ustiga yerga nisbatan tik ya'ni perpendekulyar tarzda joylashtirilganligini qo'shadigan bo'lsak, u holda halqadan o'tgan birgina "to'p" – shar butun o'yinning taqdirini xal 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 "sarpo" qilib olish huquqiga ega bo'lar edi. O'yinda yutkazgan jamoaning kapitani esa ko'pincha shafqatsiz jazoga mahkum etilar, uning boshini tanasidan judo qilar 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 eslatadigan to'p bilan o'ynaladigan o'yin turi paydo bo'lgan.

Masalan, Spartada shunga o'xshagan "episkirus" deb atalgan o'yin, qadimgi Rimda – "harpastum" 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 zamonning og'ir turmush sharoitiga chidash uchun odamlarni jismoniy chiniqishiga yahshi yordam bergan, ularning mehnat faoliyatida ham va maishiy turmushida ham bunday o'yinlar muhim ahamiyat kasb etgan.



3-rasm.  
Djeyms A.Neysmit  
(1861 t. - 1939 v.e.)



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 tarihi 1891 yilning dekabr oyidan boshlangan. Sprigfild shahridagi (AQSH, Massachusets shtati) hristian – ishchilar maktabi (hozirgi Springfild kolledji)ning anatomiya va fiziologiya o'qituvchisi doktor Djeysms A.Neysmit talabalarning qish faslidagi jismoniy mashg'ulotlarini bir qator jonlantirishga qaror qildi. Kolledjda o'tkaziladigan gimnastika darslarini jonlantirish haqida topshiriq olgan Jeyms Neysmit yopiq xonalar uchun yangi o'yin o'ylab chiqadi. U balkon panjaralariga shaftoli solishga mo'ljallangan savatlardan ikkitasini osib qo'yadi. O'yinda qatnashuvchilar o'z raqiblarining savatlariga futbol to'pini tushirish kerak bo'lgan. O'yinda erkaklar va ayollar birgalikda qatnashgan. Bu o'yin studentlarda katta qiziqish uyg'oti. Neysmit tomonidan ijro qilingan o'yinning dastlabki varianti beshta asosiy shartdan va 13 ta asosiy qoidalaridan iborat bo'lgan. O'sha o'yinning dastlabki qoidalari 1892 yil 15 yanvarda "Uchburchak" ("Triugolnik") degan gazeta sahifalarida bosilib chiqadi.

## **BASKETBOLNI BIRINCHI QOIDALARI** **(Jeyms Neysmit tomonidan ishlab chiqilgan)**

1. To'pni bir yoki ikki qo'l bilan istalgan tomonga uzatish mumkin.

2. To'pni bir yoki ikki qo'l bilan istalgan yo'nalishda urib yurirish mumkin, lekin hech qachon musht bilan urish mumkin emas.

3. O'yinchi to'p bilan yugurishi mumkin bo'lmagan. O'yinchi to'pni ilib to'xtagan joyidan otishi kerak, faqat yuqori tezlikda yugurayotgan o'yinchi bundan mustasno.

4. To'pni barmoqlar bilan ushlash. To'pni to'xtatish uchun elka va tanadan foydalanish mumkin emas.

5. Har qanday holatda ham qo'pol harakatga yo'l qo'ymaslik, ushlab qolish, raqib jamoa o'yinchisini tortib qolish, itarish va urish mumkin emas. Har qanday o'yinchi tomonidan ushbu qoidani birinchi marta buzish qoidabuzarlik deb nomlanadi; ikkinchi qo'pollik uni o'yindan chetlatish (diskvalifikatsiya), va agar o'yinchiga shikast etkazish niyati aniq bo'lsa, unda butun o'yin uchun diskvalifikatsiya qilish. Bunday holda diskvalifikatsiya qilingan o'yinchini o'rniga boshqa o'yinchi bilan almashtirishga yo'l qo'yilmaydi.

6. To'pni musht bilan urish - 2 va 4-bandlarni buzish, jazo 5-bandida berilgan.

7. Agar qaysidir jamoa tomonidan ketma-ket uchta qoidabuzarlik qilsa, u holda raqib jamoa uchun ochko qayd etiladi (bu shuni anglatadiki, bu vaqt ichida raqib bitta ham qo'pollik qilmasligi kerak).

8. Agar erdan sapchigan to'p yoki sakrab tashlangan to'p savatga kirib, u erda qolsa, hisob beriladi. Himoyachilar otilgan to'pga yoki savatga tegishi taqiqlanadi.

9. Agar to'p maydondan chiqib ketsa, birinchi to'pga tekkan o'yinchi uni maydonga kiritishi kerak. Agar baxs yuzaga kelsa, hakam to'pni o'yin maydoniga tashlashi kerak. O'yinchi to'pni besh soniya ushlab turishi mumkin. Agar u to'pni besh



soniyadan ko'proq ushlab tursa, unda to'p raqibga beriladi. Agar qaysidir jamoa o'yinchisi tomonidan vaqtni cho'zishga harakat qilsa, hakam ularga jazo (fol) berishi kerak.

10. Hakam o'yinchilarning qo'pol harakatlarini kuzatishi, shuningdek ketma-ket uchta qoida buzilishini (fol) hakamga aytishi kerak. Unga 5-qoidaga binoan o'yinchilarni diskvalifikatsiya qilish huquqi berilgan.

11. Hakam o'yinchilarning harakatlarini kuzatib borishi o'yin vaqtida (maydon ichida) top belgilangan chiziqdan (maydon tashqarisiga) chiqib ketsa to'p qaysi tomonda bo'lishi kerakligini, shuningdek odatdagi boshqa har qanday harakatlarni bajarishini aniqlashi kerak hakam tomonidan.

12. O'yin 15 daqiqali ikkita taymdan iborat bo'lib, ular orasida 5 daqiqalik tanaffus mavjud bo'lgan.

13. O'sha vaqt ichida eng ko'p to'p kiritgan jamoa g'olib hisoblangan.



4-rasm.

#### Birinchi basketbol to'pi

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 huddi hozirgi singari: "basketbol" deb yozilgan, basketbol

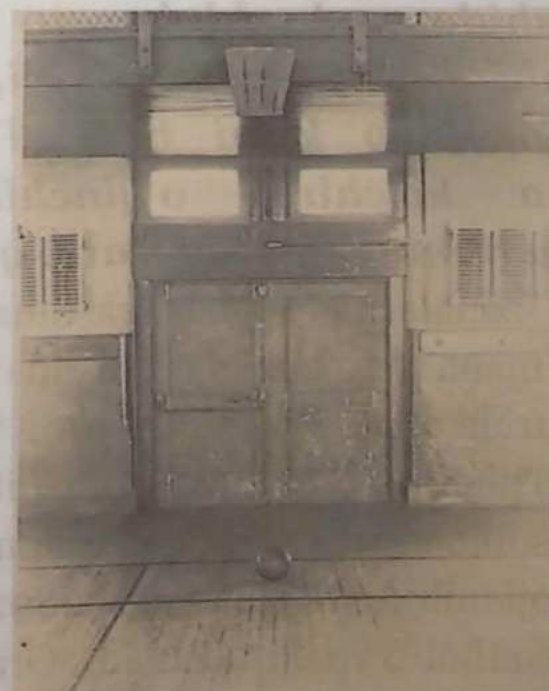
so'zining ma'nosi (basket-savat, bol-to'p degan ma'noni anglatgan).



5-rasm.

#### Shaftoli terishga mo'ljallangan savatcha

Neysmit shaftoli terishga mo'ljallangan savatchani zal ichidagi balkonga o'rnatib qo'ygan, savatchaning yonidagi narvon ustida farrosht o'tirgan. Uning vazifasi muvafaqiyatli tashlangan va savatchaga tushirilgan to'pni savatcha ichidan olib, pastga o'yinchilarga uzatib turishdan iborat bo'lgan.



6-rasm.



(Massachusetts shtatidagi Springfielddagi YMCA yoshlar kolleji birinchi basketbol zali. Balkonga biriktirilgan shaftoli savati)

**1891 yil 21 dekabrda Springfield kolledjining gimnastika zalida basketbol bo'yicha birinchi match o'tkaziladi. Matbaa manbalari bu o'yinning uch hil tug'ilish sanasini qayd etadilar: 1891 yil 21 dekabr, 1892 yilning 15 va 20 yanvari. "O'yin yaratuvchi"ning ta'kidlashicha birinchi uchrashuv 1891 yilning "rojdestvo" bayrami oldidan o'tkazilgan ekan.**

Guruhda 18 kishi bor edi. Shuning uchun o'yinda har biri 9 kishidan iborat 2 jamoa ishtirok etdi. O'yin ko'pchilikka shu qadar ma'qul bo'ldiki, tez orada o'yin qoidasidan nusxa ko'chirib berishni so'rab Neysmitni holi-joniga qo'yishmadi. Keyinroq, 1892 yilda u o'z o'yinining birinchi "Qoidalar kitobi"ni nashr ettirdi. Unda 13 ta asosiy band bo'lib, ularning ko'pchiligi bizning hozirgi kunlarimizda ham amal qilmoqda. Prinsip jihatdan u "Qoidalar"ning hozirgilaridan farqi to'pni "olib yurish" qoidalarida deb hisoblash mumkin.

**Neysmit o'yinda ishtirok etuvchilar sonini qat'iy ravishda cheklab qo'ymagan. Uning ta'rificha, o'yinda 3 kishidan boshlab 40 kishigacha qatnashishiga ruhsat berilgan. Holbuki, eng maqbul mezon har jamoada 9 kishi bo'lishi edi. Futbol o'yinidan nusxa ko'chirib o'yinchilarni uchta hujumchiga uchta himoyachiga ajratib qo'yilgan edi.**

Ularga faqat o'z "zonalarida" o'ynashga ruhsat berilgan edi. 1892 yil 11 martda mana shu qoidalar asosida birinchi marta tomoshabinlar huzurida o'yin o'tkazilib, uni tomosha qilish uchun 200 kishi to'plandi. Talabalar o'z o'qituvchilari bilan o'ynaydilar va 5:1 hisobida g'olib chiqdilar. Shundan keyin o'yin keng miqyosida rivojlanib ketdi va huddi 1892 yilning o'zida Meksikada ham basketbol o'ynala boshladi. Oradan biroz vaqt o'tgach 1893 yil Lyu Allen Hartford shahrida noqulay savatchalarni – shaftoli terishga mo'ljallangan ushbu savatlarni

simdan to'qilgan silindr shaklidagi og'ir savatchalar bilan almashtirdi.



7-rasm.

**Birinchi savat va shchitlarni ko'rinishi**

O'yin yildan-yilga rivojlanib borib, uning qoidalarida ham ancha takomillashtirildi. Chunonchi, 1893 yilda birinchi marta shchitga tegib qaytadigan va to'pni tomoshabinlar orasiga borib tushishdan saqlaydigan qurilma va unga to'r xalta biriktirilgan temir halqa o'rnatildi.

Shchitning kattaligi 3,6 h 1,8 m bo'lgan. **Oradan bir yil o'tgach, to'pning kattaligi oshirilib aylanasi uzunligi 30-32 dyuymga (76,2-81,8 sm)ga etkazildi.** 1895 yilga kelib o'yin qoidalariga jarima to'pi tashlash kiritildi. Jarima to'pi 15 fut (5,25 sm) masofadan turib tashlanar edi.

Oradan ko'p o'tmay savatcha hozirgi zamon shaklini oladi, lekin shchit esa o'zining hozirgi kattaligiga 1895 yilda erishadi. Ayni maxalda shchitni oq rangga bo'yab qo'yganlar, 1909 yilga kelib esa shchitni yaltiroq plastinadan tayyorlay boshlaganlar. Maydonda to'pni olib yurish qoidasi 1896 yilda kiritilgan. To'pni tortib olish ham unga qiyin emas edi. Oradan uch yil o'tgach, basketbolda foydalanilayotgan futbol to'pi mahsus tarzda tayyorlangan basketbol to'piga almashtirildi.



O'yin texnikasining tez takomillashishi va o'yinchilar harakatchanligining ortib borishi shunga olib keldiki, 1896 yilda jamoalar tarkibini 5,7 yoki 9 o'yinchi bilan cheklab qo'yish to'g'risida bir bitimga kelishildi. O'yinda necha kishilik jamoa ishtirok etishi o'yin maydonining kattaligiga bog'liq bo'lgan. Tez orada jamoadagi o'yinchilar soni butunlay standart holga keltirildi: ya'ni bir vaqtning o'zida 5 kishidan ortiq o'yinchi qatnashishiga ruhsat etilmaydigan bo'ldi.

1892 yilning mart oyida ushbu o'yinni "ilk ixtirochi"lari jamoalari o'rtasida dastlabki o'yin o'tkaziladi. Ular Bekingem maktabining o'qituvchilari va stenografistlari edi. Jamoadagi o'yinchi qizlardan biri Mod Sherman bu o'yinda o'z bahtini ham topdi – u Djeys Neysmitga turmushga chiqdi.



8-rasm.  
Birinci ayollar jamoasi



9-rasm.  
Kollej qizlari o'rtasida birinchi rasmiy o'yin

1893 yil 22 martda juda ko'p tomoshabinlar huzurida Smit kollejining birinchi kurs qizlari bilan ikkinchi kurs qizlari o'rtasida birinchi rasmiy o'yin o'tkazildi. Unda katta qizlar 5:4 hisobi bilan g'alaba qildilar. Qizig'i shundaki, o'yinni tomosha qilgan tomoshabinlar ishqibozlar orasida birorta ham erkak bo'lmagan.

Buning sababi erkaklarga zalga kirish man etilgan bo'lib sababi basketbolchilar kalta yubkalarda o'yinga tushgan edilar.

1896 yilda qizlarning Hristian assosiasiyasi ushbu o'yinni kam harakat va qizlar uchun qulayroq qilish maqsadida basketbol bo'yicha o'yin qoidalarini qayta ko'rib chiqadi. O'sha paytdan boshlab basketboldan holi ravishda "netbol" /net – to'r, bol - to'p/ o'yini rivojlana boshlaydi.

Shu yilning o'zida AQSHda basketbol bo'yicha rasmiy musobaqalar bo'lib o'tadi. Oradan 6 yil o'tgach birinchi bor studentlarning mintaqalararo o'yini tashkil etiladi. Huddi o'sha yili Buffalo shahrida tashkil etilgan Panama – Amerika qo'shma ko'rgazmasida basketbol o'yini "eksponat" sifatida ko'rsatildi.

AQSHda tuzilgan basketbol o'yini oradan kun o'tmay Xitoy, Filippin, Angliya, Fransiya, Italiya singari dunyoning ko'p mamlakatlariga tarqalib ketadi.



## BASKETBOLNING RIVOJLANISH BOSQICHLARI

### I bosqich

1891-1918 yillarni o'z ichiga olib, basketbolning yangi o'yin sifatida shakllanib borish bosqichi hisoblanadi. Avvaliga gimnastika darslarini biroz jonlantirish uchun yaratilgan basketbol asta-sekin sport o'yiniga aylanib, uning o'ziga hos barcha hususiyatlari shakllana boshlaydi. Uning dastlabki rasmiy o'yin qoidalari yaratiladi. Uning o'yin texnikasi va taktikasi shakllanadi. O'yinda ishtirok etayotgan jamoa a'zolarining har biri uchun muayyan funktsiya vazifalar belgilab beriladi.

### II bosqich

1919-1931 yillardan iborat bo'lib, bu davr milliy basketbol federatsiyalari tashkil etilganligi bilan ajralib turadi. Bu esa basketbolning sport o'yini sifatida rivojlanib borishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Huddi shu davrda dastlabki basketbol bo'yicha halqaro turnir – musobaqalar o'tkaziladi.

### III bosqich

1932-1947 yillarni o'z ichiga oladi. Bu davr butun dunyo bo'yicha basketbol o'yini har tomonlama rivojlanganligi bilan harakterlidir. Bu davrda basketbol o'yini federatsiyasi (FIBA) tashkil etiladi. Bu hodisa unutilmas voqea bilan basketbolni sportning Olimpiya turidagi o'yinlar qatoriga kiritilishi bilan birga sodir bo'ladi. Shu davrda sobiq sovet basketbolchilari ham halqaro maydoniga chiqadilar. Basketbol texnikasi va texnikasiga yangiliklar kiritiladi.

### IV bosqich

1948-1965 yillarni o'z ichiga oladi. Bu yillarda butun dunyoda basketbol o'yini shiddat bilan rivojlanibgina qolmay, muayyan sakrashlar tarzidagi taraqqiyot va sport mahoratining o'sishi ham ana shu davrga to'g'ri keladi. To'pni bir qo'l bilan otish qoidasi paydo bo'ladi, raqibning hujumiga qarshi o'zini himoya qilish texnikasi va texnikasida ancha murakkab priemlar paydo bo'ladi. Mini-basketbol o'yini vujudga kelib, dunyo buylab tarqala boshlaydi.

### V bosqich

1986-1990 yillarda milliy Federatsiyalar soni ortadi. Milliy professional basketbol uyushmalari (NBA) paydo bo'ladi. Basketbolchilarning halqaro aloqalari mustahkamlanadi, o'yin texnikasi va texnikasida yangiliklar vujudga keladi. Musobaqalar qoidasi va hakamlar metodikasi takomillashtiriladi.

1- andoza

## 1.2. Halqaro Basketbol Assoatsiyasining (HBA) tashkil etilishi

Basketbol rivojlanishiga rahbarlik qilish vazifasini o'z zimmasiga olgan birinchi halqaro tashkilot (IAAF) Halqaro havaskor yengil atletikachilar federatsiyasi bo'lgan edi. 1926 yilning avgust oyida IAAFning Gaaga shahrida bo'lib o'tgan ushbu federatsiya doirasidagi VIII kongressida to'p bilan qo'lda o'ynaladigan barcha o'yinlar ustidan nazorat qilish ishlarini olib borish uchun maxsus komissiya tashkil etiladi. IAAFDA bunday o'yinlarga qiziqish paydo bo'lganiga sabab shu ediki, ko'pgina mamlakatlarda qo'l bilan o'ynaladigan to'p o'yinlari qish oylarida yengil atletikachilar trenirovkasining oddiy elementiga aylanib qolgan edi.

**1928 yil avgustida Amsterdam shahrida bo'lib o'tgan IX Olimpiada o'yinlari vaqtida qo'lda o'ynaladigan to'p o'yinlari komissiyasi bazasida qo'l to'pi o'yinlarining mustaqil halqaro havaskorlar federatsiyasi (IAGF) tashkil etildi. Uning tarkibiga sportning har hil turlari bo'yicha (shu jumladan basketbol bo'yicha) uchta texnik komissiya kiritiladi. Fransuz K.Bopyunni basketbol bo'yicha komissiyaning raisi, kotibi etib esa – uning vatandoshi M.Barillni saylandilar.**

**Mana shu komissiya basketbol rivojlanishiga rahbarlik qilish uchun tuzilgan birinchi halqaro tashkilot edi. Lekin u bor-yo'g'i 6 yil mavjud bo'ldi.**

**Aslini olganda u o'z zimmasiga yuklatilgan vazifani – tuzilgan dasturni bajara olmadi. Shuning uchun 1934 yilning sentyabrida IAGF jahon basketboliga rahbarlik qilishga da'vat etilgan yagona tashkilot bu FIBAdir, deb tan olishga majbur bo'lgan edi.**



20 yillarning oxirida ko'pchilik mamlakatlarda milliy basketbol tashkilotlari faoliyat ko'rsata boshlagan edi. Lekin ular IAGF rahbariyati Shveysariyaning futbol va yengil atletika bilan ham mashg'ul bo'ladigan basketbol assotsiatsiyasini tan olmaydi. Bunga sabab o'z zimmasiga basketbolning rahbarlik qiluvchi organi rolini olgan ushbu tashkilot basketbol bo'yicha biror marta ham match musobaqa o'tkazmagan edi.

Mana shunga o'xshagan nohushliklar sababli bir qancha mamlakatlarning basketbol assosiasiyalarining vakillari "o'z" halqaro federasiyalarini tuzish uchun bir yerga to'planishga qaror qildilar.

Shu maqsadda 1932 yilning 10 iyulida II mamlakatning vakillari Jeneva shahriga to'plandilar. Ular Simeri Bern (AQSH) rahbarligi ostida – uning raisligida yangi federasiya ustavini va federasiyaning asosiy ish tamoyillari tasdiqlash to'g'risida qaror qabul qiladilar: unda yagona halqaro qoidalar ishlab chiqish, rasmiy halqaro birinchiliklarga, turnirlarga, havaskor jamoalar uchrashuviga rahnamolik qilish va ularni qo'llab-quvvatlash, basketbolni rivojlantirishda milliy federasiyalarga yordam ko'rsatish ko'zda tutilgan edi.

HBF rahnamoligida o'tkaziladigan birinchi yirik musobaqa bu birinchi Yevropa chempionati deb hisoblanadi (Jeneva, 193 y.).

HBFning va hatto ushbu federasiyaning HOQ tomonidan tan olinishi – bu xali basketbolni XI Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritiladi degan ma'noni anglatmas edi. Argentina basketbol federatsiyasining tegishli ravishda qilgan qat'iy talablaridan keyin basketbol o'yini HOQ qarori bo'yicha bir necha yillar mobaynida sportning Olimpiada turlari ro'yxatiga kiritib kelindi. Biroq, mana shu faktning o'zi yaqin orada o'tkaziladigan Olimpiada dasturiga basketbolni avtomatik ravishda kiritilishi uchun yetarlidir, deb oldindan xulosa chiqarib bo'lmaydi. Bu masalani Berlinda o'tkaziladigan Olimpiada o'yinlari tashkiliy komiteti hal qiladi.

Basketbol masalasini hal etish uchun yana bir vaziyat to'siq bo'lishi mumkin: XI Olimpiada o'tkaziladigan mamlakat bo'lmish Germaniyada aslini olganda basketbol to'g'risida tasavvur ham yo'q, chunki bu mamlakatda basketbolga o'xshab ketadigan, lekin mutlaqo boshqa bir o'yin – karbol o'yini keng tarqalgan.

Shunga qaramay, aftidan basketbolning bayat yulduzi porlaydiganga o'xshaydi. Stokgolmdan Rimga borayotgan V.Djons yo'l-yo'lakay Berlinga o'tkaziladigan XI Olimpiada o'yinlarini o'tkazish komitetining besh sekretari Karl Diem bilan uchrashdi. Bu kishi uni yaxshi biladigan va bir vaqtlar o'tmishda unga ustozlik qilgan kishi edi. Boltiq dengizi osha paronda narigi qirg'oqqa o'tilayotgan vaqtda "tomonlar" bu to'xtamga keldilar. 1934 yilning 19 oktyabrida komitet basketbolni Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritish to'g'risidagi taklifni (buni qarangki, o'shanda xali HBA HOQ tomonidan tan olinmagan edi) ma'qullash yuzasidan o'zining yalpi majlisida qaror qabul qiladi.

**Shundan keyin 1935 yilning 28 fevralida HOQning Oslo shahrida bo'lib o'tgan sessiyasi basketbol sportning Olimpiada turniriga kiritilganligi rasmiy ravishda tan olinadi.**

HBF o'zi tashkil etilganidan keyin oradan 3 yildan kamroq vaqt ichida to'la mustaqillikka erishadi, hamda HOQ tomonidan sportning olimpiada turlariga kiruvchi o'yinlar federatsiyasi oilasida o'zining munosib o'rnini egallaydi.



# OLIMPIADA O'YINLARI

(Erkaklar o'rtasida)

(1-jadval)

| No | YIL  | O'TKAZILG<br>AN JOYI                                                                        | I<br>O'RIN                                                                                           | II<br>O'RIN                                                                                            | III<br>O'RIN                                                                                         |
|----|------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 1936 |  Berlin    |  Qo'shma Shtatlar   |  Kanada             |  Meksika          |
| 2  | 1948 |  London    |  Qo'shma Shtatlar   |  Frantsiya          |  Braziliya        |
| 3  | 1952 |  Xelsinki  |  Qo'shma Shtatlar   |  Sovet Ittifoqi     |  Urugvay          |
| 4  | 1956 |  Melburn |  Qo'shma Shtatlar   |  Sovet Ittifoqi    |  Urugvay         |
| 5  | 1960 |  Rim     |  Qo'shma Shtatlar |  Sovet Ittifoqi   |  Braziliya      |
| 6  | 1964 |  Tokio   |  Qo'shma Shtatlar |  Sovet Ittifoqi   |  Braziliya      |
| 7  | 1968 |  Mexiko  |  Qo'shma Shtatlar |  Yugoslaviy a     |  Sovet Ittifoqi |
| 8  | 1972 |  Myunxen |  Sovet Ittifoqi   |  Qo'shma Shtatlar |  Kuba           |
| 9  | 1976 |  Monreal |  Qo'shma Shtatlar |  Yugoslaviy a     |  Sovet Ittifoqi |
| 10 | 1980 |  Moskva  |  Yugoslaviya      |  Italiya          |  Sovet Ittifoqi |

| No | YIL  | O'TKAZILG<br>AN JOYI                                                                            | I<br>O'RIN                                                                                             | II<br>O'RIN                                                                                      | III<br>O'RIN                                                                                           |
|----|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11 | 1984 |  Los Anjeles |  Qo'shma Shtatlar   |  Ispaniya     |  Yugoslaviy a       |
| 12 | 1988 |  Seul        |  Sovet Ittifoqi     |  Yugoslaviy a |  Qo'shma Shtatlar   |
| 13 | 1992 |  "Barselona" |  Qo'shma Shtatlar   |  Xorvatiya    |  Litva              |
| 14 | 1996 |  Atlanta     |  Qo'shma Shtatlar   |  Yugoslaviy a |  Litva              |
| 15 | 2000 |  Sidney      |  Qo'shma Shtatlar   |  Frantsiya    |  Litva              |
| 16 | 2004 |  Afina     |  Argentina        |  Italiya    |  Qo'shma Shtatlar |
| 17 | 2008 |  Pekin     |  Qo'shma Shtatlar |  Ispaniya   |  Argentina        |
| 18 | 2012 |  London    |  Qo'shma Shtatlar |  Ispaniya   |  Rossiya          |
| 19 | 2016 |  Rio       |  Qo'shma Shtatlar |  Serbiya    |  Ispaniya         |
| 20 | 2021 |  Tokio     |  Qo'shma Shtatlar |  Frantsiya  |  Avstraliya       |



# OLIMPIADA O'YINLARI

(ayollar o'rtasida)

(2-jadval)

| No | YIL                  | O'TKAZILGAN JOYI                                                                                   | I O'RIN                                                                                                 | II O'RIN                                                                                                | III O'RIN                                                                                                 |
|----|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 1976<br>Tafsilotl ar | <br>Monreal       | <br>Sovet Ittifoqi     | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Bolgariya          |
| 2  | 1980<br>Tafsilotl ar | <br>Moskva        | <br>Sovet Ittifoqi     | <br>Bolgariya        | <br>Yugoslaviya        |
| 3  | 1984<br>Tafsilotl ar | <br>Los Angeles   | <br>Qo'shma Shtatlar   | <br>Janubiy Koreya   | <br>Xitoy              |
| 4  | 1988<br>Tafsilotl ar | <br>Seul        | <br>Qo'shma Shtatlar  | <br>Yugoslaviya     | <br>Sovet Ittifoqi   |
| 5  | 1992<br>Tafsilotl ar | <br>"Barselona" | <br>Birlashgan jamoa | <br>Xitoy          | <br>Qo'shma Shtatlar |
| 6  | 1996<br>Tafsilotl ar | <br>Atlanta     | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Braziliya      | <br>Avstraliya       |
| 7  | 2000<br>Tafsilotl ar | <br>Sidney      | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Avstraliya     | <br>Braziliya        |
| 8  | 2004<br>Tafsilotl ar | <br>Afina       | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Avstraliya     | <br>Rossiya          |
| 9  | 2008<br>Tafsilotl ar | <br>Pekin       | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Avstraliya     | <br>Rossiya          |
| 10 | 2012<br>Tafsilotl ar | <br>London      | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Frantsiya      | <br>Avstraliya       |

| No | YIL                  | O'TKAZILGAN JOYI                                                                             | I O'RIN                                                                                                 | II O'RIN                                                                                        | III O'RIN                                                                                        |
|----|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11 | 2016<br>Tafsilotl ar | <br>Rio   | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Ispaniya | <br>Serbiya   |
| 12 | 2021<br>Tafsilotl ar | <br>Tokio | <br>Qo'shma Shtatlar | <br>Yaponiya | <br>Frantsiya |

## Yozgi olimpiada o'yinlari sovrindorlari umumjamoa hisobida

(3-jadval)

| OO' No | O'tkazilgan yili | 1-o'rin                                 | 2-o'rin     | 3-o'rin     |
|--------|------------------|-----------------------------------------|-------------|-------------|
| I      | 1896             | AQSH                                    | Gresiya     | Germaniya   |
| II     | 1900             | Fransiya                                | AQSH        | B.Britaniya |
| III    | 1904             | AQSH                                    | Germaniya   | Kuba        |
| IV     | 1908             | B.Britaniya                             | AQSH        | Shvesiya    |
| V      | 1912             | AQSH                                    | Shvesiya    | B.Britaniya |
| VI     | 1916             | 1 jahon urushi tufayli OO' o'tkazilmadi |             |             |
| VII    | 1920             | AQSH                                    | Shvesiya    | B.Britaniya |
| VIII   | 1924             | AQSH                                    | Finlyandiya | Fransiya    |
| IX     | 1928             | AQSH                                    | Germaniya   | Finlyandiya |
| X      | 1932             | AQSH                                    | Italiya     | Fransiya    |
| XI     | 1936             | Germaniya                               | AQSH        | Vengriya    |
| XII    | 1940             | 2 jahon urushi tufayli OO' o'tkazilmadi |             |             |
| XIII   | 1944             | 2 jahon urushi tufayli OO' o'tkazilmadi |             |             |
| XIV    | 1948             | AQSH                                    | Shvesiya    | Fransiya    |
| XV     | 1952             | AQSH                                    | SSSR        | Vengriya    |
| XVI    | 1956             | SSSR                                    | AQSH        | Avstraliya  |
| XVII   | 1960             | SSSR                                    | AQSH        | Italiya     |
| XVIII  | 1964             | AQSH                                    | SSSR        | Yaponiya    |



| OO' №  | O'tkazilgan yili | 1-o'rin          | 2-o'rin  | 3-o'rin     |
|--------|------------------|------------------|----------|-------------|
| XIX    | 1968             | AQSH             | SSSR     | Yaponiya    |
| XX     | 1972             | SSSR             | AQSH     | GDR         |
| XXI    | 1976             | SSSR             | GDR      | AQSH        |
| XXII   | 1980             | SSSR             | GDR      | Bolgariya   |
| XXIII  | 1984             | AQSH             | Ruminiya | FRG         |
| XXIV   | 1988             | SSSR             | GDR      | AQSH        |
| XXV    | 1992             | Birlashgan jamoa | AQSH     | Germaniya   |
| XXVI   | 1996             | AQSH             | Rossiya  | Germaniya   |
| XXVII  | 2000             | AQSH             | Rossiya  | Xitoy       |
| XXVIII | 2004             | AQSH             | Xitoy    | Rossiya     |
| XXIX   | 2008             | Xitoy            | AQSH     | Rossiya     |
| XXX    | 2012             | AQSH             | Xitoy    | B.Britaniya |
| XXXI   | 2016             | AQSH             | Xitoy    | B.Britaniya |
| XXXII  | 2021             | AQSH             | Xitoy    | Yaponiya    |

Qishki olimpiada o'yinlari sovrindorlari umumjamoa hisobida

(4-jadval)

| OO' № | O'tkazilgan yili | 1-o'rin                                 | 2-o'rin     | 3-o'rin     |
|-------|------------------|-----------------------------------------|-------------|-------------|
| I     | 1924             | Norvegiya                               | Finlyandiya | Avstriya    |
| II    | 1928             | Norvegiya                               | AQSH        | Shvesiya    |
| III   | 1932             | AQSH                                    | Norvegiya   | Shvesiya    |
| IV    | 1936             | Norvegiya                               | Germaniya   | Shvesiya    |
| -     | 1940             | 2 jahon urushi tufayli OO' o'tkazilmadi |             |             |
| -     | 1944             | 2 jahon urushi tufayli OO' o'tkazilmadi |             |             |
| V     | 1948             | Norvegiya                               | Shvesiya    | Shveisariya |
| VI    | 1952             | Norvegiya                               | AQSH        | Finlyandiya |
| VII   | 1956             | SSSR                                    | Avstriya    | Finlyandiya |
| VIII  | 1960             | SSSR                                    | Germaniya   | AQSH        |
| IX    | 1964             | SSSR                                    | Avstriya    | Norvegiya   |

| OO' № | O'tkazilgan yili | 1-o'rin   | 2-o'rin          | 3-o'rin     |
|-------|------------------|-----------|------------------|-------------|
| X     | 1968             | Norvegiya | SSSR             | Fransiya    |
| XI    | 1972             | SSSR      | GDR              | Shveisariya |
| XII   | 1976             | SSSR      | GDR              | AQSH        |
| XIII  | 1980             | SSSR      | GDR              | AQSH        |
| XIV   | 1984             | GDR       | SSSR             | AQSH        |
| XV    | 1988             | SSSR      | GDR              | Shveisariya |
| XVI   | 1992             | Germaniya | Birlashgan jamoa | Norvegiya   |
| XVII  | 1994             | Rossiya   | Norvegiya        | Germaniya   |
| XVIII | 1998             | Germaniya | Norvegiya        | Rossiya     |
| XIX   | 2002             | Norvegiya | Germaniya        | AQSH        |
| XX    | 2006             | Germaniya | AQSH             | Avstriya    |
| XXI   | 2010             | Kanada    | Germaniya        | AQSH        |
| XXII  | 2014             | Rossiya   | Norvegiya        | Kanada      |
| XXIII | 2018             | Norvegiya | Germaniya        | Kanada      |
| XXIV  | 2022             | Norvegiya | Germaniya        | Kitay       |

HBF ustavi 1932 yilda Rim shahrida qabul qilingan edi. O'sha har 4 yilda bir marta o'tkaziladigan federasiya kongresslarida tegishli o'zgartishlar kiritilib turiladi.

1947 yildayoq 50 ta mamlakat HBFga a'zo bo'lib kirgan edi. O'zining 50 yilligini nishonlayotgan kunda (1985 y.) HBF besh qit'adagi 157 mamlakatni o'z saflarida birlashtirgan edi.

HBFning bosh organi – kongress bo'lib, u har 4 yilda bir marta chaqiriladi. Kongresslar o'rtasidagi davrda kongress vakolatlariga ega bo'lgan markaziy byurosinung rahbar organi hisoblanadi. U ikki yilda bir marta o'z mamlakatlariga – sessiyasiga to'planib turadi. Markaziy byuro sessiyalari o'rtasida uning vazifasini 7 kishidan iborat ijroiya komissiyasi bajarib turadi.

Yevropa qit'asida Yevropa chempionatlari kubogi uchun o'tkaziladigan o'yinlar juda mashhur bo'lib o'tgan (ularda milliy birinchilik uchun o'tkaziladigan o'yinlarning chempionatlari



ishtirok etadi) shuningdek, kubok egalari kubogi uchun o'ynaladigan o'yinlar ham keng tarqalgan (ularda mamlakat chempionatlarining ikkinchi jamoalari yoki Kubok egalari qatnashadi) hamda bundan ko'pgina musobaqalar ham ommalashib ketgan.

(5-jadval)

| JAHON CHEMPIONATLARI |      |                  |               |               |               |
|----------------------|------|------------------|---------------|---------------|---------------|
| No                   | Yil  | O'tkazilgan joyi | I o'rin       | II o'rin      | III o'rin     |
| 1                    | 1950 | Argentina        | Argentina     | AQSH          | Chili         |
| 2                    | 1954 | Braziliya        | AQSH          | Braziliya     | Filippin      |
| 3                    | 1959 | Chili            | Braziliya     | AQSH          | Chili         |
| 4                    | 1963 | Braziliya        | Braziliya     | Yugoslaviya   | Sobiq Ittifoq |
| 5                    | 1967 | Urugvay          | Sobiq Ittifoq | Yugoslaviya   | Braziliya     |
| 6                    | 1970 | Yugoslaviya      | Yugoslaviya   | Braziliya     | Sobiq Ittifoq |
| 7                    | 1974 | Puerto-Riko      | Sobiq Ittifoq | Yugoslaviya   | AQSH          |
| 8                    | 1978 | Filippin         | Yugoslaviya   | Sobiq Ittifoq | Braziliya     |
| 9                    | 1982 | Kolumbiya        | Sobiq Ittifoq | AQSH          | Yugoslaviya   |
| 10                   | 1986 | Ispaniya         | AQSH          | Sobiq Ittifoq | Yugoslaviya   |
| 11                   | 1990 | Argentina        | Yugoslaviya   | Sobiq Ittifoq | AQSH          |
| 12                   | 1994 | Kanada           | AQSH          | Rossiya       | Xorvatiya     |
| 13                   | 1998 | Gresiya          | Yugoslaviya   | Rossiya       | AQSH          |
| 14                   | 2002 | AQSH             | Yugoslaviya   | Argentina     | Germaniya     |
| 15                   | 2006 | Yaponiya         | Ispaniya      | Gresiya       | AQSH          |
| 16                   | 2010 | Turkiya          | AQSH          | Turkiya       | Litva         |
| 17                   | 2014 | Ispaniya         | AQSH          | Serbiya       | Fransiya      |
| 18                   | 2019 | Xitoy            |               |               |               |

### 1.3. O'zbekistonda basketbolning paydo bo'lishi va rivojlanish tarixi

O'zbekiston sportchilarini "basketbol" degan o'yin bilan birinchi marta Moskva instruktorlar va chaqiriq yoshidagi yigitlarni harbiy xizmatga tayyorlash maktabining bitiruvchisi Turkiston o'lkasiga xizmat safariga yuborilgan umumta'lim vakili L.Barhash tanishtirgan. U 1920 yilning aprel oyida Skobalev (hozirgi Farg'ona) shahrida instruktorlardan va harbiy xizmatga chaqiriq yoshiga yetayotgan o'smirlardan iborat basketbol jamoasi tashkil etadi. Ularga o'yin qoidasini tushuntirib namunaviy o'yinni o'ziga o'tkazib ko'rsatadi. 28x16 metrli maydonchada o'rtasidan ikkita uzunasiga chiziq tortilgan chegara qo'yib, har birida 9 nafardan o'yinchi bo'lgan ikki jamoa uchrashadi.

Toshkent shahrida basketbol jamoasini tuzgan kishi harbiy xizmatga chaqirish yoshiga yetayotgan katta yoshli o'smirlar harbiy-jangovar maktabining o'qituvchisi S.Stariy bo'lgan edi. Bu yerda umumta'lim hovlisida tashkil etilgan basketbol maydonchasida 1920 yilning sentyabr oyida birinchi o'yin bo'lib o'tgan edi. Unda har bir jamoada besh nafardan o'yinchi bo'lib to'p o'rnida futbol to'pidan foydalangan edilar. Halqa o'rniga sport maydonchasining har ikki chekkasidagi ustunlarga osib qo'yilgan tagi teshik eski chelaklardan foydalanilgan edi.

Tashkil etilgan mana shu dastlabki namunaviy o'yinlar mahalliy yoshlarga va jismoniy tarbiya instruktorlariga ma'qul bo'lib, ularda katta taassurot qoldiradi. Toshkentda o'tkazilgan o'sha birinchi basketbol o'yini qatnashchisi M.D.Mogilevskiyning hikoya qilishicha, yigitlar har kuni kiyib yurgan egnilarida o'yinga tushishgan va ko'plari yalangoyoq o'ynashgan. O'yin boshdan-oyoq bir-biriga to'p otish va qo'lga tushgan to'pni osib qo'yilgan eski chelakka tashlashdan iborat bo'lgan.



Bu yerda o'yinning eng oddiy qoidalariga rioya qilinmaganligiga qaramasdan, yangi o'yin odamlarda kuchli hayajon uyg'otgan, vaziyatning tez-tez o'zgarib turishi bu yerda to'plangan o'smirlar va yoshlarning diqqatini o'ziga tortgan.

**1920 yilning yozida va kuzida bir necha ko'rgazmali uchrashuvlar o'tkazildi. Yangi o'yinga qizlar ham qiziga boshlashdi. Shu yili Andijonda jismoniy tarbiya instruktori I. Bluskiy rahbarligi ostida ayollar basketbol jamoasi tashkil etildi. Qizlar unga "Lochin" nomini berishdi.**

Basketbol jamoalarining tashkil etilishi mashg'ulotlar uchun joy ko'rish zaruriyatini yuzaga keltirdi. 1921 yilda Toshkentda, Qo'qonda, Andijonda, Farg'onada komsomolning tashabbusi bilan va profsoyuzlarning faol qo'llab-quvvatlashi natijasida basketbol maydonchalari qurildi. Qayta qurilgan maydonlarning o'ziga xos tomoni shunda ediki, bunda shchitlar va halqachalar yaratilgan edi. O'sha yiliyoq basketbol bo'yicha ikkita musobaqa o'tkazildi: "ikki haftalik" va "Chaqiruvgacha bo'lganlar haftaligi".

1921 yilning iyulida Toshkentda II O'rta Osiyo olimpiadasi o'tkazilayotgan vaqtda Farg'ona, Samarqand, Chernyayevning eng yaxshi ayollar basketbol jamoalari birinchi rasmiy musobaqalarni o'tkazdilar. "Doprizivnik" jurnali Farg'onalik qizlarning yaxshi tayyorgarlik ko'rganligini ta'kidlagan edi. Olimpiada basketbolning yanada rivojlanishi uchun yangi turtki berdi. Lekin yagona qonun-qoidalarining yo'qligi, metodik va sport xarakterdagi axborotning yomon yetkazilishi, basketbol o'yinining texnika va taktikasini yaxshi biladigan instruktorlik tarkibining yo'qligi basketbol jamoalarining mahoratini o'sishini to'htatib turardi.

1923 yilda Turkiston MIK qoshida jismoniy tarbiya bo'yicha o'lka Soveti tuzildi. Jismoniy tarbiya va sport rivojlanishining davlat boshqaruv fanlari paydo bo'lishi bilan jamoat tashkilotlarining sport o'yinlari, jumladan, basketbolni

tashkil etishdagi faoliyati aktivlashadi. Zavodlar, fabrikalar, o'rta va oliy o'quv yurtlarida sport to'garaklari ochila boshladi.

1924 yilning avgustida Farg'ona, Poltorask, Toshkent, Sirdaryo va respublika poytaxti oliy o'quv yurtlarining terma jamoalari I – Butun Turkiston jismoniy tarbiya bayrami musobaqalarida uchrashdilar. Jismoniy va texnik tayyorgarligi o'z raqiblarinikidan ustunroq bo'lgan Toshkentning erkaklar va ayollar jamoalari ushbu musobaqalarning g'oliblari bo'ldilar. Musobaqalarda taxminan 60 kishi ishtirok etdi. Musobaqalar "Moskva qoidalar" bo'yicha o'tkazildi. Yuzasi 26x15m va to'g'ri to'rtburchak shaklida bo'lgan maydonchada o'ynashgan.

Yuzaviy deb ataladigan qisqa chiziqlarning o'rtasida vertikal shchitlari bo'lgan tirgaklar o'rnatilgan bo'lib, uning o'lchamlari 180x205 sm bo'lgan va yer yuzasidan 270 sm balandlikda o'rnatilgan. Shchitning pastki chegarasidan 30 sm masofada unga gorizontaal ravishda kronshteynga radiusi 18 sm bo'lgan temir halqa o'rnatilgan edi. Har biri 20 daqiqadan bo'lgan 2 taym o'ynalar edi. O'yin davomida halqaga tashlangan to'p – 2 ochko, jarima to'pi sifatida tashlangan to'p esa – 1 ochko keltirar edi. O'z raqibi halqasiga ko'proq to'p tushira olgan jamoa mutloq g'olib hisoblanar edi.

Hech qanday kombinasiyalar bo'lmasdi, himoyachilar muayyan hujumchilarning yo'lini to'sar edilar, bunda chap himoyachi raqibning o'ng hujumchisini to'sar edi, markaziy o'yinchi esa faqat markaziy o'yinchi bilan shug'ullanar edi. Daqiqalik tanaffuslar bo'lmasdi. O'yin vaqtida o'yinchi almashtirish mumkin emas edi (baxtsiz tasodiflardan tashqari) kamida 4 kishiga o'ynashga ruxsat etilar edi. Markazdan o'yin boshlaydigan o'yinchi bir qo'lini orqasiga qilib olishi kerak edi.

To'pni markazda o'ynatish vaqtida har ikkala jamoaning hujumchilari o'z raqiblarining maydonchasida zarur edi.

O'sha zamon qoidalariga ko'ra, o'yinchi to'pni bir joyda 2 soniyadan ortiq ushlab turishiga ruxsat berilmas edi. Bu to'pning bir o'yinchidan ikkinchisiga o'tib, doimo harakatda



bo'lishiga va tez-tez uzatilishiga imkon berar edi. O'yinchilar raqamlanmas, protokollar tuzilmas edi. O'yinga bir kishi hakamlar qilar edi va hisob qanday bo'lganini tushirilgan har bir to'pdan keyin e'lon qilib turar edi. Yerga tushgan to'pni 2 qo'llab olib savatchaga tushirish va havodagi to'pni bir qo'llab otib nishonga tushirish eng keng tarqalgan usullardan hisoblangan. Maxsus murabbiylar bo'lmagan. O'yin paytida to'pni albatta boshdan oshirib tashlaganlar, lekin ko'p hollarda ikki qo'llab to'p tashlash va uni yerdan olib pastdan yuqoriga birdan ko'tarib savatchani nishonga olish ko'proq rasm bo'lgan.

Bora-bora basketbol yoshlar orasida keng tarqalib keta boshladi. 1927 yilda u 1 Butun O'zbekiston Spartakiadasining dasturiga ham kiritildi. Ungacha esa shahar musobaqalari bo'lib o'tdi. Toshkent shahar birinchiligi uchun basketbol bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda 20 dan ortiq jamoa ishtirok etdi, Farg'onada 8 ta, Samarqandda 12, Andijonda 6 ta jamoa ishtirok etdi. Ularning ayrimlari klublar bo'yicha tuzilgan bo'lib, matbaachilar (Toshkent) - 3 ta jamoa temiryo'lchilar (Samarqand, Andijon) - har biri 2 tadan, profinternchilar (Toshkent) - 3 tadan jamoa tuzib o'ynaganlar.

1928 yilning avgust oyida Moskvada 1 Butunmamlakat Spartakiadasi bo'lib o'tdi. Unda tarkibida 193 kishi bo'lgan. O'zbekiston sport delegatsiyasi ham sportning spartakiada dasturiga 7 turi bo'yicha ishtirok etdi.

Basketbol bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda O'zbekiston terma jamoalari moskvaliklarga yutqazadilar va Zakavkaze Federatsiyasi sportchilarini yutadilar. Final o'yinlarida mamlakat jamoasiga yutqazib, umumiy hisobda IV o'rinni egalladilar. Shu yerning o'zida basketbol jamoalari Fransiya ishchilar Federatsiyasi jamoalari bilan Xalqaro o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkazdilar. Bunda erkaklar jamoasi 49:12, xotin-qizlar jamoasi 24:12 hisobida g'olib chiqdilar.

Quyidagi faktlar o'sha davrda basketbol tobora ommaviylashib borganligini ko'rsatadi: u II Butun O'zbek kasaba

uyushmalari Spartakiadasining (1935 yil, iyun), Samaraqandda o'tkazilgan xotin-qizlar jismoniy tarbiya bayrami (1935 yil, avgust), Toshkentda o'tkazilgan idoralararo spartakiada (1935 yil, sentyabr) dasturlariga kiritiladi. Farg'ona, Qo'qon, Andijon, Buxoro shaharlarida alohida birinchiliklar o'tkaziladi. Xuddi o'sha yili "Spartak", "Lokomotiv" sport jamiyatlari tuzildi. Ushbu jamoalarda o'quv-trenirovka jarayoni bilan shug'ullanadigan murabbiylar paydo bo'ladi. Chunonchi "Lokomotiv" jamiyatida M.Fedorov, "Spartak"da A.Kirillov, "Dinamo"da I.Konstantinov murabbiylik vazifasini bajaradilar. O'zbekiston erkaklar terma jamoasining birinchi murabbiyi K.K.Morozov bo'lgan edi.

Chambar halqalarni (1936 yil sentyabr oyida) doira shaklida temir halqalar bilan texnik jihatdan ancha takomillashtirilgan halqalarga almashtirilishi to'pni ko'krakdan ikki qo'llab va yelkadan bir qo'llab har xil harakat vaqtida ham turgan joyidan halqaga tushirish imkonini berdi (to'pni uzatish va olib yurish texnikasi yaxshilandi).

1937 yildan boshlab terma jamoalar o'rtasida basketbol bo'yicha Respublika musobaqalari o'tkazila boshlandi, sport jamiyatlari jamoalari g'oliblari o'zaro shahar, viloyat birinchiligi o'tkaza boshladilar. G'olib chiqqan jamoaga "champion" unvoni berilib, ularga Butunmamlakat musobaqalarda O'zbekiston sharafiga himoya qilish huquqi ham beriladigan bo'ldi.

1939 yil yanvaridan boshlab yangi qoidalar joriy etila boshlandi: zahirada o'yinchilarga ega bo'lishga ruxsat berildi. "O'yinchiga sof vaqt ajratish" qoidasi joriy etildi, "uch sekund" qoidasi mavjud edi. Man shu punktning joriy etilishi bilan o'yin ancha dinamik xarakter kasb etadi. Bunga yana qoidalarning to'pni to'xtamasdan doira chizig'idan to'g'ridan-to'g'ri to'pni halqaga tushirilgan hollarda (o'yinni har safar markazdan boshlamasdan) o'yinni to'htatmasdan 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 qo'yildi, 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 hakamlik 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 boshladi. Shu yili basketbol bo'yicha shahar birinchiliklari bo'lib o'tdi. Shahar birinchiligidan keyin Respublika birinchiligi uchun musobaqalar tashkil etilib, unda "Dinamo" (Toshkent) jamoasining o'yinchilari ayollar o'rtasida chempion bo'ldilar. Markaziy armiya klubi (Toshkent) jamoasi erkaklar o'rtasida chempion bo'ldi.

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

1945 yilda Respublika spartakiadasi o'tkazildi. U tamom bo'lganidan keyin O'zbekiston jamoalari Frunze shahrida o'tkazilgan O'rta Osiyo va Qozog'iston spartakiadasida ishtirok etdilar. Unda O'zbekiston sportchilari basketbol bo'yicha va sportning boshqa turlari bo'yicha birinchi o'rinni egallab g'olib chiqdilar.

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

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

1947 yilda Butunmamlakat paradi o'tkazilganidan keyin O'zbekiston basketbol bo'yicha birinchiligi uyushtirildi. Unda 8 ta erkaklar jamoasi uch guruhdagi Butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etib, V-o'rinni egalladi.

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 egalladi. Erkaklar jamoasi esa faqat Olma-ota shahar jamoasiga yutqazib 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'tkazildi. Unda o'zbek basketbolchilari g'olib chiqdilar.

1951 yilda o'smirlar o'rtasida O'rta Osiyo chempionati birinchi marta o'tkazildi. Unda Toshkentlik yigit-qizlar I o'rinni egalladilar.

Respublikamizning terma jamoasi Xarkov shahrida o'tkazilgan mamlakat terma jamoalari o'rtasida o'tkazilgan o'yinlarda qatnashib, VII o'rinni egalladi.

O'sha kezlarda matbuotda tez-tez metodik mazmundagi maqolalar paydo bo'la boshladi. 1958 yilning birinchi yanvaridan boshlab basketbol bo'yicha yangi qoidalar, yangi sport klassifikasiyasiga amal qila boshladi. Yangi sport klassifikasiyasidagi yoshlar talablari sport natijalarini oshirishga ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Xuddi 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'tdi.



Shuningdek, musobaqa o'tkazish sohasida ham o'zgarishlar sodir bo'ldi: endi musobaqalar ikki yosh guruhlari bo'yicha o'tkaziladigan bo'ldi. Shu bilan bizning yigit-qizlarimiz Dnepropetrovsk shahrida bo'lib o'tgan Butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etdilar. Hamda qizlar IX-o'rinni, yigitlar XI-o'rinni egalladilar.

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 yuksaldi. Chunonchi, erkaklar jamoalarining o'yinchilari Toshkent shahridagi eng yahshi basketbolchilarning o'yin texnikasini mohirlik bilan qo'llab boshladilar.

"Tez yorib o'tish" usuli bo'yicha o'ynab raqibning yo'lini to'sish metodlari qo'llanib raqib shchiti yonida markaziy o'yinchini chalg'itish kombinasiyalari qo'llanilib o'ynalganida o'yinchini shaxsiy himoyalash 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 ustasi, 348 ta razryadchi sportchilar tayyorlandi. Xuddi 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 etdilar.

1956 yilning avgust oyida Moskvada sobiq mamlakat halqlarning Spartakiadasi ochildi, unda o'zbek basketbolchilari V o'rinni egalladilar.

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

1959 yilda X O'zbekiston spratakiadasi 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 oshirish 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 baravar mamlakat chempionatida ishtirok etib g'olib jamoalar jadvalida X,XII-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 sharafigi himoya qiladi. O'yinchilarimiz orasidan ko'pgina mashhur basketbolchilar yetishib chiqdi. R.Salimova, A.Jarmuhamedova, E.Tornikidu shular jumlasidan bo'lib, ular mamlakat terma jamoasining a'zolari edilar.

#### **1.4. Mustaqillik davrida o'zbek basketbolining rivojlanishi**

O'zbekiston o'z mustaqilligiga erishgan kundan boshlab yurtimizda eng ommalashgan sport turlaridan biri bo'lgan basketbol o'ziga xos mazmun va yo'nalishda shug'illana boshladi. O'sha davrda soha bo'yicha faoliyat ko'rsatib kelayotgan mutaxasis-rahbarlar, Respublika basketbol federasiyasi va trenerlar oldida o'zbek basketbolini mustaqil rivojlantirish uchun xalqaro pog'anaga ko'tarish yo'llarini izlash bilan tashkiliy ilmiy uslubiy va amaliy vazifalarni hal qilish muomolari yuzaga keldi. Agar "ittifoq davrida terma jamoalarimizga o'zga respublikalar basketbol klublarida "to'p suruvchi" o'yinchilarni "keldi-ketdi" asosida jalb qilish anana sifatida xizmat qilgan bo'lsa, endi mahalliy basketbol ustalari, mutaxasis-trenerlar tayyorlash o'zbek basketbol kulublari va



terma jamoalarimizni Osiyo va jahon miqyosiga olib chiqishdek murakkab masala ko'ndalang bo'lib turgan edi.

Lekin birinchi Prezidentimiz I.A.Karimovning tashabbusi va uning bevosita rahbarligi ostida jismoniy tarbiya va sportni 1991 yildanoq davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlari doirasiga kiritilishi, hamdo'stlik davlatlari ichida 1992 yildayoq "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi" qonuni qabul qilinishi mamlakatimizda ommaviy sportni, shu jumladan bolalar sportini ham, profesional sportni ham jadal rivojlanishiga turtki berdi. Bu borada o'zbek basketbolida ham keskin ijobiy burilishlar ro'y berdi.

Chunonchi, O'zbekiston Respublikasi mudofaa vazirligi tasarrufidagi avvalgi "SSKA" markaziy harbiy sport klubi deb nomlana boshlandi va ushbu klub qoshida basketbol jamoasi tuzildi. Yurtimiz taraqqiyotini bozor iqtisodiyotiga asoslangan holda rivojlantirish tamoyili sport jamoalarini moliyaviy jihatdan ta'minlash, zaruriyatini tug'dirdi. Ushbu masalada ham mamlakatimiz rahbari tomonidan boshlab berilgan va bugungi kungacha bosqichma-bosqich amalga oshirilayotgan ijtimoiy iqtisodiy siyosat bolalar sportini ham professional sportni ham moddiy jihatdan qo'llab-quvvatlash imkoniyatini yaratdi.

O'zbek basketbolini nafaqat yurtimizda, balki halkaro maydonga olib chiqishda uning moliyaviy muammolarini hal etishda ilk bor namuna ko'rsatgan "O'zqurilishmexanizasiya" boshqarmasi shu nom bilan atalgan erkaklar basketbol jamoasini tashkil etilishiga asos soldi. Aynan shu tashkilot homiyligida "O'zqurilishmexanizasiya" basketbol jamoasi "Basketbolning vatani" bo'lmish Amerika Qo'shma shtatlariga uzoq muddatli musobaqa serialarini o'tkazish uchun xizmat safariga yuborildi. Albatta bu safar jamoa uchun katta saboq bo'ldi. 1991 yildanoq ushbu jamoa keyinchalik tashkil etilgan "SUM" jamoasi Respublikamiz birinchilklarida va sobiq ittifoq miqiyosidagi musobaqalarida ishtirok etib, o'z mahoratlarini yanada shakllantirdi.

1992 yilda O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan trener A.I.Adisman, trenerlar A.M.Vlasov va S.G.Kamzalovlar rahbarligida "O'zqurilishmexanizasiya" jamoasi mustaqil hamdo'stlik davlatlari "MDH" birinchiligida ishtirok etib, V-o'rinni egalashga muvaffaq bo'ldi.

Shu yillardan boshlab erkaklar o'rtasida muntazam o'tkaziladigan milliy chempionatdan tashqari Mamlakat kubogi musobaqalari joriy etildi. Birinchi kubok musobaqalarida Respublikamizning turli viloyatlarida tashkil etilgan ko'plab basketbol jamoalari ishtirok etgan bo'lib, "O'zqurilishmexanizasiya" Kubok sohibi bo'lishga erishdi.

1992 yilda O'zbekiston basketbol Federasiyasi (O'BF) yangi maqomda qayta tashkil etilib, shu yili Xalqaro basketbol federasiyasi (XBF)ga teng huquqli a'zo sifatida qabul qilindi. Shu vaqtdan boshlab O'BF yurtimizda ommaviy va professional basketbolni rivojlantirish, uning tashkiliy, me'yoriy va uslubiy asoslarini takomillashtirishga "bosh-qosh" bo'ldi.

Turli yosh guruhlari va sport malakalariga mansub bolalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalar, milliy chempionatlar, Kubok musobaqalari va o'ta nufuzli xalqaro musobaqalar (Osiyo klub chempionatlari, Osiyo o'yinlari, olimpiya o'yinlari va jahon chempionatlariga saralov musobaqalari, va hokazolar)ga tayyorgarlik ko'rish, terma jamoalarini shakllantirish ularning faoliyatini nazorat qilish va boshqarish ishlariga aynan O'BF yo'lbo'shchilik qilib kelmoqda.

O'zbekiston milliy chempionati ilk bor 1993 yilda o'tkazildi mazkur chempionatda murabbiylar A.I.Adisman va S.G.Kamzalov rahbarligi ostida ishtirok etgan "O'zqurilishmexanizasiya" jamoasi birinchi o'rinni olishga sazovar bo'ldi. Ikkinchi o'rin Buxoro jamoasiga (murabbiy I.I.Burnashev) nasib etdi. Uchinchi o'rinni Respublika oliy sport mahorati maktabi jamoasi band etdi. Alohida ta'kidlab o'tish joizki, "O'zqurilishmexanizasiya" jamoasida 1991 yil AQSHda o'tkazilgan "Turne" musobaqalarida ishtirok etgan A.Vilgelm,



A.Ryazanov, R.Djumaniyazov, B.Filyushkin, D.Sheglinskiy, S.Demurin, O.Levin, S.Makshevlaridan tashqari yana V.Telegin, A.Firsov, A.Kavardak va S.Gavrilovlar ham "to'p surishdi".

1992 yilda Toshkent shahrining birinchi milliy chempionatida murabbiy S.V.Taraborin rahbarligida inistitutning "SKIF" ayollar basketbol jamoasi g'oliblikni qo'lga kiritdi. Shu yilning sentyabr oyida basketbol bo'yicha O'zbekiston ayollar terma jamoasi Xitoyda o'tkazilgan xalqaro turnirga taklif etildi va ushbu musobaqalarda uchinchi o'rinni olishga muvassar bo'lishdi. "SKIF" klubi basketbolchi qizlari asosida shakllantirilgan O'zbekiston terma jamoasi yildan-yilga o'z mahoratini shakllantirib borishga muvaffaq bo'ldi.

1994 yilda "Elektromontaj poezdi-757" (temir yo'llarni elektrlashtirish) "SKIF" jamoasining xomiysiga aylandi. Shu yilning o'zida "SKIF" Omsk shahrida o'tkazilgan Sibir va Uzoq Sharq Kubogida ishtirok etdi. O'zbekistonlik basketbolchilar Rossiyaning eng kuchli jamoasi Novosibirskning "Dinamo" jamoasiga 3 ochko, Omskning "Neftyanik" jamoasiga 2 ochko, Krasnoyarskning "Shelen" jamoasiga 8 ochkoni boy berib mag'lubiyatga uchradi. Lekin bu turnirda "SKIF" jamoasi o'zining munosib raqib ekanini ko'rsatdi, Evropa darajasidagi Rossiya chempionatlarida yuksak o'yin tajribasiga ega bo'lgan Rossiyalik jamolarga u kattagina muammolar tug'dirdi. Bizning qizlarimiz uchun bunday turnirlar mahoratni takomillashtirish vositasi sifatida suv bilan havodek zarur edi.

1994 yilning kech kuzida "SKIF" ayollar jamoasi Toshkentda tashkil etilgan Rossiya birinchi ligasining "Neftyanik" (Omsk), Toshkent shahrining yoshlar terma jamoasi "ROSMM-757", Samarqand shahri ayollar terma jamoasi ishtirokidagi turnirda qatnashdi. Bu musobaqada "Neftyanik" jamoasiga yutqazib, u ikkinchi o'rinni egalladi. Samarqand terma jamoasi uchinchi bo'ldi.

1994 yilning kech kuzining dekabrda O'zbekiston kubogi bellashuvlarida murabbiylar S.V.Taraborin va G.X.Yakubov

yetakchiligidagi ROSMM-757 g'olib chiqdi. Yosh istiqbolli basketbolchi qizlardan tashkil topgan bu jamoa Respublikamizning birinchi jamoasi uchun asosiy zahira hisoblanadi. Tez orada bu guruhning o'yinchilari E.Mustafina, M.Ostashenko, I.Soy, I.Yunusova, A.Litkina, N.Raximovalar xalqaro darajada ham nom qozonishga ham muvassar bo'ldi.

1995 yilda Toshkentda O'zbekiston Respublikasi kubogi musobaqalari o'tkazildi, afsuski unda bor-yo'g'i uchta jamoa qatnashdi. ROSMM, ROSMM-757 va Angren shahrining yoshlar terma jamoasi. ROSMM-757 kubok sohibi bo'ldi.

1995 yilning dekabrda Respublika Chempionatining birinchi turi bo'lib o'tdi, unda to'rtta jamoa ishtirok etdi. ROSMM yoshlari, Samarkand va Andijon terma jamoalari. Bunda birinchi o'rin ROSMM jamoasiga, ikkinchi o'rin Samarqandliklarga, uchinchi ROSMM yoshlariga nasib etdi.

O'zbekiston ayollar basketbolida asta-sekin ahvol ijobiy tomonga o'zgardi.

Keyingi 1996 yildagi Respublika chempionatida oltita jamoa qatnashdi. Jumladan, chempionat ishtirokchilari safiga endi Chirchiq va Guliston jamoalari ham qo'shildi. Shu yilning mart oyida Chirchiq shahrida O'zbekiston Respublikasi spartakiadasi doirasida basketbol bo'yicha ayollar turniri o'tkazilib, unda 12 ta jamoa ishtirok etdi. Birinchi o'rinni Toshkent, ikkinchini Samarkand, uchinchini Navoiy shaharlari terma jamoalari oldi.

1995-1996 yillarda to'rtinchi bosqichda o'tqazilgan O'zbekiston Respublikasi birinchiligi yakunlariga ko'ra ROSMM jamoasi Respublika chempioni bo'ldi, Samarqand terma jamoasi ikkinchi, ROSMM yoshlari esa uchinchi o'ringa munosib qo'rildi.

1996 yil O'zbekistonning birinchi ayollar jamoasi uchun shunisi bilan qadrligi, u Rossiya oliy liga jamoalarining Krasnoyarsk shahrida (RF) o'tqazilgan turnirda ishtirok etdi. Bu musobaqalarda Xarbin shahri (XXR) terma jamoasi ham qatnashdi.



O'zbekistonlik basketbolchi qizlar shaharlararo ikkinchi "Selen" jamoasi va shu shaharning ayollar jamoasi ustidan g'alabaga erishib, ikki bor o'zini ko'chirib ko'rsata oldi. Nihoyatda kechin kurasida kichik farq bilan Xarbin shahri qizlariga yutuqni boy berdi. Bu turnirda ROSMM jamoasi o'yinchisi Irina Suel ishtirokchilar orasidagi eng barmahsul sportchi sifatida eng yaxshi markaziy o'yinchi deb topildi.

Mazkur turnir O'zbekistonlik basketbolchilarning xalqaro darajadagi musobaqalarda ishtirok etishga tayyorligini, ular mahorat bobida Rossiya hamda Xitoy xalq Respublikasining kuchli jamoalaridan qolishmasligini ko'rsatdi.

Bunday turnirlar O'zbekistonlik qizlarning mahoratini oshirish uchun chinakkam maktab hisoblanadi. Biroq ularni o'tkazishda muntazamlilikning yo'qligi jamoalar tayorgarligi darajasiga salbiy ta'sir ko'rsatdi. Aynan shunday tashabbus xalqaro turnirni doimiy ravishda tashkil etish masalasi Markaziy Osiyo Respublikalari ayollar jamoalarini murabbiylari tomonidan ko'tarildi va mazkur Respublika federatsiyalari uni qo'llab-quvvatladilar. Natijada Markaziy Osiyo mamlakatlari (O'zbekiston, Qirg'iziston, Turkmaniston) va Qozog'iston mamlakatlari turnirlarini muntazam o'tkazib turish to'g'risida qaror qabul qilindi. Musobaqalar 4 bosqichdan iborat bo'lib, ularning biror Respublikada "Markaziy Osiyo chempionlari ligasi" boshchiligida o'tqazilardi.

Bu musobaqaning birinchi bosqichidagi ilk bellashuv yozda Bishkek shahrida yozda tashkil etilib, unda Markaziy Osiyo mustaqil respublikalaridan 6 ta jamoa qatnashdi. Birinchi bosqichda sovrinli o'rinlar Qirg'iziston (1-o'rin) Qozog'iston (2-o'rin) O'zbekiston (3-o'rin) orasida taqsimlandi.

Ikkinchi bosqich 1996 yilning kuzida O'zbekiston Respublikasining 5 yilligiga bag'ishlanib o'tqazildi. Bu erda sovrinli o'rinlar quydagicha taqsimlandi - Qozog'iston 1-o'rin (Pavlodar sh. terma jamoasi), O'zbekiston 2-o'rin (ROSMM), Qirg'iziston 3-o'rin.

Ikkinchi "Markaziy Osiyo o'yinlari" 1997 yilda Olmaota shahrida bir bosqichda bo'lib o'tdi. Unda Qozog'iston, Qirg'iziston, O'zbekiston jamoalari ishtirok etdi. O'zbekistonlik basketbolchilar bu erda ikkinchi o'rindi egalladilar. Shu bilan Markaziy Osiyo o'yinlari boshqa tashkil etilmadi.

1997 yil O'zbekiston chempionatida 6 ta shahardan 10 ta jamoa ishtirok etdi: Toshkentdan 4 ta jamoa maydonga tushdi. ROSMM, SKIF (JTISK), DYUFKP, "Mehnat rezervlari" Samarqanddan ikki jamoa tashrif buyurdi - "Universitet" va "Kamolot" Navoiy, Andijon, Sirdaryo va Nukus shaharlari o'z terma jamoalarini olib keldilar. Jamolar ikki guruhga bo'lindilar, birinchi guruh olti jamoadan tashkil topdi. (ROSMM DYUFKP "Universitet" Navoiy, Andijon, Nukus terma jamolari) Ikkinchi guruh vakillari 4 ta jamodan iborat edi (SKIF Mehnat rezervlari, "Kamolot" Sirdaryo shahri terma jamoasi).

O'zbekiston birinchiligi turli shaharlarda 4 ta bosqichda o'tkazildi. Birinchi bosqich yanvar oxirida Samarqandda bo'lib o'tdi, unda "Universitet" jamoasi o'z guruhida 1-o'rinni oldi. Toshkentning ROSMM jamoasi ikkinchi bo'ldi. Navoiy shahri sportchi qizlari 3-o'rinni egalladilar. Ikkinchi guruhda Toshkentning SKIF jamoasi 1-o'rinni, "Mehnat rezervlari" ikkinchi Samarqandni esa "Kamolot" jamoasi esa uchinchi o'rinni oldi.

SKIF jamoasi 1997 yilda Respublika Kubogi bilan kifoyalandi, bu musobaqalarda 6 jamoa ishtirok etgan edi.

Ayollar jamoalari orasida basketbol bo'yicha 1998 yil O'zbekiston birinchiligi 4 bosqichda o'tkazildi. Jamoalar ikki guruhga taqsimlandi, ularning har birida musobaqalar aylanma tizim asosida bo'lib o'tdi. To'rt bosqich yakuniga ko'ra (Samarqand, Toshkent, Chirchiq, Toshkent) Samarqandning "Universitet" jamoasi basketbolchi qizlari birinchi o'rinni, Toshkentning SKIF jamoasi ikkinchi o'rinni, OZBO'SM jamoasi esa uchinchi o'rinni egalladi.



2000 yilda ayollar jamoalari orasida basketbol bo'yicha respublika birinchiligi aylanma tizim asosida uch bosqichda Samarqand, Toshkent va Navoiy shaharlarida o'tkazildi. Samarqand musobaqaga murabbiy A.Shagan rahbarligi ostidagi "Avtoyo'l" jamoasini chiqardi. Yana to'rt jamoani Toshkent ("SKIF"), Fokas ("Koteks"), Zarafshon ("Stroitel"), Sirdaryo shaharlarini maydonga tushirdi. Respublika birinchiligida ishtirok etgan oltinchi jamoa O'zbekistonning yoshlar jamoasi edi. Shu yillarda peshqadamlikka erishgan Samarqandlik basketbolchi qizlar o'z raqiblari ustidan yana ustunlikka erishdilar, yangidan tuzilgan "Avtoyo'l" jamoasi birinchi o'rinni, Toshkent basketbolchilari SKIF jamoasi yana ikkinchi o'rinni, yoshlar jamoasi esa uchinchi o'rinni egalladilar.

Ko'ni o'tgan yillardagi singari basketbol bo'yicha O'zbekiston kubogi Toshkentning SKIF jamoasi basketbolchi qizlariga nasib etdi.

2000 yilda ayollar jamoasi o'rtasida basketbol bo'yicha O'zbekiston Respublikasi chempionatini o'tkazish Nizomiga Tasviga birinchiliklarida qabul qilingan bir yangilik kiritildi: birinchi ikkinchi o'rinni egallagan jamolar ikkita g'alabaga erishguncha uchrasturklar seriyasini o'tkazdilar. Bunda birinchi o'rinni egallagan jamoaga dastlabki ikki o'rinni o'z maydonida o'tkazish huquqi berildi. Respublika chempionatida Toshkent, Chirchiq, Navoiy, Zarafshon Samarqand shaharlaridan 6 ta jamoa ishtirok etdi. Toshkent shahridan ikki jamoa "SKIF" va "ROSMOM" maydonga chiqdi. Musobaqalar yakuniga ko'ra yangi peshqadam - birinchi o'rinni egallagan Zarafshonning "Stroitel" ("Quruvchi") jamoasi paydo bo'ldi. Toshkentning "SKIF" jamoasi o'zi uchun an'anaviy ikkinchi o'rinni egalladi. Uchinchi o'ringa "ROSMOM" jamoasi sazovar bo'ldi.

Shu yili basketbol bo'yicha murabbiylar S.Taraborin va A.Shagan rahbarligi ostida O'zbekiston ayollar terma jamoasi Osiyo chempionatida (Bangkok, Tailand) ishtirok etdi, unda "B" guruhli basketbolchi qizlari Qozog'istonning juda kuchli terma

jamoasiga engilib, ikkinchi o'rinni egalladi. O'zbekiston terma jamoasi o'yinchisi Viktoriya Shagan eng yaxshi o'ntalikka kiritildi.

2001 yildagi Respublika chempionatida Toshkentning "SKIF" jamoasi Navoiy shahrining "Nika" (1-o'rin) hamda ilk bor kumush medal olgan Toshkent Politexnika Universiteti basketbolchi qizlariga g'oliblikni boy berdi va uchinchi o'ringa tushib qoldi.

Basketbol bo'yicha Respublika birinchiligida 2002 yil yakunlariga ko'ra sovrinli o'rinlar 2001 yil chempionatiga aynan o'xshash tarzda taqsimlandi.

Keyingi chempionatlar maydonga Navoiyning "Nika" Buxoroning "Universitet" jamoalari singari yangi peshqadamlarni chiqardi, "TPTU" jamoasi ham etakchi o'rinni egallashda davom etdi. 2006 yilda Navoiydan NGMKning birinchi va ikkinchi jamoasi ishtirok etib, muvofiq tarzda dastlabki ikki o'rinni taqsimlab oldi. "SKIF" jamoasi esa peshqadamlar safini umuman tark etdi.

Birinchi Prezidentimiz I.A.Karimovning tashabbusi va uning bevosita rahbarligi ostida 2000 yildan boshlab mamlakatimizda "Umid nihollari" "Barkamol avlod", "Universiada" kabi ko'p bosqichli ommaviy sport musobaqalarinig joriy etilishi va muntazam o'tkazilib borishi, 2002 yil 24 oktyabrda "O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risida"gi Prezident farmonining qabul qilinishi va uni bosqichma-bosqich amalga oshirilib kelinayotganligi yurtimizda basketbolni yanada ravnaq topishiga asos bo'ldi.

Keskin raqobat ostida o'tayotgan mazkur musobaqalar basketbolni o'quvchi-talaba yoshlar o'rtasida keng taraqqiy etishiga turtki berdi.

Aynan shunday musobaqalarga tayorgarlik ko'rish va ularni o'tkazish tufayli Respublikamizning barcha hududlarida, hatto uzoq qishloq joylarda halqaro standartlarga mos zamonaviy



basketbol inshootlari barpo etilishiga hamda bunday hashamatli sport majmualarida ko'plab o'quvchi-yoshlarni basketbol bilan tinimsiz shug'ullanishiga sabab bo'lmoqda.

O'tgan davr ichida ana shunday yosh basketbolchilar tarkibidan N.Babusheva, E.Artemeva, T.Fakeeva, O.Chernova, T.Kildyusheva, K.Shatrova, R.Abduraxmonov, A.Bashkevich va boshqa shunga o'xshash yuksak mahoratli basketbolchilar etishib chiqdi. O'quvchi talaba yoshlar o'rtasida o'tkazilib kelayotgan har bir musobaqada yangi-yangi iste'dodli basketbolchilar kashf etilib, ular mamlakat terma jamoalari tarkibini to'ldirib kelmoqda.

Birinchi «Universiada-2000» musobaqalari Namangan shahrida o'tkazilgan. «Universiada-2000» dasturidagi sportning basketbol turi bo'yicha erkaklar o'rtasida Buxoro viloyati, ayollar o'rtasida Samarqand viloyati jamoasi g'oliblikka erishishdi.

Buxoro shahrida o'tkazilgan «Universiada-2002» dasturidagi basketbol sport turi bo'yicha erkaklar va ayollar o'rtasida Toshkent-I jamoasi 1-o'rinni egallashdi.

«Universiada-2004» sport musobaqalari Samarqand shahrida o'tkazildi.

Birinchi o'rinni Toshkent-I, ikkinchi o'rinni Samarqand va uchinchi o'rinni Namangan viloyatlari terma jamoalari qo'lga kiritishgan.

Toshkent shahrida 2007 yil 21-24 iyun kunlari «Universiada-2007» sport musobaqalari 12 ta sport turlari bo'yicha o'tkazilgan. «Universiada-2007» sport musobaqalari davomida birinchi o'rinni Toshkent shahar, ikkinchi o'rinni Namangan va uchinchi o'rinni Samarqand viloyatlari terma jamoalari qo'lga kiritishgan.

«Universiada-2010» sport musobaqalari Andijon shahrida bo'lib o'tgan. Musobaqalarning yakuniy natijalariga ko'ra umumjamoa bo'yicha birinchi o'rinni Toshkent shahar, ikkinchi

o'rinni Andijon shahri va uchinchi o'rinni Navoiy viloyati sportchilari egallashdi.

Buxoro shahrida 2013 yilda «Universiada-2013» sport musobaqalari 12 ta sport turlari bo'yicha o'tkazilgan.

Musobaqada umumjamoa hisobida birinchi o'rinni Toshkent shahri jamoasi, ikkinchi – Samarqand va uchinchi o'rinni Andijon viloyatlari jamoalari egalladi.

Quyidagi jadvallarda mustaqillik yillarida o'tkazilgan basketbol bo'yicha milliy chempionat va kubok musobaqalarining g'olib va sovrindorlari aks ettirilgan.

6-jadval

### Basketbol bo'yicha erkaklar o'rtasidagi O'zbekiston Chempionati va Kubogi musobaqalari g'oliblari va sovrindorlari

| Yil  | 1-o'rin                            | 2-o'rin                   | 3-o'rin              | Kubok musobaqalari g'oliblari      |
|------|------------------------------------|---------------------------|----------------------|------------------------------------|
| 1992 | “Uzstroy mexani zasiya” (Toshkent) | “RSHVSM” (Toshkent)       | “XPZ” (Buxoro)       | “Uzstroy mexani zasiya” (Toshkent) |
| 1993 | “Uzstroy mexani zasiya” (Toshkent) | “XPZ” (Buxoro)            | “RSHVSM” (Toshkent)  | “Uzstroy mexani zasiya” (Toshkent) |
| 1994 | “SKA” (Buxoro)                     | “EP-757” (Toshkent)       | “RSHVSM” (Toshkent)  | “MHSK”                             |
| 1995 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Buxoroi Sharif” (Buxoro) | “Chimgan” (Chirchiq) | “MHSK”                             |
| 1996 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Buxoroi Sharif” (Buxoro) | “Chimgan” (Chirchiq) | “MHSK”                             |
| 1997 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Sitara” (Buxoro)         | “TGTU” (Toshkent)    | “MHSK”                             |
| 1998 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Sitara” (Buxoro)         | “TGTU” (Toshkent)    | “MHSK”                             |
| 1999 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Universitet” (Buxoro)    | “TGTU” (Toshkent)    | “MHSK”                             |
| 2000 | “MHSK” (Toshkent)                  | “Universitet” (Buxoro)    | “TGTU” (Toshkent)    | “MHSK”                             |



| Yil  | 1-o'rin                     | 2-o'rin                     | 3-o'rin                    | Kubok musobaqalari g'oliblari |
|------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| 2001 | "MHSK" (Toshkent)           | "TGTU" (Toshkent)           | "Universitet" (Buxoro)     | "TGTU" (Toshkent)             |
| 2002 | "MHSK" (Toshkent)           | "Universitet" (Buxoro)      | "TGTU" (Toshkent)          | "MHSK"                        |
| 2003 | "MHSK" (Toshkent)           | "Universitet" (Buxoro)      | "TGTU" (Toshkent)          | "MHSK"                        |
| 2004 | "MHSK" (Toshkent)           | "TGTU" (Toshkent)           | "Universitet" (Buxoro)     | "MHSK"                        |
| 2005 | "MHSK" (Toshkent)           | "TGTU" (Toshkent)           | "Yujniy" (Navoiy)          | "MHSK"                        |
| 2006 | "MHSK" (Toshkent)           | "Yujniy" (Navoiy)           | "TGTU" (Toshkent)          | "MHSK"                        |
| 2007 | "MHSK" (Toshkent)           | "Yujniy" (Navoiy)           | "Universitet" (Buxoro)     | "MHSK"                        |
| 2008 | "MHSK" (Toshkent)           | "TGTU" (Toshkent)           | "Yujniy" (Navoiy)          | "MHSK"                        |
| 2009 | "MHSK" (Toshkent)           | "Yujniy" (Navoiy)           | "Universitet" (Buxoro)     | "MHSK"                        |
| 2010 | "MHSK" (Toshkent)           | FSK "So'g'diyona" (Navoiy)  | "TGTU" (Toshkent)          | "MHSK"                        |
| 2011 | "MHSK" (Toshkent)           | FSK "So'g'diyona" (Navoiy)  | "TGTU" (Toshkent)          | "TGTU" (Toshkent)             |
| 2012 | "MHSK" (Toshkent)           | "MHSK" (Toshkent)           | FSK "So'g'diyona" (Navoiy) | "MHSK" (Toshkent)             |
| 2013 | "MHSK" (Toshkent)           | "Elektroapparat" (Toshkent) | FSK "So'g'diyona" (Navoiy) | "Elektroapparat" (Toshkent)   |
| 2014 | "Elektroapparat" (Toshkent) | "MHSK" (Toshkent)           | FSK "So'g'diyona" (Navoiy) | "Elektroapparat" (Toshkent)   |
| 2015 | "MHSK" (Toshkent)           | "Elektroapparat" (Toshkent) | "SKIF" (Toshkent)          | "MHSK" (Toshkent)             |
| 2016 | "MHSK-1" (Toshkent)         | "Elektroapparat" (Toshkent) | "MHSK-2" (Toshkent)        | "MHSK-1" (Toshkent)           |

## Jahonda va O'zbekistonda basketbolni rivojlanish tarixi mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va nazorat test savollari.

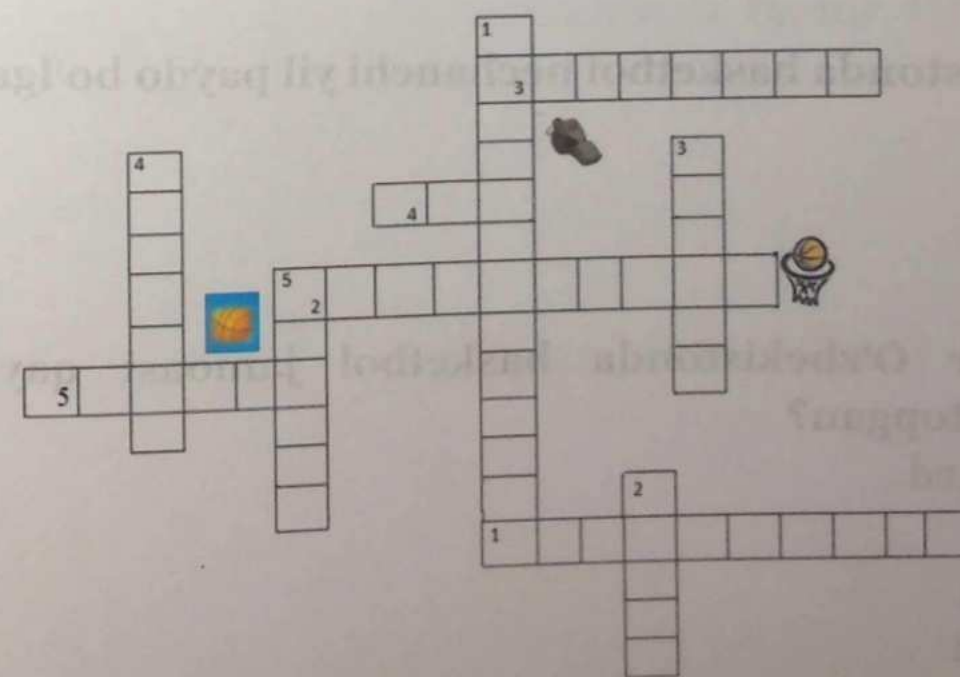
### KRASSVORD

#### Bo'yiga:

1. Basketbolni asoschisi kim?
2. O'yin uchun birinchi marta qaysi to'pdan foydalanilgan?
3. Birinchi marta basketbol o'yinni qatnashgan XI-olimpiyada qayerda bo'lib o'tgan?
4. Basketbol o'yini O'rta osiyoga kirib kelganida xozirga qaysi viloyatda o'ynalgan?
5. Ilk bor Toshkentda birinchi jamoani kim tuzgan?

#### Eniga:

1. Birinchi qoidalar qaysi gazetada chop etilgan?
2. Basketbol o'yinni birinchi marta qaysi kollejdagi o'ynalgan?
3. Erkaklar jamoasi o'rtasida birinchi yirik musobaqa Yevropa chempionati qayerda o'tkazilgan?
4. Ayollar jamoasi o'rtasida birinchi marta Yevropa chempionati qayerda o'tkazilgan?
5. 1932 yilda qayerda FIBA tashkil qilindi.





B/BX/B JADVALI

| Bilaman                                   | Bilishni xohlayman                                               | Bilib oldim                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Basketbol olimpiya o'yinlariga kiritilgan | Ilk bor nechinchii olimpiyadada basketbol sport turi qatnashgan? | 1836 yil 1-marta olimpiyada dasturiga kiritildi. Berlinda bo'lib o'tgan XI-olimpiyada o'yinlarining basketbol tumerida 21 mamlakatlarning erkaklar jamoasi qatnashadi. |

### Basketbolni asoschisi kim?

- a) Kris Valyun
- b) Leon Bufara
- c) Forest Allen
- d) Djeys Neysmit

### Birinchii qoidalar qaysi yili chop etilgan?

- a) 1892 y.
- b) 1895 y.
- c) 1900 y.
- d) 1905 y.

### O'zbekistonda basketbol nechanchii yil paydo bo'lgan?

- a) 1915
- b) 1918
- c) 1920
- d) 1924

### Ilk bor O'zbekistonda basketbol jamoasi qayerda tashkil topgan?

- a) Samarqand
- b) Jizzax
- c) Farg'ona
- d) Toshkent
- e)

### O'zbekiston MOQ nechanchii yili XOQga a'zo bo'lgan?

- a) 1992
- b) 1993
- c) 1994
- d) 1995

### To'p urib yurish qoidasi qaysi yilda kiritilgan?

- a) 1896
- b) 1897
- c) 1898
- d) 1899

### FIBA qachon va qayerda tashkil topgan?

- a) 1930 y. – Fransiya
- b) 1932 y. – Jeneva
- c) 1936 y. – Kanada
- d) 1940 y. – AQSH

### O'zbekiston Chempionati nechanchii yildan boshlab o'tkazilmoqda?

- a) 1991 yil
- b) 1990 yil
- c) 1992 yil
- d) 1993 yil

### Basketbol bo'yicha 1-chi ko'rgazmali turnir Olimpiya o'yinlarini qaysi yilida tashkil qilingan?

- a) 1896 y. – Afina – Gretsiya
- b) 1900 y. – Parij – Fransiya
- c) 1904 y. – Sent-Luis – SSHA
- d) 1908 y. London – Angliya

### Jarima to'pni otish qoidasi qaysi yili kiritilgan?

- a) 1892
- b) 1893
- c) 1894
- d) 1895



## 2 BOB. O'YIN QOIDASI VA MUSOBAQALARNI TASHKIL QILISH ASOSLARI

### 2.1. O'yin mazmuni, maydon va uskunalar o'lchamlari.

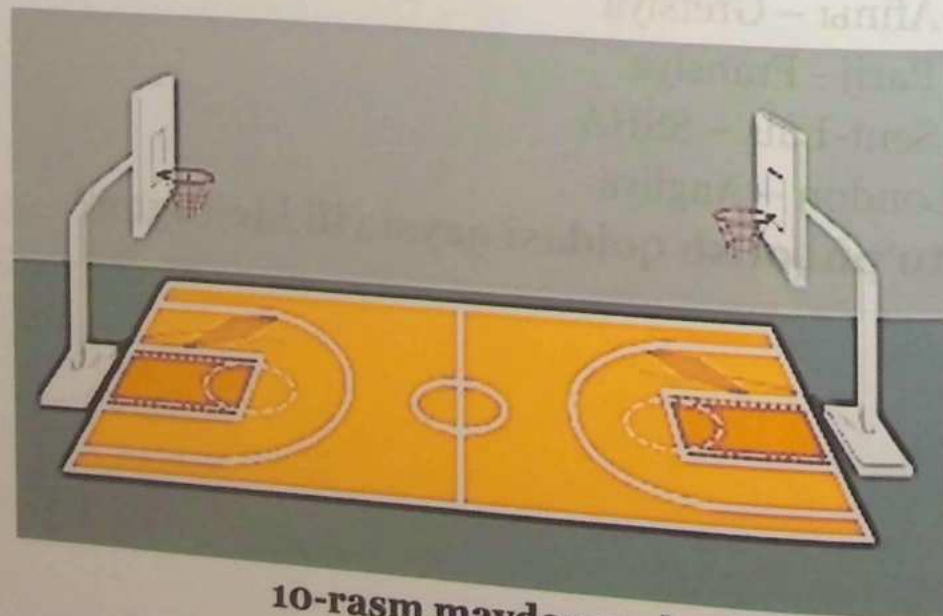
Basketbol o'yinida har biri besh o'yinchidan iborat ikkita jamoa qatnashadi. Har ikkala jamoaning maqsadi raqib savatiga to'p tashlash va boshqa jamoaning to'pni egallab olishiga hamda uni savatga tashlashga qarshilik ko'rsatishdan iborat.

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 28x15 m bo'lishi va ular chegaralangan chiziqlar ichki tomonidan o'lchanishi kerak.

Qolgan barcha musobaqalar uchun FIBAgga 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.

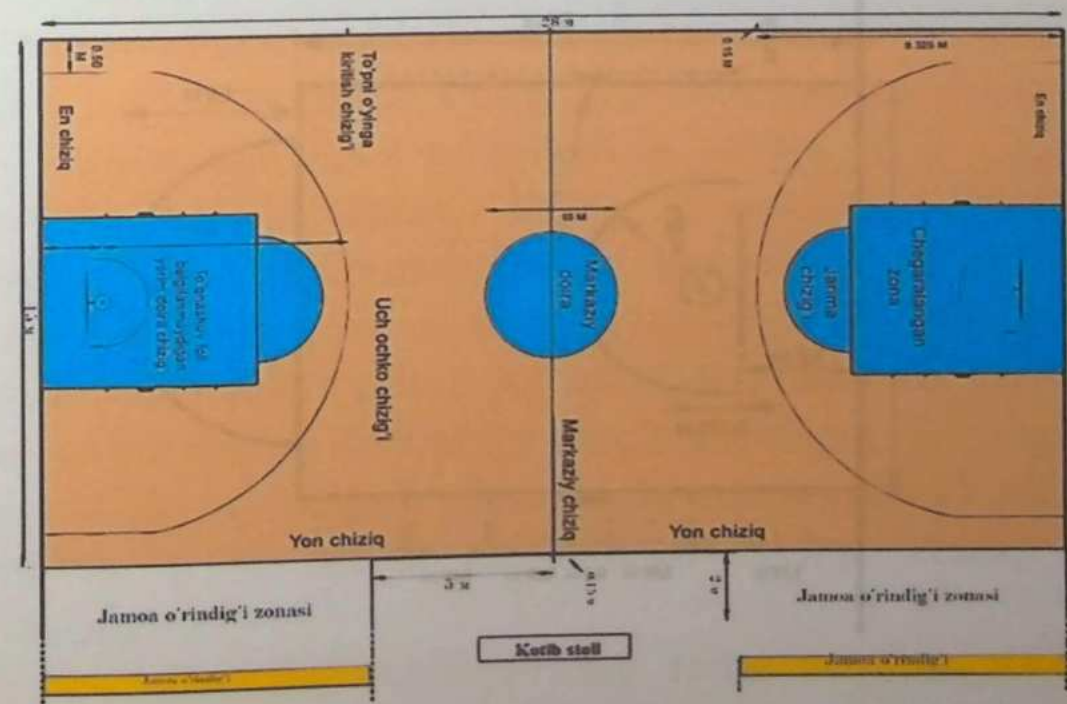


10-rasm maydon maketi

*Barcha yangi qurilayotgan maydonlar FIBAning muhim rasmiy musobaqalari uchun hos bo'lgan talablarga mos, ya'ni 28x15 m bo'lishi lozim.*

Shift balandligi 7 m. dan past bo'lmasligi va yetarli darajada yaritilgan bo'lishi zarur. Yorug'lik manbalari o'yinchilarga halaqit 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 maydonni teng ikkiga bo'lib turadigan chiziq markaziy chiziq deb atalishi lozim. Chiziqlar shunday chizilishi kerakki, ular yaqqol ko'rinadigan va eni 0,5 sm bo'lishi kerak. Markaziy doira radiusi 1,80 m ga teng bo'lishi va maydon markazida belgilanishi kerak. Radius doiraning tashqi chekkasigacha o'lchanishi shart. Markaziy chiziq en chiziqlariga parallel holda yon chiziqlari o'rtasidan o'tkazilishi va har ikkala yon chiziqlaridan 15 sm tashqariga chiqib turishi kerak.



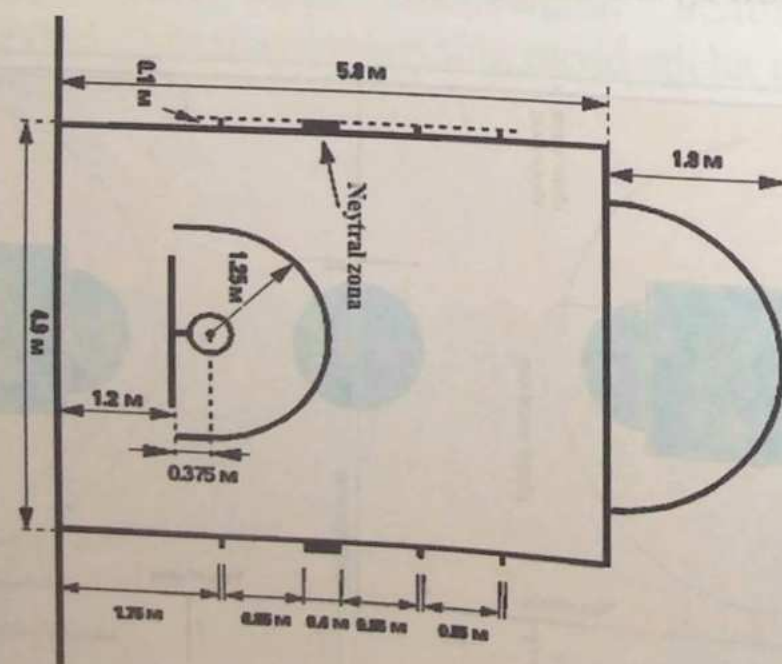
11-rasm.  
Ikki va uch ochko tashlash zonasi



Maydonning raqib shchiti orqasidagi en chizig'i va markaziy chiziqning yaqin chekkasi o'rtasida joylashgan qismi jamoaning old zonasi hisoblanadi. Maydoning qolgan qismi, shu jumladan, markaziy chiziq ham jamoaning orqa zonasi hisoblanadi. Polning maydonda ajratilgan va ikkita yoy hosil qiladigan chiziqlar bilan chegaralangan qismi o'yindan 3 ochkoli to'plarni tashlash zonalarini bo'lib hisoblanadi.

Har bir yoy savatning mutloq markaziga to'g'ri perpendikulyar bo'lgan poldagi nuqtani markaz qilib belgilab turib, tashqi qirrasigacha 6,75 radiusli yarim doira shaklida chiziladi va parallel holda yon chiziqlariga davom ettirilib, en chiziqlarida tugaydi (11-rasm).

Maydonda ajratiladigan en chiziqlari, jarima to'pini tashlash chiziqlari va en chiziqlaridan o'tkaziladigan chiziqlar bilan chegaralangan pol qismi chegaralangan zonalar hisoblanadi. Ularning tashqi chegaralari en chiziqlarining o'rtasidan 3 m uzoqlikda bo'ladi, jarima to'pini tashlash chizig'ining tashqi chekkasida tugaydi.



12-rasm.  
Jarima to'pini tashlash zonasi

**Jarima to'pini tashlash joyi** – bu o'yin maydonida 1,80 radiusli yarim doira bilan ajratiladigan chegaralangan zonalaridir. Ularning markazlari jarima to'pini tashlash chizig'i o'rtasida joylashgan. Bunday yarim doiralar chegaralangan zonalarining ichida nuqtali chiziqlar bilan o'tkaziladi (12-rasm).

Jarima to'pini tashlash zonasi bo'ylab belgilangan joylarni o'yinchilar jarima to'pi tashlanayotganda egallaydilar. Bunday joylar quyidagicha belgilanadi: jarima to'pini tashlash zonasi tomonidan chiziqlar bo'ylab o'lchab turib, en chizig'ining ichki chekkasidan 1,75 m uzoqlikda birinchi belgilanadi. Birinchi joy 85 sm uzoqlikda o'tkaziladigan chiziq bilan chegaralanadi. Bu chiziq orqasida eni 40 sm bo'lgan betaraf xona joylashadi. Ikkinchi joy betaraf zona ketida joylashadi va eni 85 sm bo'ladi. Ikkinchi joyni belgilab turgan chiziqdan keyin eni 85 sm bo'lgan uchinchi joy belgilanadi. Bu joylarni belgilash uchun ishlatiladigan hamma chiziqlarning uzunligi 10 sm va eni 0,5 sm bo'ladi. Bu chiziqlar jarima maydonchasining yon chiziqlariga nisbatan perpendikulyar bo'lib, tashqi tomondan chizilgan bo'lishi kerak.

Jarima to'pini tashlash chizig'i har ikkala en chizig'iga parallel holda o'tkaziladi. Uning uzoq chekkasi en chizig'ining ichki chekkasidan 5,80 m uzoqlikda turishi va u 4,90 m uzunlikda bo'lishi kerak. Uning o'rtasi esa ikkala en chiziqlarining o'rtasini tutashtiruvchi chiziqda bo'lishi lozim.

Jamoa o'rindig'i zonasi maydon tashqarisida, kotib stoli va jamoalar o'rindiqlari uchun joy ajratilgan tomonda joylanadi. Zona, en chizig'idan tashqariga chiqib turadigan, uzunligi 2 m bo'lgan chiziq va markaziy chiziqdan hamda perpendikulyar yon chizig'idan 5 m narida chiziladigan boshqa chiziq bilan belgilanadi.

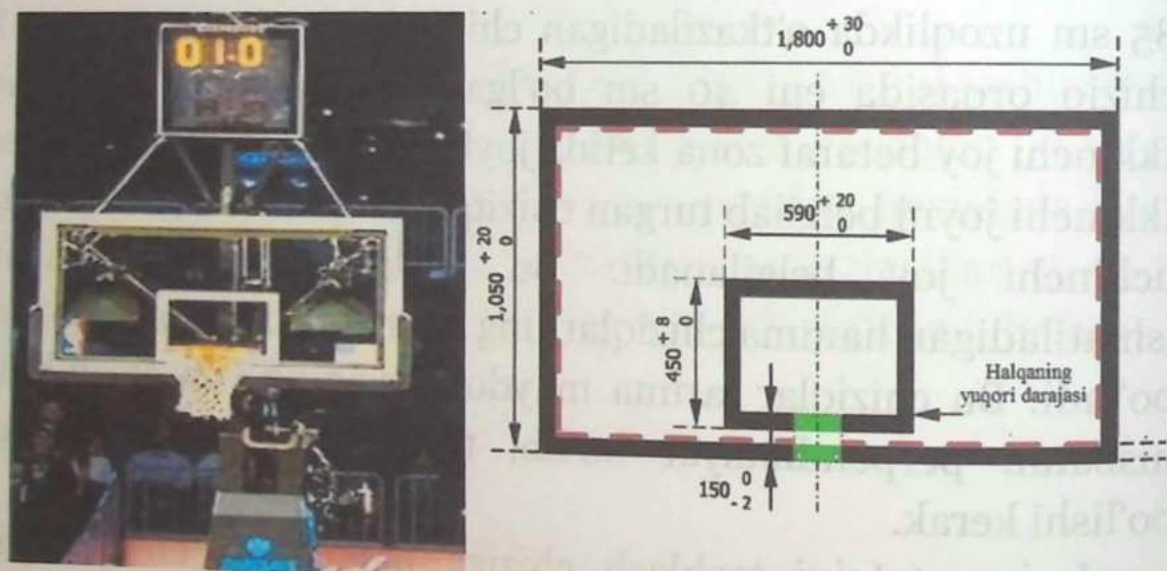
2 m uzunlikdagi chiziqlarning rangi va yon chiziqlari rangiga qarama-qarshi bo'lishi kerak.



**To'qnashuv foli belgilanmaydigan yarim doiralar** o'yin maydonida belgilangan va:

- halqaning mutloq poldagi markaz nuqtasidan, o'zining ichqi qirrasigacha o'lchangan, radiusi 1,25 m bo'lgan yarim doira va,

- yon chiziqqa perpendikular, bir-biriga parallel bo'lgan, halqaning mutloq poldagi markaz nuqtasidan, uzining ichqi qirrasigacha 1,25 m masofada va tugash qismi en chiziqning ichki kirasiga 1,20 m masofada, uzunligi 0,375 m tashkil qiladigan chiziqlar bilan ajralib turishi lozim (12-rasm).



**13-rasm.**  
**Halqa, shchit qurilmasi**

Ikkala shchitning har biri qalinligi 0,3 sm bo'lgan qattiq yog'ochdan yoki shunga mos oynadek tiniq ashyodan (yog'ochning qattiqligiga o'hshash qattiqlikdagi bir bo'lakdan) tayyorlanishi lozim.

**Olimpiada o'yinlari va jahon Birinchiligi musobaqalari uchun shchit o'lchovlari gorizontaal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m bo'lishi, pastki qirrasi maydon yuzasidan 2,90 m balandlikda turishi kerak. Qolgan barcha musobaqalar uchun FIBAg tegishli strukturalar, masalan, zonal va**

**kontinental musobaqalar o'tkazilganda zonal komissiya yoki barcha ichki musobaqalar uchun milliy federasiya shchitlarining quyidagicha o'lchovlarini tasdiqlashga haqqilari bor: shchitlar gorizontaal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m bo'lishi, pastki qirrasi maydon yuzasidan 2,90 m balandlikda turishi mumkin yoki gorizontaal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m bo'lishi, pastki qirrasi maydon yuzasidan 2,90 m. balandlikda turishi mumkin. Bundan qat'iy nazar, barcha yangi qurilayotgan shchitlar huddi Olimpiadalar va jahon Birinchiligi uchun mo'ljallangandek, gorizontaal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m qilib tayyorlanishi kerak.**

Agar shchit yuzi silliq va oynadan tiniq bo'lmagan ashyodan tayyorlangan bo'lsa, oq rangda bo'lishi shart. Uning sirti quyidagicha belgilanadi: halqa orqasiga eni 0,5 smga teng bo'lgan chiziqlar bilan to'g'ri to'rt burchak chiziladi. To'g'ri to'rtburchakning tashqi o'lchovlari gorizontaaliga 59 sm, vertikaliga 45 sm bo'lishi kerak. Uning asos chizig'ining yuqori qismi halqa bilan teng turishi kerak. Shchitlarning chetlari 0,5 sm kenglikdagi chiziqlar bilan belgilanadi. Bu chiziqlar shchit rangidan yaqqol ajralib turishi lozim. Agar shchit tiniq bo'lsa, u oq chiziqlar bilan, boshqa hollarda esa, qora bilan hoshiyalanadi. Shchitlarning hoshiyalari va ularda chizilgan to'g'ri to'rtburchakning ranglari bir hil bo'lishi shart.

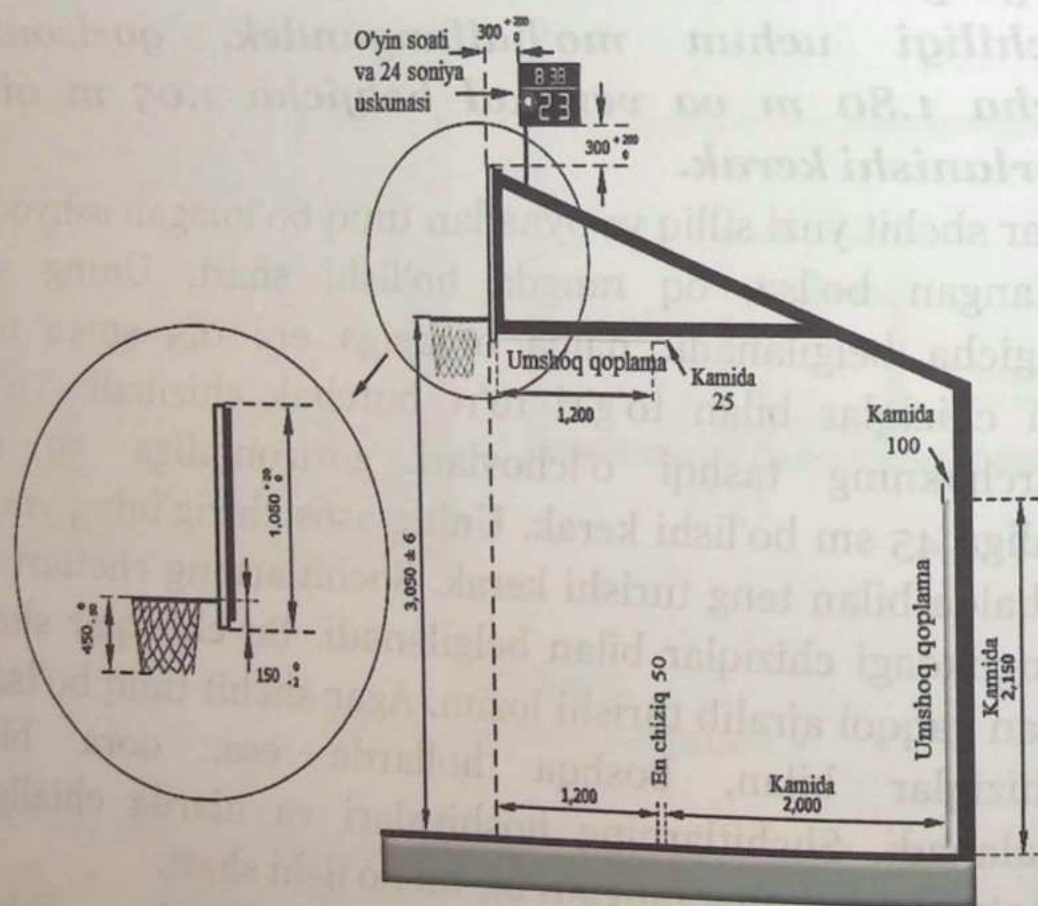
Shchitlarni mustahkam qilib, maydonning ikkala chekkasiga en chiziqlariga parallel holda, to'g'ri burchak ostida polga o'rnatiladi. Ularning markazlari har biri yon chiziqlari o'rtasining ichki chekkasidan 1,20 m narida maydondan chiqarilgan nuqtalarga perpendikulyar ravishda joylashadi.

Shchitlarni ushlab turadigan qurilmalar en chiziqlarining tashqi chekkasidan kamida 2 m uzoqlikda joylashishi shart va

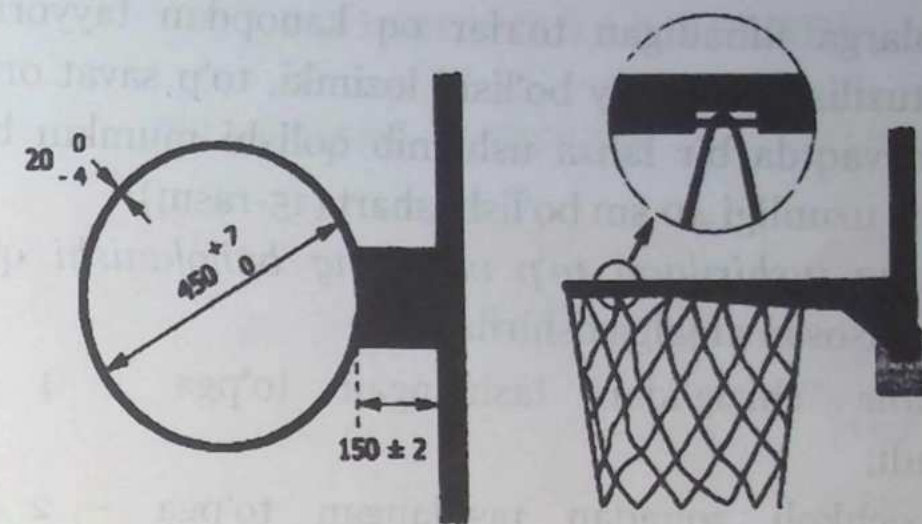


ular o'yinchilarning ko'ziga yaqqol tashlanadigan darajada ochiq rangga bo'yalgan bo'lish ilozim.

Ikkala shchit yumshoq material bilan quyidagicha qoplangan bo'lishi kerak: shchitlarning pastki qirrasini va yon tomonlari uchun yumshoq o'ram tagidan kamida 35 sm uzoqlikda tag sirtini va yonlarning ustini qoplaydi. Oldingi va orqa sirtlar tagidan kamida 0,2 sm uzoqlikda qoplanadi va to'ldirilgan material kamida 0,2 sm qalinlikda bo'lishi lozim. Shchitning pastki qismi to'ldirilgan material 0,5 sm qalinlikda bo'lishi kerak.



14-rasm.  
Shchit. Uning o'lchovlari.



15-rasm.  
Halqa

**Qurilmalar yumshoq material bilan quyidagicha qoplanadi: shchitning har qanday qurilmasi shchit orqasidan va poldan kamida 2,75 m balandlikda, shchitning sirt yuzasidan 60 sm uzoqlikda, tag yuzasi bo'ylab yumshoq material bilan qoplangan bo'lishi kerak.**

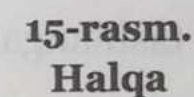
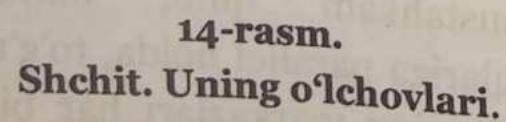
**Hamma ko'chma shchitlarning tagi maydon tomonidan sirti bo'ylab 2,15 m balandlikda yumshoq material bilan o'ralgan bo'lishi lozim (14,15-rasm).**

Savatlar halqa va to'rlardan iborat. Halqa qattiq metallardan tayyorlanadi, uning ichki diametri 45 sm ga teng bo'lib, to'q sariq (apelsin) rangga bo'yaladi. Halqalarning metalli kami bilan 0,17 sm va ko'pi bilan 0,2 sm diametriga ega bo'lib, pastki qirrasida to'plarni ilish uchun qo'shimcha bir hil kichik ilmoqlar yoki shunga o'hshash ilgaklari bo'lishi kerak.

Halqalar maydonga nisbatan gorizontol holatda, 3,05 m balandlikda shchitlarga mustahkam o'rnatiladi va shchitning har ikkala vertikal chekkalaridan bir hil uzoqlikda joylashadi. Halqalar ichki chekkasining yaqin nuqtasi shchitning yuza qismidan 15 sm uzoqlikda turishi kerak (14-rasm).



Ikkala shchit yumshoq material bilan quyidagicha qoplangan bo'lishi kerak: shchitlarning pastki qirrasi va yon tomonlari uchun yumshoq o'ram tagidan kamida 35 sm uzoqlikda tag sirtini va yonlarning ustini qoplaydi. Oldingi va orqa sirtlar tagidan kamida 0,2 sm uzoqlikda qoplanadi va to'ldirilgan material kamida 0,2 sm qalinlikda bo'lishi lozim. Shchitning pastki qismi to'ldirilgan material 0,5 sm qalinlikda bo'lishi kerak.



*Hamma ko'chma shchitlarning tagi maydon tomonidan sirti bo'ylab 2,15 m balandlikda yumshoq material bilan o'ralgan bo'lishi lozim (14,15-rasm).*

Halqalar maydonga nisbatan gorizontal holatda, 3,05 m balandlikda shchitlarga mustahkam o'rnatiladi va shchitning har ikkala vertikal chekkalaridan bir hil uzoqlikda joylashadi. Halqalar ichki chekkasining yaqin nuqtasi shchitning yuza qismidan 15 sm uzoqlikda turishi kerak (14-rasm).



Halqalarga ilinadigan to'rlar oq kanopdan tayyorlanadi, ularning tuzilishi shunday bo'lishi lozimki, to'p savat orasidan o'tayotgan vaqtda bir lahza ushlanib qolishi mumkin bo'lsin. To'rlarning uzunligi 40 sm bo'lishi shart (15-rasm).

*Halqaga tushirilgan to'p va uning baholanishi* quydagi qoidalarga asosan amalga oshiriladi:

-jarima chizig'idan tashlangan to'pga - 1 ochko hisoblanadi;

-2 ochkoli zonadan tashlangan to'pga - 2 ochko hisoblanadi;

-3 ochkoli zonadan tashlangan to'pga - 3 ochko hisoblanadi.

To'p sharsimon shaklda va tasdiqlangan qizg'ish rangda bo'lishi kerak: u sirti bilan birga charmdan, rezina yoki sun'iy homashyodan tayyorlanadi; uning aylanasi uzunligi 749 sm dan kam va 780 smdan ko'p bo'lmasligi lozim; u kamida 567 g dan kam va 650 g dan ko'p bo'lmagan og'irlikka ega bo'lishi kerak; unga havo shunday to'ldirilishi kerakki, to'p tahminan 1,80 m balandlikdan (to'pning pastki qirrasidan o'lchanganda) o'yin maydoniga yoki qattiq yog'och polga tushgan vaqtida to'pning yuqori qirrasidan o'lchanganda 1,20 m dan kam va 1,40 m dan ortiq bo'lmagan balandlikka ko'tarilishi lozim. To'pning choklari yoki chuqurliklarining kengligi 0,635 smdan ortiq bo'lmasligi kerak (16-rasm).

## TO'PNI O'LCHAMI VA TURLARI

| O'lchami                                  | To'p aylanasi | Og'irligi | To'plar                                                                               |
|-------------------------------------------|---------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| O'lchami 7                                | 749—780       | 567—650   |    |
| O'lchami 6                                | 724—737       | 510—567   |    |
| O'lchami 5<br>Mini basketbol<br>uchun     | 690-710       | 470-500   |   |
| O'lchami 3<br>Yosh o'g'il qizlar<br>uchun | 560-580       | 300-330   |  |

16-rasm.

**Maydon egasi bo'lgan jamoa yuqorida aytib o'tilgan shartlarga javob beradigan, kamida bitta avval ishlatilgan to'p bilan ta'minlanishi lozim. Katta hakam to'pning yaroqliligini aniqlab beruvchi yagona shahs bo'lib hisoblanadi va u mehmon jamoa taqdim qilgan to'pni o'yin uchun tanlab olishi mumkin.**



## Jamoalar, o'yinchilar, zahiradagi o'yinchilar, sardor, murabbiylar

**Jamoaning umumiy tarkibi** - har bir jamoa murabbiy va ko'pi bilan 12 ta o'yinchidan iborat bo'ladi. O'yinchilardan biri sardor bo'lib hisoblanadi. Har bir jamoa tarkibida murabbiy yordamchisi bo'lishi mumkin. O'yin paytida har ikkala jamoadan besh nafardan o'yinchi maydonda bo'lishi kerak. Ular qoidalarga muvofiq almashishlari mumkin.

### O'yinchilarning sport liboslari.

Barcha jamoa a'zolarining sport liboslari quydagilardan iborat bo'lishi kerak:

Qanday uslubda bo'lishidan qat'iy nazar, mayka tagidan futbolka kiyish taqiqlanadi. sport kiyimining old va orqa tomondan bir xil rangda, mayka va shortiklardan iborat bo'lib, jamoaning barcha a'zolari uchun bir xil rangdagi paypoqlar bo'lishi kerak. Jamoaning har bir a'zosi sport kiyimining rangidan, boshqa rangda bo'lgan old va orqa tomonlarga bir xil rangli raqamlar qo'yilgan forma kiyishi kerak. Raqamlar aniq korinadigan rangda bo'lib orqadagi raqam 20 sm balandlikda, oldidagi raqam 10 sm balandlikda, raqamlar kengligi 2 sm



bo'lishi kerak. O'yinchilar raqami 0 va 00 raqamlari, shuningdek 1 dan 99 gacha belgilanishi lozim. Bir jamoaning o'yinchilari ikkita bir xil raqamlarga ega bo'lishlari taqiqlanadi. Sport kiyimiga tushirilgan har qanday logotip,

raqamlardan kamida 5 sm uzoqlikda joylashadi. Jamoalar kamida 2 ta xil rangdagi sport kiyimiga ega bo'lishi, jadvaldagi birinchi jamoa (mezmon jamoasi) ochiq rangli sport kiyimida, ikkinchi jamoa (mehmon jamoa) to'q rangli sport kiyimida bo'lishi kerak. Kelishilgan holda ikkala jamoa ham rozi bo'lsa, sport kiyimlarini rangini o'zgartirishi mumkin.



17-rasm.

Agar jamoa a'zosi maydonda bo'lsa, u o'yinchi bo'lib hisoblanadi va o'yinda qatnashish huquqiga ega. Boshqa hollarda u zahiradagi o'yinchi bo'lib hisoblanadi.

Agar hakam zahiradagi o'yinchiga maydonga tushish uchun ruhsat bersa, unda u o'yinchiga aylanadi.

Sardor zaruriyati tug'ilganda maydonda o'z jamoasining vakili bo'lib hisoblanadi. Bu qoidalarni izohlash bilan bog'liq bo'lgan savollar bo'yicha yoki kerakli ma'lumot olish uchun hakamga murojaat qilish mumkin. Bu narsa hushmuomalalik bilan qilinishi lozim. Sardor biron-bir uzrli sabab bilan maydondan chiqib ketishdan oldin, katta hakamga o'yinchilardan qaysi biri uning o'rniga sardor sifatida qolayotganligini ma'lum qiladi.

Tartib bo'yicha o'yin boshlanishiga hech bo'lmaganda 20 daqiqa qolganida har bir murabbiy kotibga o'yinda qatnashadigan o'yinchilarning familiyalari va raqamlarini, shuningdek jamoa sardori, murabbiyi va murabbiy yordamchisining familiyalarini ma'lum qilishi kerak.

O'yin boshlanishiga 10 daqiqa qolganida murabbiylar o'z o'yinchilarining familiyalari va raqamlarni tasdiqlaydilar va qaydnomaga qo'l qo'yadilar hamda shuvaqtning o'zida o'yinni boshlaydigan 5 ta o'yinchini belgilab qo'yadilar.



«A» jamoasi murabbiyi shu ma'lumotni birinchi bildirayotgan bo'lib hisoblanadi.

Agar o'yinchi o'yin jarayonida o'z raqamini o'zgartiradigan bo'lsa, unda bu haqida kotib va katta hakamga ma'lum qilishi zarur.

Bir daqiqalik tanaffuslar haqidagi iltimoslarni murabbiy yoki murabbiy yordamchisi qilishlari mumkin. Agar murabbiy yoki murabbiy yordamchisi o'yinchini almashtirish kerakligi to'g'risida bir qarorga kelsalar, unda zahiradagi o'yinchi shu iltimosni etkazish uchun kotibga murojaat qilishi kerak va o'yinga darhol tushish uchun tayyor turishi zarur.

Agar jamoada murabbiy yordamchisi mavjud bo'lsa, uning familiyasi o'yin boshlanishidan oldin qaydnomaga yozilgan bo'lishi shart.

Agar murabbiy turli sabablarga ko'ra o'z vazifasini davom ettira olmasa, bunda murabbiy yordamchisi murabbiy vazifasini bajaradi.

Jamoa sardori murabbiydek harakat qilishi mumkin. Agar u biron bir uzrli sabab bilan maydondan chiqib ketishi kerak bo'lsa, unda u murabbiy sifatida harakatini davom ettirishi mumkin. Lekin, agar u qoidani buzganligi tufayli o'yinda qatnashish huquqidan mahrum etilgan bo'lsa yoki og'ir jarohatlanganligi sababli murabbiylik vazifasini bajara olmasa, uning o'rniga sardor sifatida o'yinga tushgan o'yinchi uni murabbiy sifatida ham almashtirish kerak.

### **O'yin holatlari**

**O'yin vaqti** – «toza» vaqt 40 daqiqa davom etadi. U to'rtta 10 daqiqalik choraklardan iborat. Birinchi va uchinchi choraklardan so'ng 2 daqiqalik tanaffus bo'ladi. Ikkinchi chorakdan keyin 15 daqiqalik tanaffus bo'ladi. O'yin natijasi durang bo'lsa, 5 daqiqalik qo'shimcha vaqt beriladi.

Agar o'yinning ikkinchi yarmi tugagan vaqtda hisob durang bo'lsa, hisobdagi tenglikni buzish maqsadida 5 daqiqalik qo'shimcha vaqt yoki hisob ochilganga qadar necha marta kerek bo'lsa shuncha marta 5 daqiqalik qo'shimcha vaqt belgilanadi. Jamoalar birinchi qo'shimcha vaqt boshlanishidan oldin qur'a tashlash yo'li bilan savatlarni tanlab oladilar va har bir keyingi qo'shimcha vaqt boshlanishidan oldin savatlarni almashtiradilar. Har bir qo'shimcha vaqt orasida 1 daqiqalik tanaffuslar ko'zda tutiladi. Har bir qo'shimcha vaqt boshida o'yin markaziy doirada bahsli to'p otib berilishi bilan boshlanadi.

O'yin markaziy doirada bahsli to'p tashlab berilishi bilan boshlanadi. Katta hakam ikki raqib o'rtasida to'pni yuqoriga otib beradi. Bu narsa o'yinning ikkinchi yarmi boshlanishida, agar kerak bo'lsa, har bir qo'shimcha davr oldidan ham bajariladi.

Mehmon jamoa savatni va jamoa o'rindig'ini tanlab olish huquqiga ega bo'lishi kerak. Agar o'yin betaraf maydonda o'tkazilayotgan bo'lsa, bu huquqni jamoalar o'zaro qur'a tashlash yo'li bilan aniqlaydilar. O'yinning ikkinchi yarmida jamoalar savatlarini almashadilar. Agar jamoalardan birida o'yinga tayyor beshta o'yinchi maydonda bo'lmasa, o'yin boshlanishi mumkin emas. Agar o'yin boshlanishi vaqtdan 15 daqiqa o'tganidan so'ng qoidani buzayotgan jamoa yo'q bo'lsa yoki maydonga 5 ta o'yinchisini chiqara olmasa, unda bu jamoa o'ynash huquqidan mahrum qilinganligi sababli mag'lubiyatga uchraydi va g'alaba boshqa jamoaga beriladi.

I-II chorakdan keyin jamoalar hujum qilish tomonlarini almashtiradilar. Qo'shimcha choraklarda hujum qilish tomonlari bilan almashinmaydi.

To'rtinchi chorakda qaysi savat tomon hujum bo'lgan bo'lsa, shu tomonga hujum qiladilar.

a) hakam bahsli to'pni otib berish uchun doira ichiga kirgan paytda yoki;



b) hakam jarima to'pi otilishini boshqarish uchun jarima to'pini tashlash maydoniga kirgan paytda, yoki;

c) maydon tashqarisidagi vaziyatda, to'p to'pni o'yinga kiritish joyida turgan o'yinchining ihtiyorida bo'lgan paytda, to'p o'yinga kiritildi deb hisoblanadi.

Agar jonli to'p yuqoridan savatga tushib, uning ichida qolsa yoki undan o'tib pastga tushsa, to'p savatga tushdi deb hisoblanadi. To'p o'yin jarayonida maydondan savatga tushsa, 2 ochko, uch ochko keltiradigan chiziq orqasidan savatga tushsa 3 ochko hisoblanadi.

Jarima to'pi tashlanganda savatga tushgan to'p 1 ochko hisoblanadi. Qaysi jamoa hujum uyushtirib savatga to'p tushirsa, maydondan tashlangan bunday to'p shu jamoa hisobiga yoziladi. Agar to'p pastdan yuqoriga chiqayotib behosdan savat ichiga kirib qolsa, bu to'p jonsiz hisoblanadi va o'yin to'pni o'yinga galma-gal kiritish qoidasi bilan davom ettiriladi. Lekin agar o'yinchi ataylab to'pni pastdan savatga kiritisa, bu qoidaning buzilishi bo'lib hisoblanadi va raqib o'yin jamoasi tomonidan to'pni qoida buzilgan joyga yaqin bo'lgan maydonning yon chizig'i tashqarisidan o'yinga kiritish bilan davom ettiriladi. Bu bahs to'pi vaziyati sodir bo'lganda bahs to'pi otish o'rniga to'pni maydon tashqarisidan o'yinga kiritib, to'pni jonli qilish usulidir.

O'yin boshlanganida biron jamoa to'pni nazorat qilgan zahoti, to'pni galma-gal o'yinga kiritilishini anglatuvchi strelka to'pni egallab olgan jamoa tomoniga qaratiladi ( ). Yana bahsli to'p vaziyati sodir bo'lsa, strelkaning uchi qaratilmagan jamoa o'yinchisi shu joy yaqinidagi yon chiziq tashqarisidan to'pni o'yinga kiritadi. To'p o'yinchining qo'lidan chiqqan zahoti strelka to'p uzatgan o'yinchining jamoasi tarafga qaratiladi ( ).

Zahiradagi o'yinchi maydonga tushishidan oldin almashish haqida kotibga murojaat qilishi va darhol o'yinga kirish uchun tayyor turishi lozim. Kotib to'p jonsiz holatga o'tishi va o'yin soati to'htatilishi bilan, ammo to'p qaytadan o'yinga

kiritilishidan oldin, o'z signalini berishi shart. O'yin qoidasi buzilganidan so'ng qoidani buzmagani jamoa to'pni maydon tashqarisidan to'pni o'yinga kiritishi kerak bo'lsa, faqat shu jamoagina o'z o'yinchisini almashtirishi mumkin. Agar shunday vaziyat yuzaga kelsa, raqib jamoasi ham keyinchalik o'z o'yinchisini almashtirishi mumkin. Zahiradagi o'yinchi hakam maydonga tushishga ruhsat berguniga qadar maydon chegarasi tashqarisida turishi lozim va ruhsat olinganidan so'ng darhol o'yinga tushishi mumkin. O'yinchilarni almashtirish imkoni boricha tez amalga oshirilishi kerak. Agar hakamning fikricha, biron bir jamoa o'yin vaqtini asossiz cho'zayotgan bo'lsa, qoida buzayotgan jamoa hisobiga tanaffus yozilishi zarur. Bahsli to'p uchun kurashda qatnashadigan o'yinchi boshqa o'yinchi bilan almashtirilishi mumkin emas. Almashtirilgan o'yinchi bir almashtirish davri ichida yana qaytadan maydonga chiqishga haqqi yo'q.

Quyidagi hollarda:

a) agar talab qilib olinadigan tanaffus berilgan yoki fol belgilangan bo'lmasa, maydondan tashlangan to'p savatga tushganidan so'ng;

b) birinchi yoki yagona jarima to'pini tashlash uchun to'p o'yinga kiritilgan paytdan boshlab, to'p o'yin vaqti hisobining ma'lum bir davridan so'ng to'p yana jonsiz holatga o'tmagunicha, fol yoki qoida buzilishi soatda hisob qilishni boshlashdan oldin qayd qilinmagunicha o'yinchilarni almashtirishga ruhsat berilmaydi. Bunday qoidabuzarlik uchun jarima to'pini yoki to'plarni tashlash, galma-gallik qoidasi berish yoki maydonning yon chizig'i tashqarisidan to'pni o'yinga kiritish jazo bo'lib hisoblanadi.



### Taym-aut

Bosh murabbiy yoki birinchi yordamchi murabbiyning iltimosiga binoan o'yinning to'xtatilishi. Har bir taym-aut 1 daqiqa davom etadi.

#### Taym-autni taqdim etish xolatlari:

- har ikkala jamoada, to'p o'lik bo'lganda, o'yin soati to'xtatilganda va hakam kotib stoli bilan o'zaro harakatlarni tugatganda

- har ikki jamoa uchun, oxirgi tushgan muvaffaqiyatli jarima to'pidan keyin



18-rasm.

#### Qachon Taym-aut taqdim etish imkoniyati tugaydi:

- qachonki to'p maydon tashqarisidan o'yinga kiritilayotganda yani kiritilish uchun o'yinchiga taqdim qilinganda yoki birinchi jarima to'pini tashlash jarayoni boshlanganda.

O'yinning birinchi yarmida har bir jamoa uchun 2 ta, o'yinning ikkinchi yarmi uchun 3 ta taym-aut beriladi o'yinning to'rtinchi chorakida o'yin soati 2:00 daqiqa yoki undan kamroq vaqtni ko'rsatsa foydalanilmagan 3 ta taym-autdan bittasi o'chiriladi, shu bilan birga har bir qo'shimcha vaqt uchun, 1 tadan taym-aut olishi mumkin. O'yinning birinchi yarmidagi foydalanilmagan 2 ta taym-aut o'yinning ikkinchi yarmiga o'tmaydi, berilmaydi.

O'yin vaqtining har ikkala yarmida har bir jamoaga beshtadan talab qilib olinadigan taym-autlar va qo'shimcha vaqtning har birida bir marta shunday taym-aut berilishi mumkin. Talab qilib olinmagan taym-autlar o'yinning keyingi yarmi yoki qo'shimcha davrga ko'chirilishi mumkin emas. Murabbiy va murabbiy yordamchisi talab qilib olinadigan taym-autni so'rashiga haqqilari bor. Buni ular shahsan kotibga borib, qoidalarda ko'rsatilgan ishoralar orqali «taym-aut» olishlarini qo'llari bilan ko'rsatishlari lozim.

Kotib talab qilingan taym-aut haqidagi iltimosni to'p o'lik holatga o'tgan paytda, hamda albatta, to'p o'yinga kiritilishidan oldin hakamlarga ma'lum qiladi.

Shuningdek, murabbiy yoki murabbiy yordamchisining talab qilib olinadigan taym-aut haqidagi iltimosidan so'ng, raqib jamoasi maydondan savatga to'p tashlasa, bu iltimos savatga to'p tashlanishidan oldin, ya'ni to'p otayotgan o'yinchining qo'lidan chiqib ketishidan oldin qilingan bo'lsagina, ularga taym-aut berilishi mumkin. Bu holda soniya hisoblovchi o'yin soatini darhol to'htatishi lozim. Shundan so'ng, kotib o'z signalini chaladi va talab qilib olinadigan taym-aut haqida iltimos bildirilganligini hakamlarga ma'lum qiladi.

To'p birinchi yoki yagona jarima to'pi tashlanganidan keyin, o'yinga kirgan paytdagi daqiqadan to o'yin vaqti tugab, to'p yana o'lik holatga o'tmaguncha, quyidagi hollardan tashqari:

a) jarima to'plarini tashlash oralig'ida fol qilingan paytda jarima to'plarini tashlash ohiriga etkaziladi, taym-aut esa fol uchun yangi jazo berilganda, to'p o'yinga kirishidan oldin olinadi;

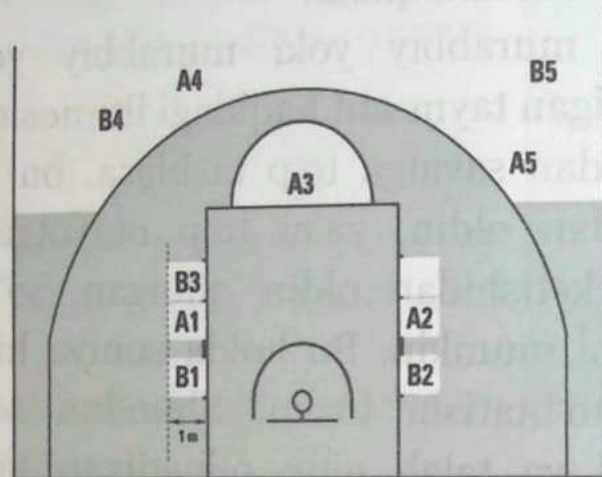
b) o'yin soati yurgizilishidan oldin qoida buzilishi qayd qilinsa, bunda bahsli to'p tashlab berish yoki maydonning en chizig'i tashqarisidan to'pni o'yinga kiritish jazo bo'lib hisoblanadi, talab qilib olinadigan taym-autni olishga ruhsat berilmaydi.

Bir daqiqa davom etadigan taym-aut ushbu shartlarga binoan jamoa hisobiga yoziladi. Agar taym-autga javobgar jamoa talab qilib olingan taym-aut vaqti tamom bo'lmasidan o'yinni boshlashga tayyor bo'lsa, katta hakam darhol o'yinni boshlaydi. Tanaffus vaqtida o'yinchilarga o'yin maydonini tashlab chiqish va jamoa o'rindig'ida o'tirishga ruhsat etiladi.

To'p o'lik holatga o'tishi va o'yin soati to'htalishi bilan, ammo to'p o'yinga kiritishdan oldin kotib signal berganidan keyin maydondagi hakam ruhsat berganidagina amalga oshishi



mumkin. O'yinchilarni almashtirish ikkala jamoani hohlagan paytida amalga oshiriladi.



19-rasm.

#### Jarima chizigida o'yinchilarni joylashishi

Hammasi bo'lib 3 soniyali zona atrofida oltita o'yinchi joylashishi kerak. Qolgan o'yinchilar orqa omonda joylashadilar. Jarima to'pini otish belgilanganda, o'yinchilar jarima to'pi otiladigan savat tagidagi 3 soniyali maydoncha atrofida quyidagi tartibda joylashishlari shart. Uch soniyali zonani, ya'ni to'g'ri to'rtburchak shaklidagi shchitga yaqin tomonidagi ikkala birinchi joyni himoyachilar egallaydilar, betaraf zonada hech kim turmaydi.

Betaraf zonadan keyingi ikkinchi joyni hujumchilar egallaydilar, undan keyingi uchinchi joylardan birini bitta himoyachi egallashi kerak. O'yin natijasi o'yin davomida to'plangan eng ko'p ochkolar soniga qarab aniqlanadi.

### 3 SONTYA QOIDASINI BUZILISHI

To'pni nazorat qilayotgan jamoa o'yinchisi to'p bilan yoki to'psiz bo'lishidan qat'iy nazar raqib jamoaning 3 soniya zonasi ichida, 3 soniyadan ortiq turishi mumkin emas.

Uch soniyali zonani chegaralab turgan chiziqlar shu zonaning qismi bo'lib hisoblanadi. Shu chiziqlarning birini bosib turgan o'yinchi zona ichida turgandek hisoblanadi.

### 5 SONTYA QOIDASINI BUZULISHI

-To'pni egallab turgan hamda raqib tomonidan yaqindan ta'qib qilinayotgan o'yinchi, to'pni sheriklariga 5 soniya ichida uzatmasa, savatga otmasa, yumalatmasa yoki urib yurmasa, maydon tashqarisidan to'pni o'yinga kiritishga hamda jarima to'pini otishga shoshilmasa 5 soniya qoidasi buzilgan hisoblanadi.

-Agar qoida buzilsa, to'p qoida buzilgan joyga yaqin bo'lgan yon (en) chiziq tashqarisidan o'yinga kiritiladi.

-Ikki jamoa o'yinchilari bir vaqtni ozida to'pni talashib qolganda 5 soniya qoidasini belgilanadi.

-O'yin galma-gallak qoidasi bo'yicha davom ettiriladi.

### 8 SONTYA QOIDASINI BUZULISHI



Agar o'yinchi o'zining orqa zonasida jonli to'p ustidan nazorat o'rnatsa, uning jamoasi 8 soniya ichida to'pni o'zining old zonasiga o'tkazmasa 8 soniya qoidasi buzilgan hisoblanadi.

### 24 SONTYA QOIDASI.



-Agar o'yinchi maydonda jonli to'p ustidan nazorat o'rnatsa, uning jamoasi 24 soniya ichida raqibi savati tomon to'p otishi kerak. Ushbu qoidaga rioya qilmaslik qoidaning buzilishi hisoblanadi.

-Agar o'yin to'xtatilganda xujum vaqti 14 soniya yoki undan ko'proq vaqt ko'rsatilsa, xujum vaqti qayta

o'rnatilmaydi, to'xtatilgan vaqtdan xujumni davom ettirishi kerak

- Agar o'yin to'xtatildi xujum vaqti soatida 13 soniya yoki undan kamroq vaqt ko'rsatilsa, xujum qilish uchun 14



soniyaga tiklanadi.

### To'pni maydonga kiritish

- Jamoa orqa zonasida xujumni boshlasa xujum vaqti uchun 24 soniyaga tiklanadi

- Jamoa oldingi zonasida xujum boshlasa xujum vaqti 14 soniyaga tiklanadi.

## 2.2. Hakamlar tarkibi va vazifalari, hakamlar imo- ishoralari



**Hakam va hakamlar libosi** - hakamlar libosi och rangli ko'ylak, uzun qora shim, qora paypoq va qora basketbol oyoq kiyimidan iborat bo'lishi kerak. Hakam va stol hakamlari bir xil libosda bo'lishlari lozim.

1 = Taymer

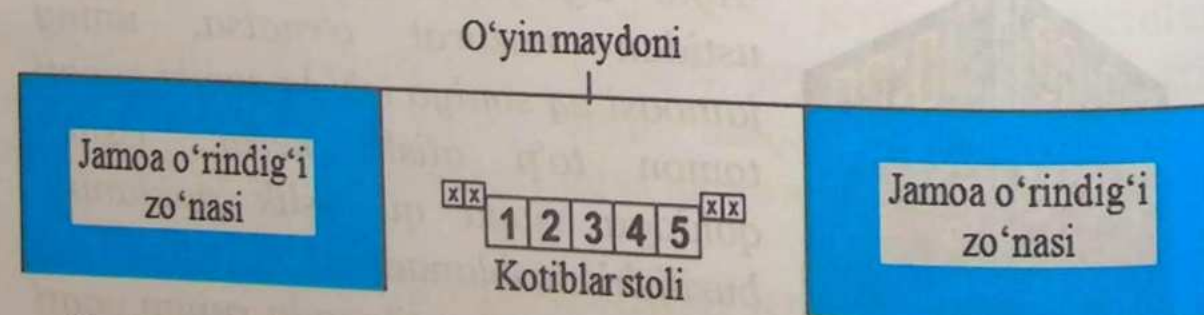
2 = Soniya hisoblovchi

x = Almashinish o'rindiqlari

3 = Komissar (tayinlangan bo'lsa)

4 = Kotib

5 = Kotib yordamchisi



Kotib stoli va uning stullari maydonga nisbatan tepalikda joylashishi lozim. Suhandon va/yoki statistikachi (tayinlangan bo'lsa) kotib stolidan chekkaroq va/yoki ortida o'tirishlari mumkin.

20-rasm.  
Kotiblar stoli.

### Hakamlar tarkibi:

Bosh hakam va 1 yoki 2 hakam (lar). Ularga stol hakamlari va komissar (agar mavjud bo'lsa) yordam berishi kerak.

Hozirgi kunda basketbol o'yinlarini maydonda 3ta hakam (bosh hakam - "Reefere" va 2 yordamchi hakam - "Umpire"), yoki, musobaqa tashkilotchilari qaroriga asosan 2 ta hakam (bosh hakam - "Reefere" va 1 yordamchi hakam - "Umpire") boshqarishi mumkin.

**Stol hakamlariga**-kotib, kotib yordamchisi, soniya hisoblovchisi va taymer kiradi.

**Komissar**- kotib va soniya hisoblovchisi o'rtasida o'tirishi kerak. O'yin davomida uning asosiy vazifalari stol hakamlarini nazorat qilib borish va bosh hakam va hakamlarga o'yinning muvaffaqiyatli o'tishida yordam berishdir.

### Bosh hakam vazifalari va huquqlari:

- O'yin davomida qo'llaniladigan barcha jihozlarni tekshirish va ma'qullash.

- Rasmiy o'yin soati, taymer, sekundomerni belgilash va kotib-hakamlar bilan tanishish.

- Mezbon jamoa tomonidan taqdim etilgan, qo'llanilishda bo'lgan 2 tadan kam bo'lmagan to'plar orasidan o'yin to'pini tanlab olish. Agar, ushbu to'plarning hech biri o'yin to'pi sifatida qo'llashga yaroqli bo'lmasa, u tasarrufda mavjud bo'lgan sifati jihatdan yaxshiroq istalgan to'pni tanlab olishi mumkin.

- O'yinchilarning hech biriga, boshqa o'yinchilarga shikast etkazishi mumkin bo'lgan narsalarni olib yurishiga yo'l qo'ymaslik.

- Birinchi chorak boshida baxsli to'p otishni va keyingi barcha choraklar va o'rtaymlar (qo'shimcha vaqt) boshida to'pga egalik qilish jarayonining galma-gallik qoidasi bo'yicha to'pni o'yinga kiritishni amalga oshirish.

- Vaziyat talab qilganda o'yinni to'xtatish huquqidan foydalanish.



- Qaysi jamoaga "Huquqdan mahrum qilish" yo'li bilan mag'lubiyat yozilishini aniqlash huquqiga ega bo'lish.

- O'yin vaqti yakuniga etgach yoki zarur deb hisoblagan boshqa vaqtda protokolni (qaydnomani) diqqat bilan tekshirish.

- O'yin vaqti tugagandan so'ng protokolni (qaydnomani) imzolash bilan tasdiqlash. Bu, hakamlarning o'yin yurisdiksiyasi va o'yin bilan aloqasi tugaganligini anglatadi. Hakamlarning **vakolatlari** ular jadvalda ko'rsatilgan o'yin boshlanish vaqtidan 20 daqiqa oldin o'yin maydonida hozir bo'lganlarida **kuchga kirishi** va o'yin soatining o'yin tugashi haqidagi hakamlar tomonidan tasdiqlangan signali chalingandan so'ng **tugatilishi** lozim.

- Quyidagi hollarda kiyinish xonasida protokol (qaydnoma) imzolashdan oldin uning orqa tomoniga yozuv kiritish:

- Jamoalarning biriga "huquqdan mahrum qilish" yo'li bilan mag'lubiyat yozilayotgan yoki diskvalifikatsiya qiluvchi fol qo'llanilgan bo'lsa.

- Jamoa a'zolari, bosh murabbiylar, yordamchi murabbiylar va delegatsiyaning hamrohlik qiluvchi a'zolari tomonidan jadvalda ko'rsatilgan o'yin boshlanish vaqtidan oldingi 20 daqiqalik oraliqdan ertaroq yoki o'yin tugashi va protokolning imzolab tasdiqlanishi oraliq'ida sport xulq-atvoriga zidistalgan xatti-harakatlari sodir etilganda. Bunday vaziyatda Bosh hakam (yoki komissar, mavjud bo'lsa) musobaqani o'tkazayotgan tashkilotga sodir bo'lganlar haqidagi to'liq tafsilotlarni o'z ichiga olgan bildirgi kiritadi.

- Har safar zarur bo'lganda yoki hakamlar yagona to'xtamga kela olmagan holatlarda yakuniy qaror qabul qilish. Yakuniy qaror qabul qilish uchun bosh hakam-hakam(lar), Komissar (agar mavjud bo'lsa) va/yoki kotib-hakamlar bilan maslahatlashishi mumkin.

- Tezkor videotakrorlash tizimidan foydalaniladigan o'yinlar uchun F-ilovasiga rioya qilish kerak.

-Sekundometrisdan xabar olgandan so'ng, birinchi va uchinchi chorak boshlanishidan 3 va 1,5 daqiqa oldin hushtagini chalishi kerak.

-Shuningdek, bosh hakam, ikkinchi yoki to'rtinchi chorak va har bir overtaym (qo'shimcha vaqt) boshlanishidan 30 soniya oldin hushtagini chalishi kerak.

**Mazkur Qoidalarda alohida nazarda tutilmagan har qanday masalalar bo'yicha qaror qabul qilish huquqiga ega.**

### **Hakamlar vazifalari**

- Hakamlar chegaralovchi chiziq ichida ham, uning tashqarisida ham, shu jumladan kotib stoli, jamoa o'rindiqlari va be'vosita chiziqlar ortidagi hududlarda, qoidalarga rioya qilmaslik holatlarida qaror qabul qilish huquqiga ega bo'lishlari kerak.

-Hakamlar qoidalar buzilganda, chorak yoki overtaym (qo'shimcha vaqt) tugaganda yohud o'zlari o'yin to'xtatilishi lozim deb topgan vaqtda xushtak chalishi kerak. O'yinda to'p savatga tushirilganda, jarima to'pi muvaffaqiyatli amalga oshirilganda yoki to'p jonli (tirik) xolatga o'tganda hakamlar tomonidan xushtak chalinmaydi.

-Personal kontakt yoki qoidabuzarlik haqida qaror qabul qilishda hakamlar har bir vaziyatda quyidagi fundamental prinsiplarni hisobga olishi va baholashi lozim:

-Qoidalarning ruxi, maqsadi va o'yin bir butunligini ta'minlab turish zarurati.

- "ustunlik/ustunlik mavjud emas" prinsipini qo'llashdagi izchillik. Hakamlar o'yinchiga ustunlik bermaydigan va raqibni o'yinchi uchun zararli vaziyatga solib qo'ymaydigan tasodifiy shaxsiy kontakti jazolash uchun o'yin jarayonini zaruratsiz to'xtatib qo'ymasliklari kerak.

-O'yinchilarning qobiliyatlarini, o'yin davomida ularning munosabati va xatti-harakatlarini hisobga olgan holda har bir o'yinda sog'lom fikrni qo'llashdagi izchillik.



-O'yinni nazorat qilish va o'yinning borishi o'rtasidagi muvozanatni saqlash, ishtirokchilar nima qilishga harakat qilayotganlarini "his qilish" sezgisiga ega bo'lish va faqat o'yin uchun nima to'g'ri bo'lishini belgilab borish.

- Jamoalardan biri protest bergan taqdirda, bosh hakam (yoki komissar, agar mavjud bo'lsa) protest beruvchi tomonidan protest sabablari asoslab berilgandan so'ng, sodir bo'lgan holatni tavsiflagan holda musobaqani o'tkazayotgan tashkilotga bildirgi berishi kerak.

- Agar hakam jarohat olgan bo'lsa yoki boshqa har qanday sababga ko'ra o'z vazifalarini bajarishni davom ettira olmasa, voqeadan keyin 5 daqiqa ichida o'yin qayta tiklanishi kerak. Qolgan hakam(lar) o'yinni, agar jarohatlangan hakamni malakali zaxira hakami bilan almashtirish imkoni bo'lmasa, o'yin oxirigacha yakka o'zi boshqarishi kerak. Hakamni almashtirish to'g'risida qaror maydonda qolgan hakam tomonidan komissar bilan maslahatlashgandan so'ng(agar mavjud bo'lsa) tomonidan qabul qilinishi kerak.

- Qaror haqida tushuntirish berish uchun muloqot qilish zarurati yuzaga kelsa, barcha xalqaro o'yinlar uchun muloqot ingliz tilida amalga oshirilish kerak.

- Har bir hakam o'z vazifalari doirasida qaror qabul qilish huquqiga ega, ammo u boshqa hakam tomonidan qabul qilingan qarorlarni e'tiborsiz qoldirish yoki ularga nisbatan shubha bildirish huquqiga ega emas.

-Hakamlar tomonidan basketbolning rasmiy qoidalarini qo'llash va talqin qilish, ma'lum bir qaror qabul qilingan yoki qilinmaganligidan qat'i nazar, yakuniy hisoblanadi va shikoyat qilinishi yoki e'tiborsiz qoldirilishi mumkin emas, protest berishga ruxsat berilgan holatlar bundan mustasno.

#### **Kotib va kotib yordamchisini vazifalari**

- Kotibga protokol (qaydnoma) taqdim etilishi va u quyidagilarning hisobini yuritishi kerak:

- jamoalar tarkibini, o'yinni boshlaydigan o'yinchilar,

shuningdek o'yinga kiradigan barcha zahira o'yinchilarining familiyalari va raqamlarini kiritgan holda. O'yinni boshlashi kerak bo'lgan beshta (5) o'yinchi, zahira o'yinchilari yoki o'yinchilarning raqamlari bo'yicha qoidalariga rioya qilmaslik mavjud bo'lganda, u bunday qoidalariga rioya qilmaslik aniqlangandan so'ng iloji boricha tezroq eng yaqin hakamni xabardor qilishi kerak.

- o'yinda tushirilgan har bir muvaffaqiyatli to'plarni va jarima to'plarini yozib borgan holda.

- har bir o'yinchi tomonidan sodir etilgan follar (qoidabuzarliklar) hisobini. Kotib, o'yinchilardan birontasi 5 ta fol bilan jazolangan taqdirda darhol hakamni xabardor qilishi kerak. U har bir bosh murabbiy tomonidan sodir etilgan follarni (qoidabuzarliklarni) yozib olishi va bosh murabbiy qachon diskvalifikatsiya qilinishi kerakligi to'g'risida darhol hakamni xabardor qilishi kerak. Xuddi shunday tarzda, kotib 2 ta texnik fol yoki 2 ta sportchiga xos bo'lmagan harakatlar uchun fol yohud 1 ta texnik va 1 ta sportchiga xos bo'lmagan harakatlar uchun fol qayd etilgan bo'lsa, o'yinchi diskvalifikatsiya qilinishi kerakligi to'g'risida xabar berishi kerak.

-Taym-autlarning hisobi. Kotibdan jamoa Taym-aut so'raganda hakamlarni taym-aut berish imkoniyati mavjudligi to'g'risida xabardor qilishi, shuningdek, bosh murabbiyning o'yinning birinchi va ikkinchi yarimida yoki o'vertaym (qo'shimcha vaqt) larda taym-autlari qolmagan taqdirda, bosh murabbiyni hakam orqali xabardor qilishi kerak.

- o'yinda galma-gallik qoidasiga rioya qilgan holda to'pga egalik qilish navbati hisobini, kotib birinchi chorak tugaganidan so'ng darhol galma-gallik ko'rsatkichi bo'yicha to'pga egalik qilish yo'nalishini o'zgartirishi lozim, chunki jamoalar ikkinchi chorakdan keyin xalqalarni almashtirishlari kerak.

- Kotib yordamchisi tablani boshqarishi va kotib va sekundometristga yordam berishi kerak.



Tablodagi ma'lumotlar va protokoldagi (qaydnoma) yozuvlar o'rtasida nomuvofiqliklar bo'lsa va ushbu nomuvofiqlikning sababini aniqlashning iloji bo'lmasa, protokoldagi (qaydnoma) yozuvlar ustunlikka ega bo'lishi va ularga muvofiq tablodagi ma'lumotlar tuzatilishi kerak.

Agar protokoldagi (qaydnoma) kotib yozuvlarida xatolik:

- o'yin davomida aniqlansa, sekundometrist bu haqda signal berishdan oldin to'pni jonsiz holatga o'tishini kutishi kerak;

- o'yin vaqti tugashidan keyin, bosh hakam tomonidan protokolni (qaydnoma) imzolanishidan oldin xatolik aniqlansa, xato o'yin natijasiga ta'sir ko'rsatgan taqdirda ham tuzatilishi kerak;

- Agar protokolda (qaydnoma) bosh hakam tomonidan imzolagandan keyin aniqlangan bo'lsa, shu vaqtdan boshlab xato tuzatilishi mumkin emas. Bunda bosh hakam yoki komissar (agar mavjud bo'lsa) musobaqa o'tkazuvchisi hisoblangan tashkilotga sodir bo'lgan holat haqida batafsil ma'lumotni o'z ichiga olgan bildirgi berishi kerak.

#### Soniya hisoblovchni vazifalari:

Soniya hisoblovchni ixtiyoriga o'yin soati va sekundometrist topshirilib, u:

- o'yin vaqti, o'yindagi taym-autlar va tanaffuslar hisobini yuritishi;

- o'yin soatining signali juda baland eshitilishi va chorak yoki o'vertaym tugaganida avtomatik ravishda chalinishiga ishonch hosil qilishi;

- o'yin soati signali chalinmagan yoki eshitilmagan taqdirda hakamlarni darhol xabardor qilish uchun barcha mumkin bo'lgan vositalardan foydalanishi;

- har bir o'yinchi tomonidan sodir etilgan follar (qoidabuzarliklar) sonini ikkala bosh murabbiy ham ko'rishi mumkin bo'lgan tarzda follar soni aks etgan ko'rsatgichni

ko'tarishi;

- jamoalar follarini (qoidabuzarliklari) aks etgan ko'rsatgichlarni kotib chorakdagi to'rtinchi jamoaviy foldan keyin to'p jonli holatga o'tganda kotib stolining, follar uchun jazolanishi kerak bo'lgan jamoalar o'rig'indig'iga yaqin bo'lgan tomoniga joylashtirishi;

- o'yinchilarning almashtirilishini amalga oshirishi;

- Soniya hisoblovchni signalini faqat to'p jonsiz bo'lgan paytda va to'p yana jonli bo'lishidan oldin berishi kerak. Sekundometrist signalining ovozi o'yin soati yoki o'yinni to'xtatmaydi va to'pning jonsiz holatga o'tishiga olib kelmaydi.

- Soniya hisoblovchni o'yin vaqti hisobini quyidagi tarzda olib boradi: o'yin soatini quyidagi hollarda ishga tushiradi: baxsli to'pning o'ynalishi paytida to'p baxslashayotgan o'yinchilarning biri tomonidan to'pi urib yuborilganda; Muvaffaqiyatsiz amalga oshirilgan oxirgi jarima to'pidan so'ng, to'p jonli qolgan holda, o'yin maydonchasidagi o'yinchiga tekkanda yoki o'yin maydonidagi o'yinchi to'pga tekkanda; to'pni maydon tashqarisidan maydonga kiritish paytida to'p maydondagi o'yinchiga tekkanda yoki maydondagi o'yinchi to'pga to'g'ri tekkanda.

O'yin soatini quyidagi hollarda to'xtatadi: chorak yoki o'vertaym so'ngida o'yin vaqti yakuniga etganda (o'yin soati o'zi avtomatik tarzda to'xtamagan taqdirda); Hakam to'p jonli holatda bo'lgan vaqtda xushtak chalganda; to'p taym aut so'ragan jamoalar savatiga to'p kiritilganda; O'yin soati to'rtinchi chorakda, va xar bir o'vertaymda 2:00 daqiqa yoki undan kam vaqt ko'rsatgan paytda to'p savatga kiritilganda; jamoalar to'pni nazorat qilib turgan paytda to'p otish uchun taymer signali chalinganda.

- Soniya hisoblovchni taym-aut hisobini quyidagi tarzda olib boradi: hakam xushtak chalib, taym-aut berilishi haqidagi ishorani ko'rsatgandan keyin darhol sekundometristni yoqadi; taym-autning 50 soniyasi yakuniga etgandan keyin o'z signalini



beradi; taym-aut tugaganda o'z signalini beradi.

- Soniya hisoblovchni o'yindagi tanaffus hisobini quyidagi tarzda olib boradi: Oldingi chorak yoki overtaym tugagandan so'ng darhol sekundomerni ishga tushiradi. Hakamlarni birinchi va uchinchi chorak boshlanishi haqida 3 daqiqa va 1,5 daqiqa oldin xabardor qiladi. Ikkinchi va to'rtinchi choraklardan va har overtaymdan 30 soniya oldin o'z signalini beradi; o'yindagi tanaffus tugagan zaxoti o'z signali beradi va bir vaqtning o'zida sekundomerni to'xtatadi.

#### **Taymer vazifalari:**

Taymer ixtiyoriga beriladi va u:

- Quyidagi hollarda taymerni ishga tushiradi yoki vaqt hisobini davom ettiradi: Jamoa o'yin maydonida jonli to'p ustidan nazoratni o'rnatganda. Shundan so'ng, raqibning to'pga oddiy tegishi, to'p nazorati jamoada qolgan taqdirda, taymerning yangi hisobi ochilishiga olib kelmaydi.

- to'pni o'yinga kiritishda to'p o'yinchiga tekkanda yoki maydondagi istalgan o'yinchi to'pga to'g'ri tekkanda.

To'pni nazorat qilib turgan jamoaga:

- to'pning autga chiqib ketishi;

- shu jamoa o'yinchisi jarohat olishi;

- shu jamoa tomonidan texnik fol sodir etilishi;

- bahsli to'p vaziyati yuzaga kelishi (to'p xalqa va shahit o'rtasida qolib ketgan holatlar bundan mustasno);

- bir jamoaga nisbatan o'zaro fol;

- har ikki jamoaga nisbatan bir hil jazo o'rnatilishi kompensatsiya natijasida to'pni o'yinga kiritish imkoniyat berilganda qolgan vaqt ko'rsatilgan holda vaqtni to'xtatadi. Lekin yangidan tiklanmaydi.

To'pni nazorat qilib turgan jamoaga fol (qoidabuzarlik) natijasida to'pni old zonada o'yinga kiritish imkoniyat berilganda qolgan vaqt ko'rsatilgan holda vaqtni to'xtatadi. Lekin bunda ham yangidan tiklanmaydi va to'pni o'z ichiga olinadi.

taymerda 14 yoki undan ortiq soniya aks etadi.

**Quyidagi hollarda vaqtni to'xtatadi va 24 soniyalik vaqtni yangidan tiklaydi (taymerda hech qanday ko'rsatkichlar bo'lmasligi kerak)**

- savatga to'p tushganda;

- to'p raqib savatining xalqasiga tegib, uning ustidan nazoratni bundan oldin to'pni nazorat qilmagan jamoa qo'lga olganda.

**Quyidagi hollarda jamoaga to'pni maydonning orqa zonasidan kiritish imkoniyati beriladi:**

- fol yoki qoidabuzarlik natijasida (lekin, to'p autga chiqqanda emas).

- bundan oldin to'pni nazorat qilmagan jamoa uchun belgilangan bahsli to'p vaziyati natijasida.

- To'pni nazorat qilib turgan jamoaga bog'liq bo'lmagan hatti-harakat tufayli o'yin to'xtatilishi natijasida.

- Jamoalarning hech biriga aloqasi bo'lmagan hatti-harakat tufayli o'yin to'xtatilishi natijasida, agar bu raqib jamoa uchun zararli vaziyatni keltirib chiqarmasa.

- Jamoaga jarima to'p (lari) belgilanadi.

**Quyidagi hollarda to'pni otish uchun taymerda 14 soniyalik vaqt aks etgan holatda vaqtni to'xtatadi va 14 soniyalik vaqtni yangidan tiklaydi:**

- quyidagi hollarda bundan oldin to'pni nazorat qilib turgan jamoaning o'ziga old zonada to'pni o'yinga kiritishga imkoniyat beriladi va to'p otish uchun taymerda 13 yoki undan kam soniya vaqt qoladi:

- fol (qoidabuzarlik) natijasida (lekin, to'p autga chiqqanda emas).

- To'pni nazorat qilib turgan jamoaga bog'liq bo'lmagan hatti-harakat tufayli o'yin to'xtatilishi natijasida.

- Jamoalarning hech biriga aloqasi bo'lmagan hatti-harakat tufayli o'yin to'xtatilishi natijasida, agar bu raqib jamoa uchun zararli vaziyatni keltirib chiqarmasa.



Bundan oldin to'pni nazorat qilib turmagan jamoaga quyidagi hollarda old zonadan to'pni o'yinga kiritish imkoniyati berilishi kerak:

- Personalfol yoki qoidabuzarlik natijasida (shu jumladan, to'p autga chiqqanda).

- Baxsli to'p vaziyatida.

Jamoaga o'z old zonasida to'pni o'yinga kiritish chizig'idan to'pni o'yinga kiritish imkoniyati sportga xos bo'lmagan va diskvalifikatsiyaga sabab bo'ladigan fol sodir etilishi natijasida beriladi.

To'pni o'yindan, so'nggi jarima to'pini amalga oshirishda yoki uzatishda muvaffaqiyatsiz otish (shu jumladan, to'p xalqa va shit orasida qolib ketgan vaziyatlar) natijasida to'p xalqaga tegishidan keyin, to'p nazorati to'p xalqaga tekkadan oldin to'pni nazorat qilib turgan jamoaning o'zi tomonidan o'rnatiladi.

O'yin soati to'rtinchi chorakda yoki o'z orqa zonasida to'pga egalik qilish huquqiga ega jamoa tomonidan olingan taym-autdan keyingi overtaymda 2:00 daqiqa yoki undan kam vaqtni ko'rsatganda, ushbu jamoaning murabbiyi o'yinni jamoaning old yoki orqa zonasida o'yin to'xtatilgan joyga eng yaqin joydan to'pni o'yinga kiritish chizig'idan otish yo'li bilan qayta boshlash kerakligini belgilashga haqli.

To'p jonsiz holatga o'tib, o'yin soati istalgan chorak yoki overtaymda to'xtatilganda va jamoalardan biri to'p ustidan yangi nazoratni o'rnatayotgan hamda o'yin soatida 14 soniyadan kam vaqt qolganda **o'chiradi**.

taymer signali o'yin soatini yoki o'yinni to'xtatmaydi va to'pning jonsiz bo'lishiga olib kelmaydi, jamoa to'pni nazorat qilib turgan vaziyatlar bundan mustasno.

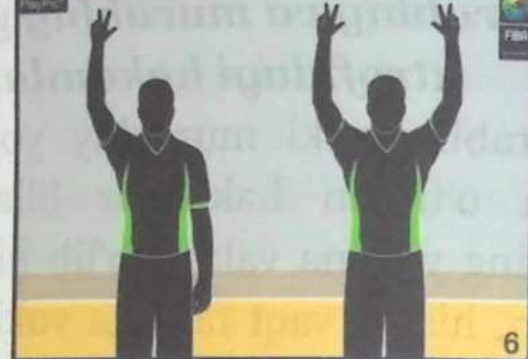
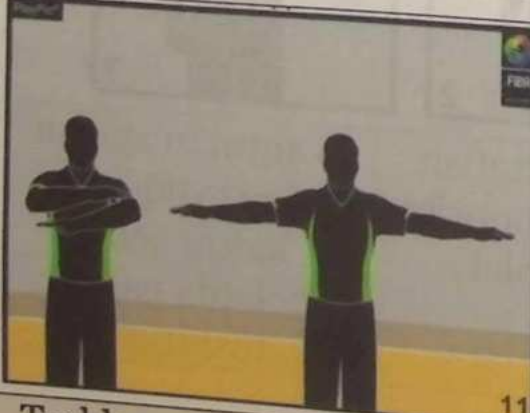
### **Murabbiy va murabbiy yordamchisining stol atrofida hakamlar bilan muloqoti**

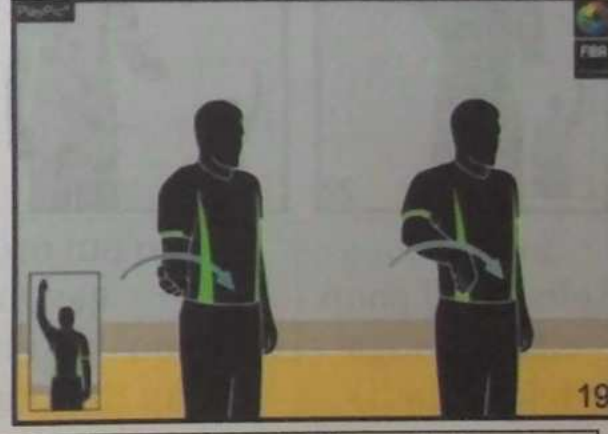
Murabbiy yoki murabbiy yordamchisi o'yin paytida stol atrofida o'tirgan hakamlar bilan muloqot qila oladigan jamoaning yagona vakili bo'lib hisoblanadi. U istagan paytida, masalan, hisob, vaqt tabloga yoki follar soniga tegishli bo'lgan ma'lumotni olmoqchi bo'lganida hamda bir daqiqali tanaffus olish uchun murojaat qilganida bu ishni qilishi mumkin. Uning hakamlar stoli atrofida o'tirgan hakamlar bilan o'zaro muloqot har vaqt o'yinning bir me'yorda kechishiga halaqit bermaydigan bo'lishi va osoyishtalik hamda vazminlik bilan o'tishi kerak. Agar murabbiy o'yinchini almashtirmoqchi bo'lsa, u zahiradagi o'yinchiga almashish to'g'risida kotibga murojaat qilishni taklifetadi. Bu iltimosni aytish uchun murabbiy hakamlar stoli oldiga borishi shart emas.

### **HAKAMLIK IMO-ISHORALARI**

|                                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  |  |
| Vaqtni to'xtatib turish<br>(o'ng qo'l yuqoriga kaft ochiq holat)                      | Vaqtni to'xtatish<br>(o'ng qo'l yuqoriga musht holat)                                 | Vaqtni to'xtatish<br>(qo'l yuqoriga kaftni ochiq holatda pastga tushirish)            |



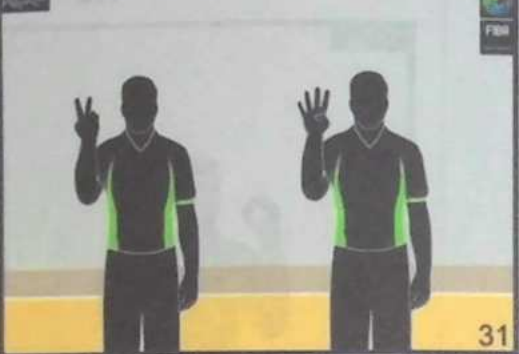
|                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                                                   |                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                          |     |                                 |                                                                                      |
| (bir ochko)<br>Ko'rsatkich<br>barmog'ini<br>ko'tarish va<br>tushirish                                     | (ikki ochko)<br>ikki<br>barmog'ini<br>ko'tarish va<br>tushirish                      | (3 ochkoli to'p tashlashga<br>urinish)<br>Uch barmoq ko'rsatiladi.<br>Muvaffaqiyatli bajarilgan 3<br>ochkoli to'p |                                                                                      |
|                         |    |                                 |  |
| O'yinchi<br>almashtirish                                                                                  | Almashgan<br>o'yinchini<br>Maydonga<br>chaqirish                                     | Daqiqalik<br>tanaffus<br>(Taymaut)                                                                                | Qo'llar musht<br>hollatda ikki<br>yonga<br>(mediya-taym-<br>aut)                     |
|                        |  |                                                                                                                   |                                                                                      |
| Tashlangan to'p xisoblanmaydi,<br>o'yin harakati xisoblanmaydi<br>(qo'llar gavda oldida qo'llarni yozish) |                                                                                      | Xisob ochilgani haqida<br>ko'rsatkich                                                                             |                                                                                      |

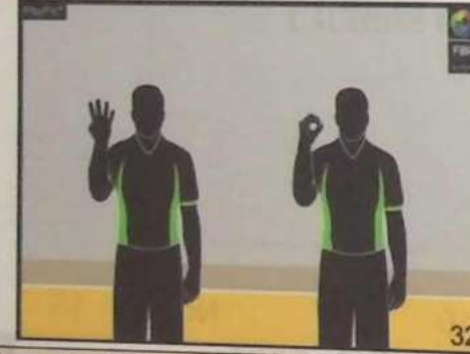
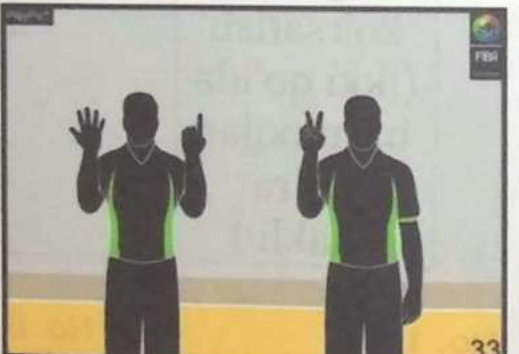
|                                                                                             |                                                                                             |                                                                                                               |                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>13   | <br>14   | <br>15                     | <br>16 |
| Stolhakamlari<br>bilanmuloqot                                                               | 24 yoki 14<br>soniyani<br>yangilanishihol<br>ati                                            | To'pning<br>maydon<br>tashqarisiga<br>chiqishi yoki<br>to'pni kiritish<br>yo'nalishini<br>ko'rsatish<br>(aut) | Bahsli<br>vaziyat bahsli<br>to'p<br>(ikki qo'l<br>oldinda katta<br>barmoqlar<br>yuqorida) |
| <br>17 | <br>18 | <br>19                   |                                                                                           |
| Qadamlar<br>ortiqcha<br>bosilishi holati<br>(Пробежка)                                      | To'pni<br>noto'g'ri olib<br>yurish                                                          | To'pni ushlab qolish<br>(пронос)                                                                              |                                                                                           |

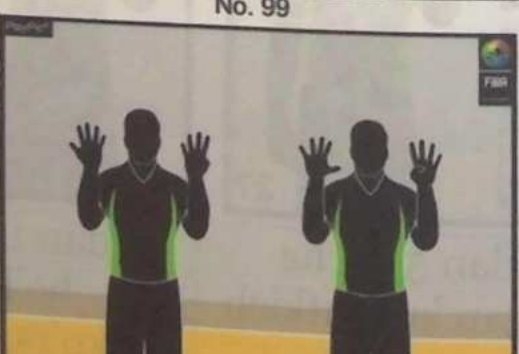






|                                                                                                           |                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>No. 16</p>  <p>30</p> | <p>No. 24</p>  <p>31</p> |
| <p>O'ng qo'lda ichki tomonlar bilan ikki barmoq (o'nlik) so'ng barmoqlar 6 lik ko'rsatiladi</p>           | <p>O'ng qo'lda ichki tomonlar bilan ikk ibarmoq (o'nlik) so'ng barmoqlar 4 lik ko'rsatiladi</p>            |

|                                                                                                            |                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>No. 40</p>  <p>32</p> | <p>No. 62</p>  <p>33</p> |
| <p>O'ng qo'lda ichki tomonlar bilan to'rt barmoq so'ng nol ko'rsatiladi</p>                                | <p>O'ng va chap qo'lda ichki tomonlar bilan oltita barmoq so'ng ikki ko'rsatiladi</p>                       |

|                                                                                                             |                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>No. 78</p>  <p>34</p> | <p>No. 99</p>  <p>35</p> |
| <p>O'ng va chap qo'lda ichki tomonlar bilan yetita barmoq so'ng sakkiz ko'rsatiladi</p>                     | <p>O'ng va chap qo'lda ichki tomonlar bilan to'qqizta barmoq so'ng to'qqiz ko'rsatiladi</p>                  |

|                                                                                               |                                                                                               |                                                                                               |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>36</p> |  <p>37</p> |  <p>38</p> |  |
| <p>Ushlab olish (chap qo'l oldinga musht holatda o'ng qo'l bilakdan tutadi)</p>               | <p>Noto'g'ri to'siq qo'yish (qo'llar bel qismiga qo'yiladi)</p>                               | <p>Raqibni to'psiz holatda itarish</p>                                                        | <p>Qo'lni ushlab qolish (chap qo'l o'ng qo'l bilakni ushlash)</p>                   |

|                                                                                                |                                                                                                        |                                                                                                             |                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>40</p> |  <p>41</p>         |  <p>42</p>              |  |
| <p>Qo'l bilan noto'g'ri foydalanish (qo'lni bilak qismiga tekkazish)</p>                       | <p>To'pni boshqarayotgan o'yinchiga turtulish (o'ng qo'l mushti bilan chap qo'l kaftiga tekkazish)</p> | <p>Qo'lda noto'g'ri (a'loqa) harakat qilish (chap qo'l musht elka oldiga o'ng qo'l bilakka tekkaziladi)</p> | <p>Qo'lga olish (o'ng qo'l yonga harakat)</p>                                        |









Foldan so'ng jarima to'pini otmaslik (o'ng qo'l ikki ta barmoq oldinga ko'rsatiladi)

Foldan so'ng to'pni boshqarishi kerak bo'lgan holat (o'ng qo'l musht oldinga ko'rsatiladi)



1 ta jarima to'pi (o'ng qo'l ko'rsatkich barmoq yuqoriga)

2 ta jarima to'pi (o'ng qo'likki ta barmoq yuqoriga)

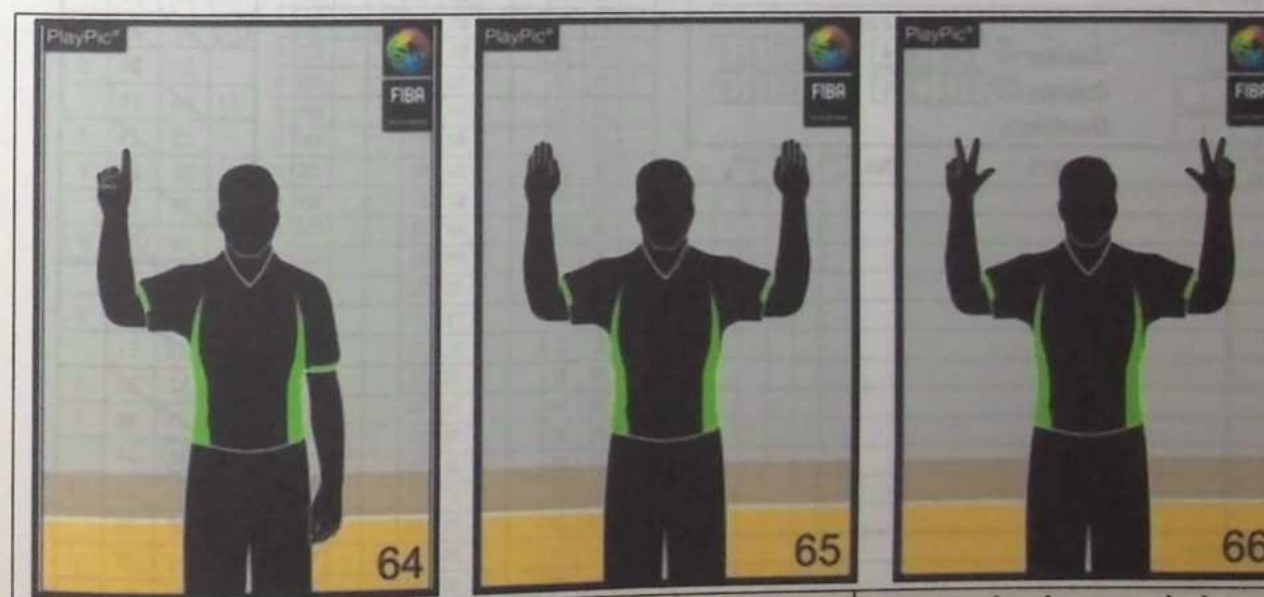
3 ta jarima to'pi (o'ng qo'l uchta barmoq yuqoriga)



Jarima to'pi (o'ng qo'l gorizontal holatda ko'rsatkich barmoq to'g'riga)

Jarima to'pi (o'ng qo'l gorizontal holatda ko'rsatkich barmoq to'g'riga)

Jarima to'pi (o'ng qo'l gorizontal holatda uchta barmoq to'g'riga)



1 ta jarima to'pi (ko'rsatkich barmoq yuqoriga)

2 ta jarima to'pi (kaftlar yuqoriga)

3 ta jarima to'pi (ikki qo'lda uchta barmoqlar yuqoriga)



## O'YIN PROTOKOLINI TO'LDIRISH NAMUNASI

[illegible]

| A    |      | B    |      |
|------|------|------|------|
|      | 1    | ●    | 6    |
|      | 2    | ●    | 6    |
| (6)  | 3    |      | 3    |
|      | 4    |      | 4    |
| 11   | 5    | 5    | (5)  |
| 11   | ●    | ●    | 5    |
|      | 7    |      | 7    |
| 10   | 8    |      | 8    |
|      | 9    | 9    | (10) |
|      | 10   |      | 10   |
| (10) | 11   |      | 11   |
|      | 12   | 12   | (7)  |
| 4    | 13   | 13   | 7    |
| 5    | 14   |      |      |
| 5    | (15) | 15   | 6    |
|      | 16   |      | 16   |
| 5    | 17   |      | 17   |
|      | 18   | (18) | (6)  |
| 6    | 19   |      | 19   |
|      | 20   | 20   | 9    |
|      | 21   |      | 21   |
| (11) | 22   | 22   | 9    |
|      | 23   | 23   | 9    |
| 11   | 24   |      | 24   |
|      | 25   |      | 25   |
|      | 26   | 26   | 7    |
| (5)  | 27   |      | 27   |
|      | 28   | (28) | 6    |
| 10   | 29   |      | 29   |
|      | 30   | 30   | 8    |
| 4    | 31   |      | 31   |
|      | 32   | 32   | 5    |
| 4    | 33   | 33   | 5    |
| 4    | (34) |      | 34   |
|      | 35   | 35   | 10   |
| 10   | 36   |      | 36   |
|      | 37   | 37   | 12   |
|      | 38   |      | 38   |
| (10) | 39   | 39   | 12   |
| 10   | 40   | 40   | 12   |

|                                        |                   |                      |                |             |                  |
|----------------------------------------|-------------------|----------------------|----------------|-------------|------------------|
| Scorer                                 | <u>N. MAIER</u>   | Scores               | Period ①       | A <u>15</u> | B <u>18</u>      |
| Assistant scorer                       | <u>O. SABAY</u>   |                      | Period ②       | A <u>19</u> | B <u>10</u>      |
| Timer                                  | <u>R. LEBLANC</u> |                      | Period ③       | A <u>26</u> | B <u>19</u>      |
| Shot clock operator                    | <u>K. AUSTIN</u>  |                      | Period ④       | A <u>16</u> | B <u>25</u>      |
|                                        |                   |                      | Extra periods  | A <u>/</u>  | B <u>/</u>       |
| Referee                                | <u>M. Walton</u>  | Final Score          | Team A         | <u>76</u>   | Team B <u>72</u> |
| Umpire 1                               | <u>G. Cheng</u>   | Name of winning team | <u>HOOPERS</u> |             |                  |
| Umpire 2                               | <u>K. Bartok</u>  |                      |                |             |                  |
| Captain's signature in case of protest |                   |                      |                |             |                  |

[illegible]

| Time-outs             |                | Team fouls |                    |      |
|-----------------------|----------------|------------|--------------------|------|
| 7                     | Quarter ①      | XXXX       | ② XXXX             |      |
| 9 10                  | Quarter ③      | XXXX       | ④ XXXX             |      |
|                       | Overtimes      |            |                    |      |
| Minutes<br>etc.       | Players        | No.        | Fouls<br>1 2 3 4 5 |      |
| 001                   | MAYER, F.      | 5          | 00 P               |      |
| 002                   | JONES, M.      | 8          | 00 P               |      |
| 003                   | SMITH, E.      | 9          | 00 P, U, P, P      |      |
| 004                   | FRANK, Y.      | 12         | 0 X, U, GO         |      |
| 010                   | NANCE, L.      | 18         | 00 P, U            |      |
| 012                   | KING, H. (CAP) | 22         | 00 P               |      |
| 014                   | WONG, P.       | 24         |                    |      |
| 015                   | RUSH, S.       | 25         | 0 P, P             |      |
| 021                   | MARTINEZ, M.   | 33         | 0 X, P, P, 1 GO    |      |
| 022                   | SANCHES, N.    | 42         | 0 X, P, U, P, U    |      |
| 024                   | MANOS, K.      | 55         | 0 X, P, D          |      |
| Head coach            | 789            | LOOR, A    | <i>AP</i>          | C.B. |
| First assistant coach | 555            | MONTA, R   |                    |      |

## Jamoa bayonnomasi (o'yindan oldin)

### Jamoa bayonnomasi (o'yindan keyin)

Kotib o'yin boshlanishidan 40 daqiqa oldin kelib quyidagi tarzda qaydnomani varaqasini tayyorlashi kerak. Qaydnomani to'ldirish uchun 2 xil rangdagi ruchkadan foydalanadi:

Birinchi va uchinchi chorak uchun **QIZIL**

Ikkinchi va to'rtinchi chorak uchun **KO'K** yoki **QORA**

Barcha qo'shimcha vaqtlar uchun barcha yozuvlar **KO'K** yoki **QORA** rangda (ikkinchi va to'rtinchi choraklardagi kabi) bo'lishi kerak. Qaydnoma elektron shaklda tayyorlanishi va to'ldirilishi mumkin. Har ikki jamoaning nomini jadvalning yuqori qismidagi tegishli katakchalarga kiritishi kerak. "A" jamoasi har doim mezbon jamoa jadvalda birinchi bo'lib ko'rsatiladi, boshqa jamoa "B" jamoasi bo'lishi kerak. "Musobaqa nomi", "O'yin raqami", "O'yinning sanasi, vaqti va



joyi" bosh hakam va hakamlarning millati (XOQ kodi) yoziladi.  
(21-rasm.)



FEDERATION INTERNATIONALE DE BASKETBALL  
INTERNATIONAL BASKETBALL FEDERATION  
**SCORESHEET**

Team A **HOOPERS**

Team B **POINTERS**

Competition **WCM** Date **22.11.2017** Time **20:00** Crew chief **WALTON, M. (USA)**  
Game No. **5** Place **GENEVA** Umpire 1 **CHANG, Y. (CHN)** Umpire 2 **BARTOK, K. (HUN)**

**21-rasm.**

Qaydnomaning yuqori qismini "A" jamoasi, pastki qismini "B" jamoasi egallaydi. Birinchi ustunda kotib har bir o'yinchini, bosh murabbiy va murabbiy yordamchining litsenziya raqamini (oxirgi 3 ta raqam) yoziladi. Ikkinchi ustunga bosh murabbiy yoki uning vakili tomonidan taqdim etilgan jamoa a'zolari ro'yxatidan foydalanib, har bir o'yinchining sharfini va ismini bosh harifi, forma raqamlari tartib bilan kiritiladi, jamoa sardorini ismidan so'ng (CAP) yozuvi bilan belgilab qo'yadidi.

Agar jamoada 12 nafardan kam o'yinchi bilan ifodalangan bo'lsa, kotib o'yinchining litsenziya raqami, sharfi va ismi, o'yinchi raqami, o'yindagi ishtiroki uchun belgilangan ustunlari oxiriga chiziq chizishi kerak, bunda oxirgi o'yinchining ma'lumotlari qayd etilgan. Agar jamoada 11 nafardan kam o'yinchi bo'lsa, chiziq gorizontaal ravishda fol bo'limiga tortilishi

| Licence no.           | Players        | No. | Player in | Fouls |           |   |   |   |
|-----------------------|----------------|-----|-----------|-------|-----------|---|---|---|
|                       |                |     |           | 1     | 2         | 3 | 4 | 5 |
| 001                   | MAYER, F.      | 5   |           |       |           |   |   |   |
| 002                   | JONES, M.      | 8   |           |       |           |   |   |   |
| 003                   | SMITH, E.      | 9   |           |       |           |   |   |   |
| 004                   | FRANK, Y.      | 12  |           |       |           |   |   |   |
| 010                   | NANCE, L.      | 18  |           |       |           |   |   |   |
| 012                   | KING, H. (CAP) | 22  |           |       |           |   |   |   |
| 014                   | WONG, P.       | 24  |           |       |           |   |   |   |
| 015                   | RUSH, S.       | 25  |           |       |           |   |   |   |
| 021                   | MARTINEZ, M.   | 33  |           |       |           |   |   |   |
| 022                   | SANCHES, N.    | 42  |           |       |           |   |   |   |
|                       |                |     |           |       |           |   |   |   |
| Head coach            |                |     |           | 788   | LOOR, A.  |   |   |   |
| First assistant coach |                |     |           | 555   | MONTA, B. |   |   |   |

**22-rasm.**

**Jamoa qaydnomasi (o'yindan oldin)**

Har bir jamoa uchun qaydnomaning pastki qismida jamoaning bosh murabbiyi va murabbiy yordamchisining ismlarini (BOSH HARFLAR BILAN) kiritishi kerak. qaydnomaning pastki qismida kotib o'z familiyasini, kotib yordamchisining shariflarini ismining (BOSH HARFLAR BILAN) yozishi kerak.

O'yin boshlanishidan kamida 10 daqiqa oldin har bir bosh murabbiy:

Guruhlaringiz a'zolarining ismlari va tegishli raqamlari bilan kelishuvingizni tasdiqlang.

Bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiyning ismlarini tasdiqlang.

Agar jamoada bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiy bo'lmasa, sardor o'yinchi-murabbiy vazifasini bajarishi kerak, belgilangan katakchaga sardor ismidan keyin (CAP) yozuvi bilan kiritilishi kerak. (23-rasm)



joyi” bosh hakam va hakamlarning millati (XOQ kodi) yoziladi.  
(21-rasm.)



FEDERATION INTERNATIONALE DE BASKETBALL  
INTERNATIONAL BASKETBALL FEDERATION  
**SCORESHEET**

Team A **HOOPERS**

Team B **POINTERS**

Competition **WCM** Date **22.11.2017** Time **20:00** Crew chief **WALTON, M. (USA)**  
Game No. **5** Place **GENEVA** Umpire 1 **CHANG, Y. (CHN)** Umpire 2 **BARTOK, K. (HUN)**

**21-rasm.**

Qaydnomaning yuqori qismini “A” jamoasi, pastki qismini “B” jamoasi egallaydi. Birinchi ustunda kotib har bir o’yinchini, bosh murabbiy va murabbiy yordamchining litsenziya raqamini (oxirgi 3 ta raqam) yoziladi. Ikkinchi ustunga bosh murabbiy yoki uning vakili tomonidan taqdim etilgan jamoa a’zolari ro’yxatidan foydalanib, har bir o’yinchining sharfini va ismini bosh harifi, forma raqamlari tartib bilan kiritiladi, jamoa sardorini ismidan so’ng (CAP) yozuvi bilan belgilab qo’yadidi.

Agar jamoada 12 nafardan kam o’yinchi bilan ifodalangan bo’lsa, kotib o’yinchining litsenziya raqami, sharfi va ismi, o’yinchi raqami, o’yindagi ishtiroki uchun belgilangan ustunlari oxiriga chiziq chizishi kerak, bunda oxirgi o’yinchining ma’lumotlari qayd etilgan. Agar jamoada 11 nafardan kam o’yinchi bo’lsa, chiziq gorizontal ravishda fol bo’limiga tortilishi

| Licence no.           | Players        | No. | Player in | Fouls |   |   |   |   |
|-----------------------|----------------|-----|-----------|-------|---|---|---|---|
|                       |                |     |           | 1     | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 001                   | MAYER, F.      | 5   |           |       |   |   |   |   |
| 002                   | JONES, M.      | 8   |           |       |   |   |   |   |
| 003                   | SMITH, E.      | 9   |           |       |   |   |   |   |
| 004                   | FRANK, Y.      | 12  |           |       |   |   |   |   |
| 010                   | NANCE, L.      | 18  |           |       |   |   |   |   |
| 012                   | KING, H. (CAP) | 22  |           |       |   |   |   |   |
| 014                   | WONG, P.       | 24  |           |       |   |   |   |   |
| 015                   | RUSH, S.       | 25  |           |       |   |   |   |   |
| 021                   | MARTINEZ, M.   | 33  |           |       |   |   |   |   |
| 022                   | SANCHES, N.    | 42  |           |       |   |   |   |   |
|                       |                |     |           |       |   |   |   |   |
|                       |                |     |           |       |   |   |   |   |
| Head coach            |                | 788 | LOOR, A.  |       |   |   |   |   |
| First assistant coach |                | 555 | MONTA, B. |       |   |   |   |   |

**22-rasm.**

**Jamoa qaydnomasi (o’yindan oldin)**

Har bir jamoa uchun qaydnomaning pastki qismida jamoaning bosh murabbiyi va murabbiy yordamchisining ismlarini (BOSH HARFLAR BILAN) kiritishi kerak. qaydnomaning pastki qismida kotib o’z familiyasini, kotib yordamchisining shariflarini ismining (BOSH HARFLAR BILAN) yozishi kerak.

O’yin boshlanishidan kamida 10 daqiqa oldin har bir bosh murabbiy:

Guruhlaringiz a’zolarining ismlari va tegishli raqamlari bilan kelishuvingizni tasdiqlang.

Bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiyning ismlarini tasdiqlang.

Agar jamoada bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiy bo’lmasa, sardor o’yinchi-murabbiy vazifasini bajarishi kerak, belgilangan katakchaga sardor ismidan keyin (CAP) yozuvi bilan kiritilishi kerak. (23-rasm)



joyi” bosh hakam va hakamlarning millati (XOQ kodi) yoziladi.  
(21-rasm.)



FEDERATION INTERNATIONALE DE BASKETBALL  
INTERNATIONAL BASKETBALL FEDERATION  
**SCORESHEET**

Team A **HOOPERS**

Team B **POINTERS**

Competition **WCM** Date **22.11.2017** Time **20:00** Crew chief **WALTON, M. (USA)**  
Game No. **5** Place **GENEVA** Umpire 1 **CHANG, Y. (CHN)** Umpire 2 **BARTOK, K. (HUN)**

**21-rasm.**

Qaydnomaning yuqori qismini “A” jamoasi, pastki qismini “B” jamoasi egallaydi. Birinchi ustunda kotib har bir o’yinchini, bosh murabbiy va murabbiy yordamchining litsenziya raqamini (oxirgi 3 ta raqam) yoziladi. Ikkinchi ustunga bosh murabbiy yoki uning vakili tomonidan taqdim etilgan jamoa a’zolari ro’yxatidan foydalanib, har bir o’yinchining sharfini va ismini bosh harifi, forma raqamlari tartib bilan kiritiladi, jamoa sardorini ismidan so’ng (CAP) yozuvi bilan belgilab qo’yadidi.

Agar jamoada 12 nafardan kam o’yinchi bilan ifodalangan bo’lsa, kotib o’yinchining litsenziya raqami, sharfi va ismi, o’yinchi raqami, o’yindagi ishtiroki uchun belgilangan ustunlari oxiriga chiziq chizishi kerak, bunda oxirgi o’yinchining ma’lumotlari qayd etilgan. Agar jamoada 11 nafardan kam o’yinchi bo’lsa, chiziq gorizontal ravishda fol bo’limiga tortilishi

| Licence no.           | Players   |          | No. | Player in | Fouls |        |    |   |   |
|-----------------------|-----------|----------|-----|-----------|-------|--------|----|---|---|
|                       |           |          |     |           | 1     | 2      | 3  | 4 | 5 |
| 001                   | MAYER,    | F.       | 5   |           |       |        |    |   |   |
| 002                   | JONES,    | M.       | 8   |           |       |        |    |   |   |
| 003                   | SMITH,    | E.       | 9   |           |       |        |    |   |   |
| 004                   | FRANK,    | Y.       | 12  |           |       |        |    |   |   |
| 010                   | NANCE,    | L.       | 18  |           |       |        |    |   |   |
| 012                   | KING,     | H. (CAP) | 22  |           |       |        |    |   |   |
| 014                   | WONG,     | P.       | 24  |           |       |        |    |   |   |
| 015                   | RUSH,     | S.       | 25  |           |       |        |    |   |   |
| 021                   | MARTINEZ, | M.       | 33  |           |       |        |    |   |   |
| 022                   | SANCHES,  | N.       | 42  |           |       |        |    |   |   |
| Head coach            |           |          |     |           | 788   | LOOR,  | A. |   |   |
| First assistant coach |           |          |     |           | 555   | MONTA, | B. |   |   |

**22-rasm.**

**Jamoa qaydnomasi (o’yindan oldin)**

Har bir jamoa uchun qaydnomaning pastki qismida jamoaning bosh murabbiyi va murabbiy yordamchisining ismlarini (BOSH HARFLAR BILAN) kiritishi kerak. qaydnomaning pastki qismida kotib o’z familiyasini, kotib yordamchisining shariflarini ismining (BOSH HARFLAR BILAN) yozishi kerak.

O’yin boshlanishidan kamida 10 daqiqa oldin har bir bosh murabbiy:

Guruhlaringiz a’zolarining ismlari va tegishli raqamlari bilan kelishuvingizni tasdiqlang.

Bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiyning ismlarini tasdiqlang.

Agar jamoada bosh murabbiy va birinchi yordamchi murabbiy bo’lmasa, sardor o’yinchi-murabbiy vazifasini bajarishi kerak, belgilangan katakchaga sardor ismidan keyin (CAP) yozuvi bilan kiritilishi kerak. (23-rasm)



|                       |     |                |  |  |  |
|-----------------------|-----|----------------|--|--|--|
| Head coach            | 607 | KING, H. (CAP) |  |  |  |
| First assistant coach |     |                |  |  |  |

23-rasm.

Qaydnomaning "o'yinchi" ustunidagi o'yinchi raqami yoniga kichik "x" belgisi qo'yib, o'yinni boshlashi kerak bo'lgan 5 ta o'yinchilar ko'rsatiladigan. Bu ma'lumotni birinchi bo'lib "A" jamoasi bosh murabbiyi berishi kerak. Shundan keyin kotib, o'yinni boshlaydigan har bir jamoaning 5 o'yinchisi uchun "x" belgisini yozib qo'yadi.

#### Taym-Autlar

Berilgan taym-autlar jamoa nomi tagidagi katakchalarga chorak yoki qo'shimcha vaqt uchun o'yin vaqtining daqiqasini kiritish orqali qaydnomaga yozilishi kerak.

Har bir yarim va qo'shimcha vaqt oxirida foydalanilmagan katakchalar ichiga 2 ta parallel gorizontaal chiziq chizilishi kerak.

Agar to'rtinchi chorakda o'yin soati 2:00 daqiqa qolganini ko'rsatguncha jamoa birinchi taym-autdan foydalanilmagan bo'lsa, o'sha jamoaning o'yin ikkinchi yarmi uchun berilgan birinchi katakchaga kotib 2 ta gorizontaal chiziq chizilishi kerak.

Follar (qoidaga rioya qilmaslik)

Follar- shaxsiy, texnik, sportchiga xos bo'lmagan yoki diskvalifikatsiya bo'lishi mumkin va ular qoidani buzgan o'yinchi nomiga yoziladi.

Bosh murabbiy, birinchi yordamchi murabbiy, zaxira o'yinchilari, o'yindan chetlatilgan o'yinchilar va ularga hamroh bo'lgan delegatsiya a'zolari tomonidan sodir etilgan follar texnik yoki diskvalifikatsion follar bo'lishi mumkin va ular bosh murabbiyga yozilishi kerak.

Barcha follar quyidagicha qayd etilishi kerak:

Shaxsiy fol "P" harfini yozish orqali ko'rsatiladi.

O'yinchiga nisbatan texnik fol "T" harfini yozish orqali ko'rsatiladi.

Ikkinchi texnik fol, shuningdek, keyingi katakchaga o'sha o'yin uchun "GD" diskvalifikatsiyasi bilan "T" belgisini kiritish orqali yozilishi kerak.

Bosh murabbiy o'zining sportga xos bo'lmagan shaxsiy xatti-harakati uchun texnik fol "C" harfi bilan yoziladi. Ikkinchi shunday texnik fol ham keyingi katakchaga "C" harfini va keyin "GD"ni yozish orqali ko'rsatiladi.

O'yinchiga nisbatan sportga xos bo'lmagan fol "U" harfini yozish orqali ko'rsatiladi.

Ikkinchi sportga xos bo'lmagan fol ham keyingi katakchaga "U" harfini va keyin "GD" ni kiritish orqali yozilishi kerak.

Diskvalifikatsiya qiluvchi fol "D" harfini yozish orqali ko'rsatiladi.

Jarima chizig'idan otiladigan to'plar "P", "T", "C", "B", "U" ning soni (1, 2 yoki 3) mos keladigan raqamni qo'shish orqali ko'rsatilishi kerak yoki "D".

#### Joriy hisob

Kotib xronologik tartibda har bir jamoa to'plagan umumiy ochkolarni yozib borishi kerak. Qaydnomada joriy hisob uchun 4 ta asosiy ustun mavjud. Asosiy ustunlarning har biri 4 ta ustunga bo'lingan. Chapdagi 2 ta ustun "A" jamoasi uchun, o'ngdagi 2 ta ustun esa "B" jamoasi uchun. Markaziy ustunlar har bir jamoa uchun joriy ball (160 hisob) uchun ajratilgan. (24-rasm)

| Time-outs             |                |     | Team fouls                                                      |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
|-----------------------|----------------|-----|-----------------------------------------------------------------|--------|---|---|--------|---|--|--|--|--|--|
| 7                     |                |     | Quarter ①                                                       | XXXXXX |   | ② | XXXXXX |   |  |  |  |  |  |
| 9 10                  |                |     | Quarter ③                                                       | XXXX4  |   | ④ | XXXXXX |   |  |  |  |  |  |
|                       |                |     | Overtimes                                                       |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
|                       |                |     |                                                                 |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| Licence no.           | Players        | No. | Player in                                                       | Fouls  |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
|                       |                |     |                                                                 | 1      | 2 | 3 | 4      | 5 |  |  |  |  |  |
| 001                   | MAYER, F.      | 5   | ⊗ P <sub>2</sub>                                                |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 002                   | JONES, M.      | 8   | ⊗ P <sub>1</sub> P <sub>2</sub>                                 |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 003                   | SMITH, E.      | 9   | ⊗ P <sub>2</sub> U <sub>1</sub> P P <sub>1</sub>                |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 004                   | FRANK, Y.      | 12  | ⊗ T <sub>1</sub> U <sub>1</sub> GD                              |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 010                   | NANCE, L.      | 18  | ⊗ P U <sub>1</sub>                                              |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 012                   | KING, H. (CAP) | 22  | ⊗ P <sub>1</sub>                                                |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 014                   | WONG, P.       | 24  |                                                                 |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 015                   | RUSH, S.       | 25  | ⊗ P <sub>1</sub> P <sub>2</sub>                                 |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 021                   | MARTINEZ, M.   | 33  | ⊗ T <sub>1</sub> P <sub>1</sub> T <sub>1</sub> GD               |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 022                   | SANCHES, N.    | 42  | ⊗ P <sub>1</sub> P <sub>2</sub> U <sub>1</sub> P U <sub>1</sub> |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| 024                   | MANOS, K.      | 55  | ⊗ P <sub>1</sub> D <sub>2</sub>                                 |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| Head coach            |                | 788 | LOOR, A.                                                        |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |
| First assistant coach |                | 555 | MONTA, B.                                                       |        |   |   |        |   |  |  |  |  |  |

24-rasm.

Jamoa qaydnomasi (o'yindan keyin)



Muvaffaqiyatli tushgan to'p, joriy hisobga diagonal chiziq (o'ng qo'llar uchun '/') yoki chap qo'llar uchun '\') va jarima to'pini qora doirani "•" jamoaning yangi umumiy hisob raqamiga chiziladi.

Keyin xuddi shu tomonda bo'sh katakka umumiy hisob belgilangan joyda ('/', '\') yoki "•" belgisi yonida), o'yin jarayonida yoki jarima to'pini muvaffaqiyatli tushirgan o'yinchining raqami yozilishi kerak.

3 ochkolik muvaffaqiyatli tushirgan o'yinchi raqami atrofi aylana bilan belgilanishi kerak.

O'yinchi o'z halqasiga tasodifan kiritgan to'p, raqib jamoa sardoriga qayd etishi kerak.

Har bir chorak yoki qo'shimcha vaqt oxirida kotib har bir jamoa to'plagan chorak yakuniy hisoblarni qalin doira ichida (o) aylantiradi, so'ngra ushbu hisoblarlar tagiga va oxirgi to'pni kiritgan o'yinchilarning raqamlari ostiga qalin gorizontall chiziq chizadi. Har bir chorak yoki qo'shimcha vaqt boshida kotib to'xtagan joydan davom etib, joriy hisobni xronologik tartibda yozishni davom ettirishi kerak.

Iloji bo'lsa kotib hisob varag'idagi joriy ballni tablo yordamida tekshirishi kerak. Agar nomuvofiqlik bo'lsa va uning balli to'g'ri bo'lsa, kotib darhol tablani tuzatish uchun choralar ko'rishi kerak. (25-rasm)

Xulosa natijalari

Har bir chorak va oxirgi qo'shimcha vaqt oxirida chorak va barcha qo'shimcha vaqtlar uchun hisobni jadvalning pastki qismidagi tegishli katakchaga yozib qo'yishi kerak.

| A  | B  |
|----|----|
| 1  | 6  |
| 2  | 6  |
| 3  | 3  |
| 4  | 4  |
| 5  | 5  |
| 6  | 5  |
| 7  | 7  |
| 8  | 8  |
| 9  | 10 |
| 10 | 10 |
| 11 | 11 |
| 12 | 12 |
| 13 | 7  |
| 14 | 14 |
| 15 | 6  |
| 16 | 16 |
| 17 | 17 |
| 18 | 6  |
| 19 | 19 |
| 20 | 9  |
| 21 | 21 |
| 22 | 9  |
| 23 | 9  |
| 24 | 24 |
| 25 | 7  |
| 26 | 7  |
| 27 | 6  |
| 28 | 28 |
| 29 | 29 |
| 30 | 8  |
| 31 | 31 |
| 32 | 5  |
| 33 | 5  |
| 34 | 34 |
| 35 | 10 |
| 36 | 36 |
| 37 | 12 |
| 38 | 38 |
| 39 | 12 |
| 40 | 12 |

25-rasm.  
Joriy hisob

|    |    |    |
|----|----|----|
| 7  | 7  | 6  |
| 7  | 71 |    |
| 7  | 72 | 6  |
|    | 73 | 73 |
| 9  | 74 | 74 |
|    | 75 | 75 |
| 11 | 76 | 76 |
|    | 77 | 77 |
|    | 78 | 78 |
|    | 79 | 79 |
|    | 80 | 80 |

26-rasm

O'yin tugagandan so'ng darhol kotib "O'yin tugadi (ss:mm)" ustuniga vaqtni yozib qo'yishi kerak.

O'yin oxirida kotib har bir jamoa tomonidan to'plangan hisobning, shuningdek, oxirgi hisobni to'plagan o'yinchilarning raqamlari ostida 2 ta qalin gorizontall chiziq chizishi kerak.

Shuningdek, u har bir jamoa uchun qolgan raqamlarni (joriy hisob) kesib o'tib, ustunning oxiriga diagonal chiziq chizishi kerak.

O'yin oxirida kotib yakuniy hisobni va g'olib jamoa nomini yozib qo'yishi kerak.

Keyin barcha stol hakamlari o'z ismlari yonida imzo qo'yishlari kerak.

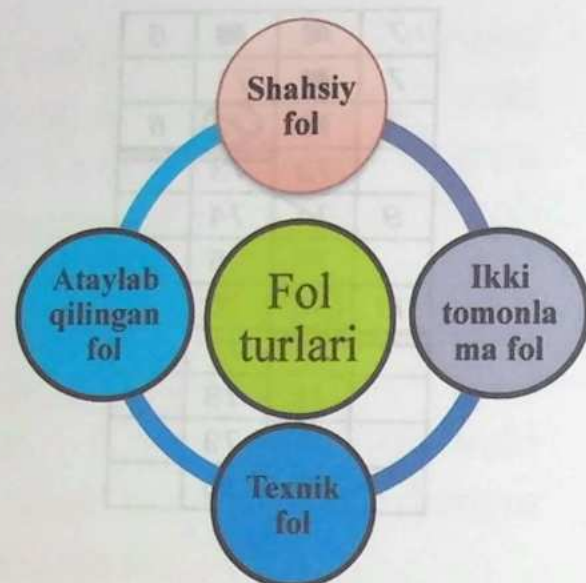
qaydnomani hakam(lar) imzolagandan so'ng, bosh hakam oxirgi bo'lib uni tasdiqlashi va imzolashi kerak.

Bu harakat hakamlarning o'yin yurisdiksiyasining tugashini va ularning o'yin bilan aloqasini anglatadi.

### Qoidalariga rioya qilmaslik va jazo

Qoida buzilishi – bu qoidalariga rioya qilmaslikdir. Bunda qoidani buzgan jamoa tomonidan to'pning yo'qotilishi jazo bo'lib hisoblanadi.





**Fol** - bu qoidalarga rioya qilmaslik. U qoidani buzgan o'yinchi nomiga yoziladigan va qoidaning moddalariga shartlariga muvofiq munosib darajada jazolanadigan raqib bilan shahsiy muloqotni yoki sportchilarga zid bo'lgan hatti-harakatlarni o'z ichiga oladi.

**Shahsiy fol** - bu to'p o'yinda jonli yoki jonsiz bo'lishi yoki bo'lmasligidan qat'iy nazar, raqib bilan to'qnashuvni sodir qilgan o'yinchiga berilgan foldir.

O'yinchi qo'llari, elkalari, sonlari va tizzalarini qo'yib, o'z tanasini odatdagidan tashqari holatda bukib, raqibning harakatlanishiga halaqit berishi, to'qnashishi, oyog'idan chalishi, itarishi, oyog'idan ushlab qolishi, yo'lini to'sishi hamda qanday bo'lsa ham qo'pol texnika qo'llashi mumkin emas.

**Ikki tomonlama fol** - ikkita raqib o'yinchi bir vaqtning o'zida bir-biriga qarshi fol sodir qilgan vaziyatda belgilanadi.

**Texnik fol** o'yinchilarga, zahiradagilarga, murabbiyga va uning yordamchisiga berilishi mumkin. Agar o'yinchi hakamlar ko'rsatmalarini mensimasa yoki sportchilarga xos bo'lmagan "texnika" qo'llasa texnik fol beriladi.

**Ataylab qilingan fol** - hakamning fikricha, o'yinchi tomonidan to'p bilan yoki to'psiz harakatlanayotgan raqibiga nisbatan qasddan qilingan shahsiy foldir. Bu qilingan hatto-harakatning jiddiyligi bilan belgilanmaydi, balki oldindan

o'ylangan yoki mo'ljallangandek ko'rinadigan to'qnashuv bo'lib hisoblanadi. Ataylab qilingan follarni takrorlagan o'yinchi o'yinda qatnashish huquqidan mahrum qilinishi mumkin.

**O'yinda qatnashish huquqidan mahrum (diskvalifikatsiya) qilinadigan fol.** Shahsiy va texnik follarda qayd qilinganlarga sportchilarga xos bo'lmagan darajada rioya qilmaslik - o'yinda qatnashish huquqidan mahrum qiladigan fol (diskvalifikatsiya foli) hisoblanadi. Ikkita jarima to'pi tashlanadi hamda to'p "zona chizig'i"dan jarima to'pi otgan jamoa o'yinchisi tomonidan o'yinga kiritiladi.

**Jarima to'plarini otish bilan jazolanadigan fol.** Hakam fol bo'lganligini qayd qilganda, agar bu fol uchun jarima chizig'idan savatga to'p (to'plar) otish bilan aybdor jamoni jazolash lozim bo'lsa, u barmoqlari bilan aybdor jamoaning jarima chizig'ini ko'rsatadi.

Jamoaning to'rtta foli. Har bir jamoa o'yinchisining yoki o'yinchilarining olgan follari soni 4 ta bo'lsa, bundan keyingi oladigan follari uchun jarima chizig'idan 2 ta jarima to'pi otish imkoniyati raqib jamoasiga beriladi. Har bir chorakda jamoani 4 ta foli alohida-alohida hisoblanadi.

### 2.3. Musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish uslubi

Sport musobaqalari sportchilarning malakalarini oshirishda katta ahamiyatga ega. Ular jismoniy, texnik, taktik, ruhiy, funksional tayyorgarliklarni aniqlashga va takomillashtirishga yordam beradi hamda qilinayotgan mehnatni natijasini ko'rsatadi.

To'g'ri va yaxshi tashkil qilingan musobaqalar katta tarbiyaviy ahamiyatga ega, chunki musobaqalar faqat jismoniy sifatlargagina (kuchlilik, chidamlilik, tezkorlik va egiluvchanlik) emas, balki ruhiy-psixologik sifatlarga ham katta ta'sir ko'rsatadi.

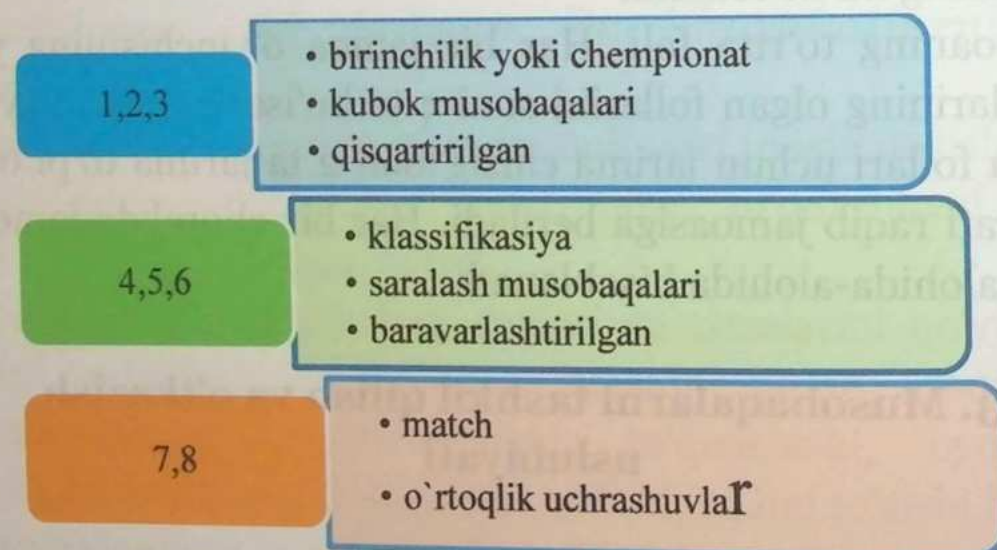


Musobaqa davrida sportchilarning tashkilotchilik, o'zini tuta bilishlik, jamoa maqsadini o'z maqsadidan yuqori qo'ya olishlik kabi yana bir qancha sifatleri ham takomillashadi.

Musobaqalarda qatnashuvchilar avvalombor, tajriba almashadilar, murabbiylar esa yangi trenirovka usullarini sinovdan o'tkazish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Shuningdek, sport musobaqalari sport turlarini targ'ib qilishning eng yaxshi va hammabop shakllaridan hisoblanadi.

Mamlakatimizda musobaqalar o'tkazilishi tufayligina sport o'yinlaridan basketbol, basketbol, futbol, gandbol, tennis va boshqalar ommaviylashdi. Demak, musobaqasiz sportning bo'lishi mumkin emas.

### Musobaqalarning turlari



### 2-andoza

Musobaqalar qo'yilgan vazifalargagina qarab: birinchiliklar yoki chempionatlar, kubok musobaqalari, qisqartirilgan, baravarlashtirilgan, klassifikasiya va saralash musobaqalari, match va o'rtoqlik uchrashuvlar kabi turlarga bo'linadi.

**Birinchiliklar yoki chempionatlar** eng katta musobaqalardan bo'lib, ularda kollektiv, tuman, shahar, respublika chempioni degan faxriy unvon beriladi.

Ular yilda bir marta o'tkaziladi. Birinchilik g'oliblari oltin, kumush va bronza medallari bilan mukofotlanadilar.

**Kubok musobaqalari** "yutkazgan chiqib ketish" prinsipida o'tkaziladi. Bu musobaqalar ko'p vaqt talab qilmaydi va ko'p qatnashuvchilarni jalb qilish imkonini beradi.

Qatnashuvchilarning tayyorgarligi har xil bo'lganligi uchun kuchliroq jamoalarning uchrashuvlarini oxirgi bosqichlarga mo'ljallash kerak.

**Qisqartirilgan musobaqalar** (blis turnirlar)da ko'p jamoalar qatnashganlari holda bir kunda o'tkaziladi. Buning uchun o'yin vaqti 30 minutgacha qisqartiriladi. Bunday musobaqalar mavsumning ochilishiga yoki bayramlarga bag'ishlab o'tkaziladi.

**Baravarlashtirilgan musobaqalar** tayyorgarligi har xil bo'lgan jamoalar orasida o'tkaziladi. Jamoalarning qiziqishini saqlab qolish uchun kuchsizrok jamoaga oldindan yoki uchrashuv tamom bo'lgandan so'ng qo'shimcha ochkolar beriladi.

**Klassifikasiya musobaqalari** jamoalarning (o'yinchilarning) tayyorgarligini aniqlash, sport klassifikasiyasining razryad talablarini bajarish maqsadida o'tkaziladi.

**Saralash musobaqalari** tayyorgarligi eng yaxshi jamoalarni (o'yinchilarni) aniqlab, keyingi yirik musobaqalarda qatnashtirish uchun o'tkaziladi.

**Match uchrashuvlari musobaqalar** kalendarida ko'zda tutilgan va an'anaviy hisoblanadi. Uchrashuvlarda ikki va undan ortiq jamoalar qatnashishi mumkin. Musobaqalarning bunday turlari alohida shaharlar, viloyatlar hamda chet davlatlar orasida do'stlik munosabatlarining rivojlanishiga yordam beradi.

**O'rtoqlik uchrashuvlari** bo'lajak musobaqalarga va sport trenirovkasining ba'zi bir bo'limlari bo'yicha tayyorgarlikni aniqlash maqsadida ayrim jamoalar o'rtasida o'tkaziladi.



### Musobaqa o'tkazish tizimlari

Musobaqa paytida hamma jamoalarga g'alaba uchun kurashishga bir xil sharoit yaratib berish va g'oliblarni haqiqiy natijalar asosida aniqlash kerak.

Musobaqalarni o'tkazish tizimlari har xil bo'lishi mumkin.

Lekin u yoki bu tizimlarni tanlashda quyidagi sharoitlarni hisobga olish lozim:

- a) musobaqa oldida turgan vazifalarni ;
- b) musobaqa o'tkazish sharoitlarini;
- v) qatnashuvchi jamoalarning sonini;
- g) o'tkazilayotgan musobaqaning turlarini;
- d) qatnashuvchilarning sport tayyorgarligi va ishlab chiqarishda bandligini;
- e) musobaqa o'tkazish joylarining bandligi, soni va hududiy joylashuvini.

Umuman olganda sport o'yinlari musobaqalarini O'tkazish amaliyotida asosan ikkita (chiqib ketish va aylanma) tizim qo'llaniladi.

Bu ikki tizimning qo'shilishi natijasida uchinchi – aralash tizim paydo bo'ladi.

### Chiqib ketish tizimi bo'yicha musobaqalar o'tkazish.

Bu tizim bo'yicha musobaqalar o'tkazilganda uchrashuvda yutqazgan jamoa keyingi uchrashuvlarda qatnashmaydi. Natijada musobaqa oxirida biror marta ham yutqazmagan jamoa qoladi. Ana shu jamoa g'olib hisoblanadi. Oxirgi (final) uchrashuvda g'olib jamoaga yutqazgan jamoa ikkinchi hisoblanadi.

Bu tizimning afzalligi shundaki, agar 64 jamoa bilan aylanma tizim bo'yicha musobaqa o'tkazish uchun 63 kalendar kuni talab qilinadigan bo'lsa, chiqib ketish tizimsi bo'yicha esa faqat 6 kalendar kunining o'zi kifoya. Lekin u bir qator kamchiliklarga ham ega.

Bu tizim barcha jamoalarning haqiqiy o'yinlarini aniqlash imkonini bermaydi va shu usul qo'llanilganda aksariyat jamoalar juda kam uchrashuvlarda qatnashadi.

Birorta kuchli jamoa birinchi kunning o'zida mag'lubiyatga uchrab, musobaqalardan chiqib ketishi mumkin.

Chiqib ketish tizimi bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda hamma uchrashuvlar biror jamoaning g'alabasi bilan tugallanishi lozim.

Bu tizim ikki variantdan iborat:

a) bir marta mag'lubiyatga uchragandan keyin chiqib ketish;

b) ikki marta mag'lubiyatga uchragandan keyin chiqib ketish (ikkinchi variant juda kam hollarda qo'llaniladi).

Bir marta mag'lubiyatga uchrab chiqib ketish usuli bilan o'tkaziladigan musobaqa uchun quyidagicha kalendar tuziladi. Avval musobaqada qatnashayotgan jamoalarning uchrashuv tartibini belgilaydigan jadval tuziladi. So'ng qur'a yordamida har bir jamoaning jadvaldagi tartib nomeri aniqlanadi.

Agarda qatnashayotgan jamoalarning soni  $2^n$  (4, 8, 32, 64 va boshqa)ga teng bo'lsa, u holda hamma jamoalar musobaqaga birinchi kalendar kunida qatnashadilar. Birinchi turda jadvalda yonma-yon turgan jamoalar uchrashadi: birinchi jamoa ikkinchi bilan, uchinchi jamoa to'rtinchi jamoa bilan va h.k. Ikkinchi turda birinchi turning g'oliblari qatnashadilar: birinchi juftning g'olibi ikkinchi juft g'olibi bilan uchrashadi va h.k.

Bir mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish usuli (olimpiya usuli deb ham ataladi) bilan musobaqa o'tkazish tashkil qilinsa usuli deb ham ataladi) bilan musobaqa o'tkazish tashkil qilinsa va bunga necha kun kerakligini aniqlash lozim bo'lsa, ko'yidagi qoidani qo'llash mumkin. Qatnashuvchi jamoalar soni ikkinchi darajasiga ( $2^n$ ) teng bo'lsa, ya'ni  $2^2$ ,  $2^3$ ,  $2^4$ ,  $2^5$ ,  $2^6$  va hokazo, darajani ko'rsatib turgan son (daraja ko'rsatkichi) necha bo'lsa, shuncha kun kerak bo'ladi.

Daraja ko'rsatkichi musobaqa necha turdan iborat ekanligini ham bildiradi. Misol uchun:



a) 8 ta jamoa (sakkiz ikkining uchinchi darajasi, ya'ni  $2^3$  ga teng) ishtirok etadigan musobaqa 3 turdan iborat bo'lib, uch kun davom etadi. Agar qatnashuvchi jamoalarning soni  $2^n$  darajasidan ortiq bo'lsa, u holda daraja ko'rsatkichiga 1 sonini qo'shish bilan musobaqa necha turdan iborat ekanligini hamda necha kun kerakligini aniqlab olinadi. Misol uchun,

b) 10 ta jamoa ishtirokidagi musobaqa g'olibini aniqlash uchun 4 kun kerak bo'ladi. Nega deganda, 10 ikkining uchinchi darajasi –  $2^3$  dan, ya'ni 8 dan ortiq, shuning uchun yuqorida aytganimizdek daraja ko'rsatkichiga (bu yerda uchga) 1 sonini qo'shamiz va hosil bo'lgan son (bu misolda  $3+1=4$ ), ya'ni yig'indi musobaqa necha turdan iborat ekanligini va necha kun kerakligini anglatadi.

Yuqorida ta'kidlab o'tganlarimizni quyidagi formulalar orqali ifodalasa bo'ladi:

a)  $2^n = a \Rightarrow n = t$ , ya'ni  $2^3 = 8 \Rightarrow 3 = 3$

b)  $2^n < a \Rightarrow n + 1 = t$ , ya'ni  $2^3 < 10 \Rightarrow 3 + 1 = 4$

Eslatma:

**a** – musobaqada ishtirok etadigan jami jamoalarning soni

**n** – daraja ko'rsatkichi

**t** – turlar va kunlar soni.

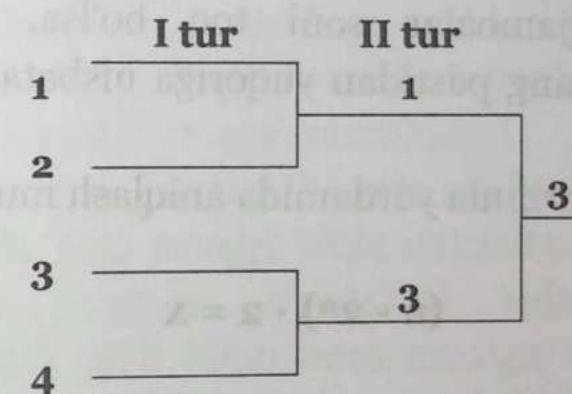
Ushbu formulalarga asoslanib quyidagi jadvalni tuzish mumkin.

**Musobaqada ishtirok etadigan jamoalarning soniga qarab musobaqa necha turdan iborat ekanligini va musobaqa qancha kun davom etishini aniqlash jadvali**

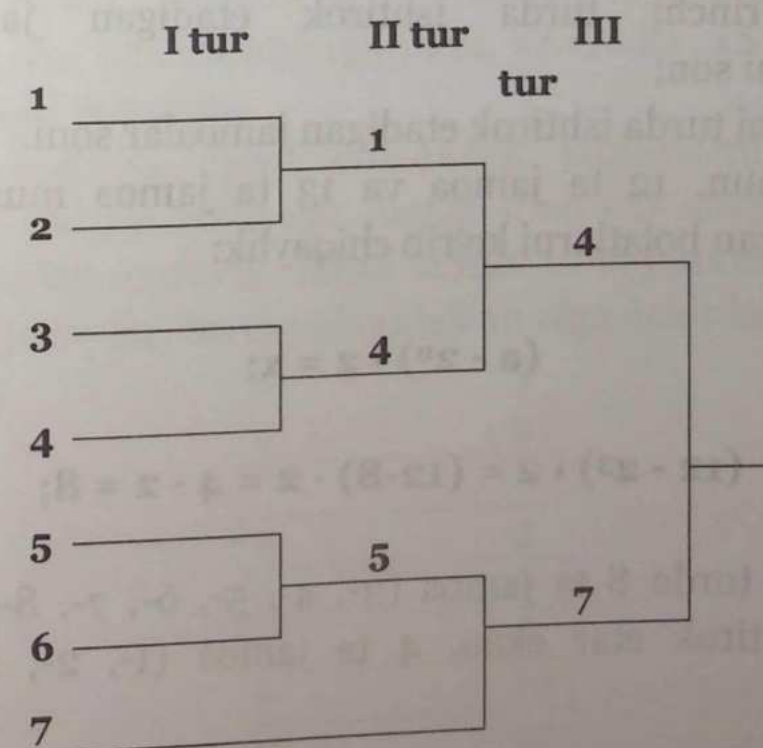
| Jamoalar soni | Turlar va kunlar soni |   |   |   |   |   |   |
|---------------|-----------------------|---|---|---|---|---|---|
|               | 1                     | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2             | +                     |   |   |   |   |   |   |
| 3-4           |                       | + |   |   |   |   |   |
| 5-8           |                       |   | + |   |   |   |   |

| Jamoalar soni | Turlar va kunlar soni |   |   |   |   |   |   |
|---------------|-----------------------|---|---|---|---|---|---|
|               | 1                     | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9-16          |                       |   |   | + |   |   |   |
| 17-32         |                       |   |   |   | + |   |   |
| 33-64         |                       |   |   |   |   | + |   |
| 65-128        |                       |   |   |   |   |   | + |

Yuqoridagi jadvaldan shuni xulosa qilsa bo'ladi, misol uchun 4 ta jamoa ishtirokidagi uchrashuvlar quyidagidek bo'ladi.



**7 ta jamoa ishtirok etganida**





Bir mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish usuli bilan musobaqa o'tkazilganda, uchrashuvlar soni qatnashayotgan jamoalar sonidan bitta kam bo'ladi.

Birinchi turda hamma jamoalar musobaqada qatnashmagan holatlarda ikkinchi turda jamoalarning sonini  $2^n$  darajasiga keltirish maqsadida jadvalning o'rtasidagi jamoalar birinchi turdan, chetdagi (yuqoridagi va pastdagi) jamoalar esa ikkinchi turdan musobaqalarga qatnasha boshlaydilar.

Birinchi turda qatnashmaydigan jamoalarning soni juft bo'lganda yuqoridan va pastdan babbarobar sondagi jamoalar birinchi tur o'yinlaridan ozod qilinadi. Agar birinchi turda qatnashmaydigan jamoalar soni toq bo'lsa, birinchi tur o'yinlaridan jadvalning pastidan yuqoriga nisbatan bitta jamoa ortiq ozod qilinadi.

Buni quyidagi formula yordamida aniqlash mumkin:

$$(a - 2^n) \cdot 2 = x$$

$a$  – musobaqaga kelgan jamoalar soni;

$2^n$  – jamoalarning soniga yaqin ikkinchi darajasi, ammo qatnashuvchi jamoalarning sonidan kichik qiymatga ega.

$2$  – birinchi turda ishtirok etadigan jamoalarni juftlashtiruvchi son;

$x$  – birinchi turda ishtirok etadigan jamoalar soni.

Misol uchun, 12 ta jamoa va 13 ta jamoa musobaqaga ishtirok etadigan holatlarni ko'rib chiqaylik:

$$(a - 2^n) \cdot 2 = x;$$

$$(12 - 2^3) \cdot 2 = (12 - 8) \cdot 2 = 4 \cdot 2 = 8;$$

ya'ni birinchi turda 8 ta jamoa (3-, 4-, 5-, 6-, 7-, 8-, 9-, 10-, jamoalar) ishtirok etar ekan, 4 ta jamoa (1-, 2-, 11-, 12-,)

ikkinchi turdan ishtirok etadi (yuqorida keltirilgan 12 ta jamoa ishtirok etgan kalendarga qarang).

O'n uchta jamoa o'ynaganda quyidagidek bo'ladi:

$$(a - 2^n) \cdot 2 = x;$$

$$(13 - 2^3) \cdot 2 = (13 - 8) \cdot 2 = 5 \cdot 2 = 10;$$

ya'ni birinchi turda 10 jamoa (2-, 3-, 4-, 5-, 6-, 7-, 8-, 9-, 10-, 11-) ishtirok etar ekan, 3ta jamoa (1-, 12-, 13-) ikkinchi turdan musobaqada ishtirok etadi (yuqorida keltirilgan 13 ta jamoa uchun tuzilgan kalendarga qarang).

Kuchli jamoalar I turning o'zida o'zaro uchrashib mag'lubiyatga uchrab, chiqib ketishlarining oldini olish uchun ularni jadvalga tarqatib chiqish mumkin.

Buni jamoalarning soniga hamda nechta kuchli jamoa bor ekanligiga qarab, yoki avvalgi yilda o'tkazilgan musobaqalarda yuqori o'rinni (1-, 2-, 3- o'rinlarni) egallagan jamoalarni «onaboshi» qilish yo'li bilan ham amalga oshirish mumkin. Misol uchun, musobaqada 12 ta jamoa ishtirok etayotgan bo'lsa, u holda «A» guruhga 1- o'rinni egallagan, «B» guruhga 2- o'rinni egallagan, «S» guruhga 3- o'rinni egallagan jamoalarni tarqatib chiqiladi. Bundan so'ng qolgan 9 ta jamoa o'zaro qur'a tashlash orqali shu guruhlariga ya'ni, «A», «B», «S» guruhlariga taqsimlanishi mumkin.

Agar yuqorida qayd etilgandek jamoalarni guruhlariga taqsimlash imkoni bo'lmasa, ularni «ilon izi» shaklida tarqatib guruhlar tuzish mumkin. Misol uchun 12 ta jamoani 2 guruhga bo'lish lozim bo'lsa, bu quyidagidek amalga oshiriladi.

|    |    |
|----|----|
| 1  | 2  |
| 4  | 3  |
| 5  | 6  |
| 8  | 7  |
| 9  | 10 |
| 12 | 11 |



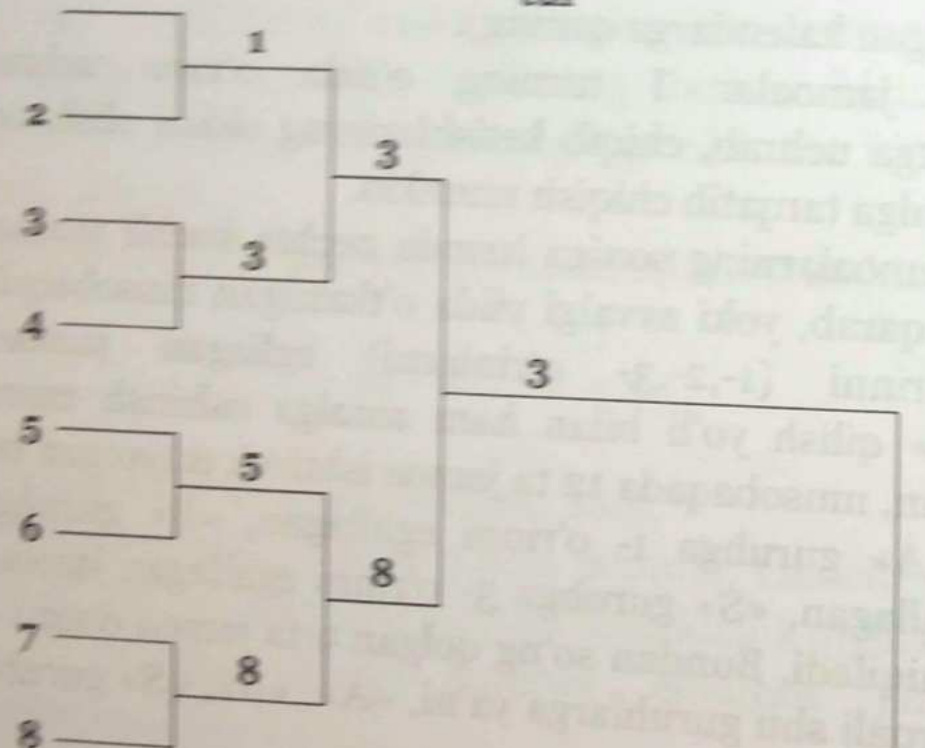
Ayrim vaqtlarda kuchli jamoalar musobaqalarga I turdan emas, balki keyingi turlardan, masalan chorak finaldan qo'yiladi.

Ikki marta mag'lubiyatga uchragandan so'ng musobaqalardan chiqib ketish tizimsi quyidagidek bo'ladi.

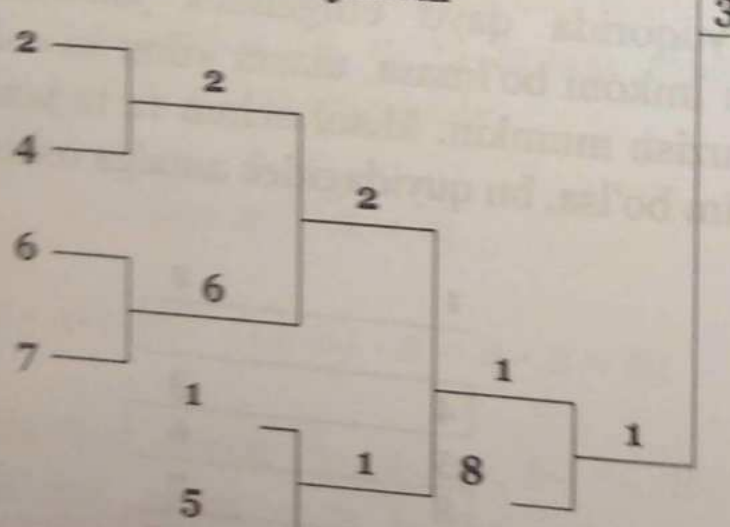
8 ta jamoa ishtirok etgandagi jadval:

Asosiy jadval

1 I tur II tur III tur IV tur V tur VI tur



Qo'shimcha jadval



**Izoh:** agar asosiy jadvaldagi jamoa (bu misolda 3-jamoa) qo'shimcha jadvaldagi bir marta yutqazgan jamoaga ya'ni 1-jamoga, yutqazib qo'ysa, u holda g'olibni aniqlash uchun yana o'zaro bir marta o'ynashlari va bu uchrashuvda kim yutsa o'sha jamoa g'olib hisoblanadi.

### Aylanma tizim

Musobaqalar aylanma tizimda o'tkazilganda hamma jamoalar bir-birlari bilan bir, ikki yoki undan ham ko'proq uchrashib chiqishlari mumkin. Pirovardida butun musobaqa davomida eng ko'p ochko to'plagan jamoa g'olib chiqadi.

Aylanma tizim eng takomillashgan tizim hisoblanadi. Chunki u faqat birinchi o'rinni egallagan jamoanigina aniqlab qolmay, balki musobaqada qatnashayotgan hamma jamoalarning tayyorgarligiga qarab munosib o'rinlarni aniqlab beradi. Bu tizim qatnashuvchilardan katta tayyorgarlikni va basketbolchilarning butun musobaqa davrida yuqori sport formasida bo'lishlarini talab qiladi.

Aylanma tizimning salbiy tomoni – musobaqa o'tqazish uchun ko'p vaqt talab qilishidir. Vaqtdan yutish uchun jamoalarni bir nechta guruhlariga bo'lish mumkin.

Ushbu tizim bo'yicha musobaqalarda jamoalar bir-birlari bilan bir martadan uchrashtirilib, musobaqa tur yoki turnir sifatida o'tkazilishi mumkin.

Aylanma tizimsi bo'yicha kalendar tuzishda musobaqalar o'tkazish uchun kerakli kalendar kunlari qatnashuvchi jamoalarning soni juft bo'lgan paytda – musobaqa uchun kerakli kalendar kunlarining soni jamoalarning sonidan bitta kam bo'ladi, toq bo'lganda – teng bo'ladi.

Aylana tizimsi bo'yicha kalendar ikki usulda tuzilishi mumkin: takomillashgan va soddalashtirilgan. Birinchi usulda avval toq sonli jamoalar uchun jadval tayyorlanadi. Jamoalarning soni juft bo'lganda oxirgi son hisoblanmay turiladi.



Avval kalendar kunlarining soniga teng vertikal chiziqlar chiziladi. Birinchi chiziqning tepasiga birinchi nomer, shu chiziqning atrofiga esa qolgan nomerlar soat strelkasining harakati bo'ylab joylashtiriladi. Boshqa vertikal chiziqlar orasiga nomerlar ketma-ket «ilon izi» shaklida yozib chiqiladi. 5-6 jamoa uchun o'yin kalendari quyidagicha tuziladi:

| I kun  |   | III kun |   | V kun |   |
|--------|---|---------|---|-------|---|
| 1      |   | 2       |   | 3     |   |
| 5      | 2 | 1       | 3 | 2     | 4 |
| 4      | 3 | 5       | 4 | 1     | 5 |
| 4      |   | 5       |   |       |   |
| II kun |   | IV kun  |   |       |   |

Jamoalarning soni toq bo'lgan paytlarda vertikal chiziqlarning yuqorisidagi va pastidagi jamoalar shu o'yin kunlari musobaqalarda qatnashmaydilar.

Jamoalarning soni juft bo'lgan paytlarda esa vaqtincha hisoblanmay turilgan oxirgi juft son vertikal chiziqlarning yuqorisida va pastida joylashgan raqamlarga (qo'shib) juftlab chiqiladi. Bunda yuqoridagi raqamlarga – chap tomondan, pastdagilarga o'ng tomondan yozib qo'yiladi.

| I kun  |   | III kun |   | V kun  |   |
|--------|---|---------|---|--------|---|
| (6)- 1 |   | (6)- 2  |   | (6)- 3 |   |
| 5      | 2 | 1       | 3 | 2      | 4 |
| 4      | 3 | 5       | 4 | 1      | 5 |
| 4-(6)  |   | 5-(6)   |   |        |   |
| II kun |   | IV kun  |   |        |   |

Shundan so'ng har bir kalendar kunni quyidagidek, avval vertikal chiziqning o'ng tomonda joylashgan raqam, so'ng chap tomonda joylashgan raqam ko'chirib yoziladi.

Bunda yana bir narsaga ahamiyat berish lozim: birinchi kalendar kunni yuqoridan pastga, ikkinchi kunni pastdan yuqoriga, uchinchi kunni yuqoridan pastga qarab va hokazo tartibda (quyidagi misol singari) ko'chiriladi.

| I kun | II kun | III kun | IV kun | V kun |
|-------|--------|---------|--------|-------|
| 1-(6) | (6)-4  | 2-(6)   | (6)-5  | 3-(6) |
| 2-5   | 5-3    | 3-1     | 1-4    | 4-2   |
| 3-4   | 1-2    | 4-5     | 2-3    | 5-1   |

Shunday qilib, takomillashtirilgan usul bo'yicha kalendar tuzilganda har bir komanda o'z maydoni va raqib maydonida galma-gal musobaqalashish imkoniga ega bo'ladi.

Soddalashtirilgan usul tur va turnir musobaqalarining kalendarini tuzishda qo'llaniladi. Musobaqaga ishtirok etadigan komandalarning soni toq bo'lgan paytda shartli ravishda «0» nomeri qo'shiladi. Qaysi bir komanda «0» bilan juftlashsa, o'sha kuni u musobaqalarda qatnashmaydi (dam oladi).

#### Masalan, 7 ta jamoa uchun o'yin kalendari quyidagidek tuziladi:

| I kun | II kun | III kun | IV kun | V kun | VI kun | VII kun |
|-------|--------|---------|--------|-------|--------|---------|
| 1-0   | 1-7    | 1-6     | 1-5    | 1-4   | 1-3    | 1-2     |
| 2-7   | 0-6    | 7-5     | 6-4    | 5-3   | 4-2    | 3-0     |
| 3-6   | 2-5    | 0-4     | 7-3    | 6-2   | 5-0    | 4-7     |
| 4-5   | 3-4    | 2-3     | 0-2    | 7-0   | 6-7    | 5-6     |

Jamoalarning soni juft bo'lgan paytda «0» o'rniga oxirgi juft son yoziladi. Yuqorida keltirilgan misolda «8» raqami yoziladi.

Soddalashtirilgan usul bilan musobaqalarning kalendarini tuzishda «1» raqami har doim o'z o'rnida siljimay turadi, qolgan raqamlar esa soat strelkasining harakatiga qarama-qarshi



talabnoma (zayavka)ga kiritiladigan qatnashuvchilarning ko'pi bilan qancha bo'lishligi, ya'ni soni, yoshi va ularni malakasi belgilanadi.

4. Musobaqalarni o'tkazish shartlari. Qur'a tashlash vaqti, joyi va uning asosiy prinsiplari (tamoyillari) ma'lum qilinadi. Musobaqa qaysi o'yin tizimsi (aylanma, chiqib ketish, aralash) bo'yicha o'tkazilishi ko'rsatiladi.

5. Norozilik (protest)larni taqdim etish shartlari va ularni ko'rib chiqish tartibi.

6. Jamoalarni va qatnashuvchilarni mukofotlash. G'olib jamoa va sovrindorlarni mukofotlash, estaliklar taqdim qilish ko'rsatiladi.

7. Jamoalarni qabul qilib olish. Agar musobaqalar sportchilarning doimiy turar joylarida o'tkazilmasa, u holda mablag' ajratuvchi tashkilot, kelish va ketish muddatlari, joylashtirish hamda ovqatlantirish qanday tashkil etilishi ko'rsatiladi.

8. Talabnoma (zayavka)ni va qayta talabnomani taqdim etish turlari va vaqti, jamoalar va qatnashuvchilarni rasmiylashtirish (pasport, reyting daftarchasi, klassifikasiya bileti, talabalik guvohnomasini taqdim qilish) tartibi.

Nizom tuzilgandan so'ng musobaqani o'tkazish uchun ketadigan mablag' smetasi tuziladi. Unga asoslanib mazkur musobaqani o'tkazadigan tashkilotlar pul vositalarini ajratadi.

Smeta tuzilganda quyidagilar ko'rsatiladi:

1. Musobaqa nomi.
2. O'tkazish vaqti va joyi.
3. Hakamlarning soni va ish haqi.
4. Qatnashuvchilar soni (shu jumladan boshqa shaharlardan kelganlar) ularni joylashtirish, ovqatlantirish va yo'l harajatiga ketadigan mablag'.
5. Musobaqa o'tkazish joyini ijarasi.
6. Mehmonxona ijarasi.
7. Musobaqa o'tkaziladigan joyni badiiy bezatish uchun ketadigan harajat.

8. Afisha, dasturlar, qaydnomalar va yozish-chizish uchun kerakli qog'oz, qalam, ruchka va shu kabilar harajati.

9. Diplom, esdalik sovg'alari, mukofotlar va shu kabilarga sarf bo'ladigan harajat.

10. Transportga ketadigan harajat.

11. Xizmat ko'rsatuvchi hodimlar uchun harajat (ishchilar, farroshlar, tibbiy hodimlar).

Musobaqa o'tkazish uchun bosh hakam va bosh kotib tastiqlanadi.

Yirik musobaqalarni o'tkazish uchun, barcha tadbirlarni bevosita musobaqa o'tkazadigan joyda 5-7 kishidan iborat tashkiliy qo'mita tashkil qiladi. Uning vazifasiga musobaqa o'tkaziladigan joyni tanlash va jihozlash, asbob-anjomlarni tayyorlash, trenirovka va joylashish joylarini aniqlash, ovqatlanishni tashkil qilish, kotiblarni komplektlash, musobaqa oldidan xabar berish kiradi. Musobaqadan oldin xabar bersh gazeta, radio, televidenie orqali musobaqa o'tkaziladigan joy, vaqt va qatnashchilar to'g'risidagi axborotni o'z ichiga oladi.

Afishalarni, dasturlarni, qatnashchilar uchun chiptalarni oldindan tayyorlab qo'yish kerak.

Musobaqa o'tkaziladigan joy shiorlar, plakatlar, jadvallar bilan chiroyli bezatilgan bo'lishi kerak. Uning yonida qatnashchilar va hakamlar uun xona, issiq suvi bor dush, shifokorlar xonasi bo'lishi lozim. Musobaqa o'tkaziladigan joy radiolashtirilgan bo'lishi kerak. Yuqorida qayd etilganlarni bo'lishi musobaqalarni muvoffaqiyatli o'tkazilishiga kafolat beradi.

Musobaqa qatnashchilari bilan o'tkaziladigan ishlarga qo'yidagilar kiradi:

- qatnashchilarni qabul qilib olish va joylashtirish;
- musobaqaga qo'yish uchun tayinlangan mandat komissiyasining ishi;
- vakillar maslahati;
- hakamlar kollegiyasining maslahati.

Qatnashchilarni qabul qilish va joylashtirishga tashkiliy qo'mita vakili rahbarlik qiladi.



Agar qatnashchilar biron-bir sababga ko'ra kutib olinmasa, aeroportda va temir yo'l vokzalida ular, ya'ni mehmonlar, qaerga kelishi lozimligi to'g'risida, e'lonlar bo'lishi shart. Musobaqada xizmat qiladigan hakamlar musobaqa qatnashchilaidan alohida joyda joylashtirilishi kerak.

Musobaqaga qatnashish uchun qo'yish masalasi nizomga muvofiq mandat komissiyasi tomonidan ko'rib chiqiladi.

Musobaqa qo'yish javobgarligini o'z zimmasiga bosh hakam, musobaqa bosh vrachi va mandat komissiya vakili oladilar.

Musobaqalarda basketbol rasmiy qoidalariga rioya qilinishi lozim.

### **O'yin qoidasi va musobaqalarni tashkil qilish asoslari mavzusi bo'yicha test savollari**

#### **1. O'yinning birinchi yarimida, nechtdan minutlik tanaffus olish mumkin?**

- a) 1 tadan
- b) 2 tadan
- c) 4 tadan
- d) 6 tadan

#### **2. Markaziy doira radiusi qancha?**

- a) 160
- b) 170
- c) 180
- d) 190

#### **3. O'yin maydonining o'lchami qancha?**

- a) 20x12
- b) 22x12
- c) 24x13
- d) 28x15

#### **4. O'yinga necha daqiqa qolganda hakamlar maydonga kirishlari kerak?**

- a) 5 daqiqa
- b) 10 daqiqa

- c) 15 daqiqa
- d) 20 daqiqa

#### **5. Minutlik tanaffus tugaganligi haqida kim hakamlarni ogohlantiradi?**

- a) 30 soniyali operator
- b) sekundometrist
- c) katta hakam
- d) kotib

#### **6. Shchit o'lchamlari qancha?**

- a) 200-150 sm.
- b) 180-120 sm
- c) 180-105 sm
- d) 160-130 sm

#### **7. Savatdagi to'rning uzunligi qancha?**

- a) 25sm.
- b) 45sm.
- c) 60sm.
- dg) 75sm.

#### **8. 3 ochkoli to'plarni tashlash zonasi maydonni qaysi nuqtasidan o'lchanadi?**

- a) savatni markazidan tushirilgan nuqtadan
- b) yuz chiziqning markazidan
- c) yon chiziqning markazidan
- d) markaziy doiradan

#### **9. O'yin choraklari orasidagi tanaffus qancha?**

- a) 2 daq.    b) 10daq.    c) 15daq.    d) 20daq.

#### **10. Maydon polidan, shchit chetigacha bo'lgan masofa qancha?**

- a) 260sm.
- b) 270sm.
- c) 280sm.
- d) 290sm



### 3 BOB. O'YIN TEXNIKASI-TAKTIKASI ASOSLARI

#### 3.1. O'yin texnikasining tasnifi

##### 3-andoza



O'yin texnikasi-musobaqaning aniq vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilishga imkoniyat beradigan usullar yig'indisidir. Juda tez o'zgaruvchan o'yin sharoitida yaxshi natijaga erishmoqchi bo'lgan basketbolchi ko'p texnik usullarni egallagan bo'lishi, vaziyatga muvofiq keladigan usulni tez tanlay bilishi hamda ularni aniq bajara olishi lozim.

Basketbol o'yin texnikasini bir tartibda o'rganish uchun uning klassifikatsiyasidan foydalaniladi. Basketbol o'yini ikki bo'limdan tashkil topgan turli texnik usullar yordamida o'tkaziladi. Bu hujum texnikasi va himoya texnikasi. Har bir bo'lim hujim va himoyada qo'llaniladigan texnik usullarning guruhlaridan tashkil topadi. Usul guruhlar 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 bajarilish yo'llari o'z navbatida bajarilishiga ko'ra bir-biridan farq qiladi.

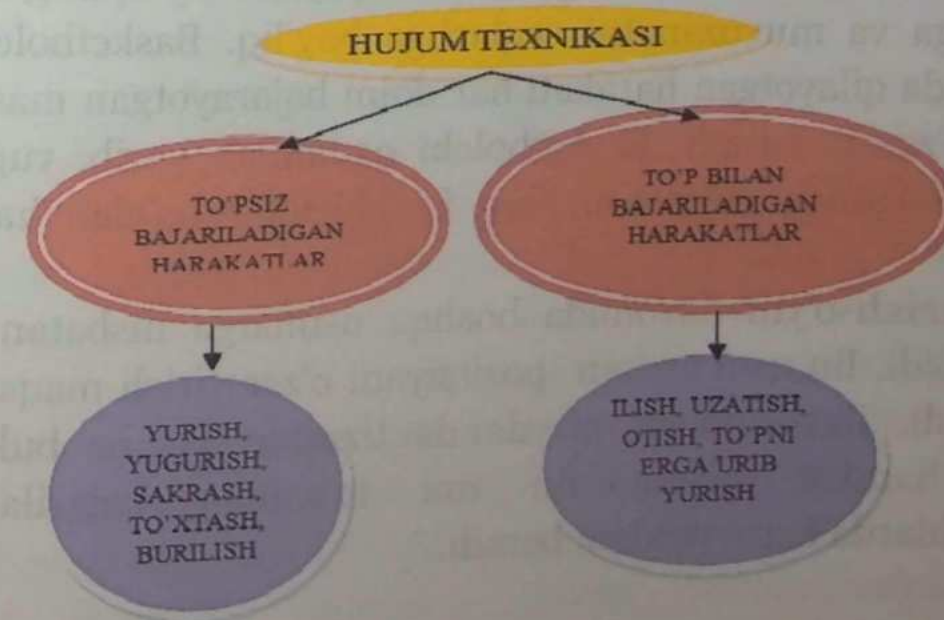
O'yin texnikasi tasnifiy tuzilishi jihatidan hujum va himoya texnikasiga bo'linadi. Har bir bo'limda ikkitadan guruh: hujum texnikasida – maydonda to'psiz harakat qilish texnikasi va to'p bilan bajariladigan harakatlar texnikasi, himoya texnikasida esa – maydonda harakat qilish texnikasi va to'pni egallash va qarshi harakat qilish texnikasiga bo'lingan.

Sport texnikasiga o'rgatish amaliyotida shug'ullanuvchilarga individual texnikani erkin o'zlashtirish vaziyati tug'diriladi. Bunday yondashuv bola organizmida chuqur joylashgan nasliy harakat qobiliyatlarini "ochilishiga" olib keladi, yangi harakat usullarini ixtiro qilinishiga imkon yaratiladi.

"Texnika" atamasi sport amaliyotida harakat ko'nikmalari, ularni ijro etish usullari ichki (funktional organlar) va tashqi (qo'l, oyoq, tana, ko'z va h) ijrochi organlarning muayyan maqsad sari o'zaro muvofiqlashgan (koordinasiya) tartibda bajariladigan harakat mazmunini anglatadi.

#### 3.2. Hujum texnikasi

##### 4-andoza





Holatlarda va harakatlanishlar texnikasi. Holatlarda texnikasi. Basketbolga hos holatlarda - bu o'yinchining savatni ishg'ol qilish bilan bog'liq bo'lgan harakatni tezkor va samarali ijro etishni ta'minlashga qaratilgan dastlabki holatlardir.

Ushbu holatlarni texnik jihatdan to'g'ri qabul qilish muvozanatini saqlash va zudlik bilan to'psiz yoki to'p bilan harakatlanishi imkoniyatini yaratadi.

Jangovor tayyorgarlik holatida basketbolchi oyoqlarini yelka kengligida parallel yoki (yoki chap) oyog'ini biroz oldinga qo'yib joylashtiradi. Tizzalar qisman burilgan bo'ladi, tana vazni ikki oyoqqa barabar taqsimlanadi, gavda hiyol oldinga egiladi, nazar oldinga qaratilgan bo'ladi, o'yinchi turg'un holatni qabul qiladi, qo'llar yarim bukilgan, ko'krak balandligida joylashadi.

#### **Po'psiz bajariladigan harakatlar.**

O'yinchi maydon bo'ylab harakat qilish uchun yurish, yugurish, sakrash, to'xtalish, burilishlardan foydalanadi. Shu usullar yordamida u joyni to'g'ri tanlab olishi, uni ta'qib qilayotgan raqibdan uzoqlashishga (qochishga) va keyingi hujum uchun kerakli yo'nalishga chiqishi, boshqa usullarni bajarish uchun eng yaxshi, qulay dastlabki holatlarni egallashga erishishi mumkin. Bundan tashqari to'p bilan ajratiladigan ko'pgina texnik malakalarning harakatda va sakrab to'p otish va harakatlarning samaradorligi harakat paytida oyoqning to'g'ri ishlashiga va muvozanatni saqlashga bog'liq. Basketbolchining maydonda qilayotgan harakati har doim bajarayotgan mashqqa qarab o'zgarib turadi. Basketbolchi qadamlab yurib, yugurib, to'g'ri, diagonal, yoysimon, ilon izi chiziqlar bo'ylab harakat qiladi.

**Yurish**-o'yin davomida boshqa usullarga nisbatan kam qo'llaniladi. Bu usul asosan pozitsiyani o'zgartirish maqsadida ishlatiladi. Basketbolchi maydonda tizzalari bir oz bukilgan holda harakat qiladi. Bu uni to'satdan bajariladigan tezlanishlarda katta yordam beradi.

**Yugurish**-maydonda harakat qilishning asosiy usuli bo'lib hisoblanadi. Bu usul og'irlikni oyoqning butun kaftiga qo'yib yoki uni tovondan oyoq uchiga o'tkazib, oyoqlarni odatdagidan birmuncha ko'proq egib, yumshoq qadamlar bilan bajariladi. Tezlanishlarni va keskin yugurishlarni bajarish uchun qisqa qadamlar bilan oyoq uchidan yuguriladi.

**Sakrash**- basketbolchi sakrashni bir yoki ikki oyoq bilan depsinib bajaradi. O'yin davomida sakrash ko'pincha oldindan tayyorgarlik ko'rilmadan va qayta-qayta bajariladi. Harakat vaqtida bir oyoq bilan depsinishdan oldin oxirgi qadam uzaytiriladi, bir oz egilgan depsinish oyog'i esa erga tovondan qo'yiladi. Tizzalar to'g'ri burchakkacha bukilgan, silkinch oyoqi oldinga-yuqoriga erkin chiqariladi. Ikki oyoq bilan depsinish ham yugurib kelib, ikki oyoq bir joyda turgan holatda bajariladi. Buning birinchisida oxirgi qadam xuddi bir oyoqda depsingan paytdagidek qo'yiladi. Silkinch oyoq tayanch oyoq yoniga to'liq qo'yilgandan so'ng baravariga depsiniladi. Bir joydan turib sakragandagi depsinishni basketbolchi turish holatining o'zidayoq oyoqlarni tezlik bilan to'g'rilash va qo'llarini oldinga yuqoriga harakatlantirish hisobiga bajaradi. Bunday paytda erga bir oz keng joylashtirgan oyoqlarga yumshoqroq tushishga harakat qilish kerak.

*Manba:*

*D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. - 2010. - 6-7 b.*

*Afsonaviy Pit Nevel ta'kidlagan ediki: «O'yin jarayonida basketbolchi to'pni qo'lida o'yin vaqtining 10% atrofida ushlab turadi, biroq o'yin vaqtining 100% ichida basketbolchi oyoqlarda ishlaydi». Demak, har qanday darajada ishlayotgan murabbiyning bevosita vazifasi basketbolchi oyoqlari ishlashini rivojlantirishga yo'naltirilgan mashqlardan foydalanishdan iborat. Boz ustiga, murabbiy har doim shuni yodda tutishi kerakki, u o'yinchilariga bajarish uchun berayotgan har bir hujum va himoyalash mashqlari, birinchi qavatda, oyoqlarni ishini takomillashtirishga*

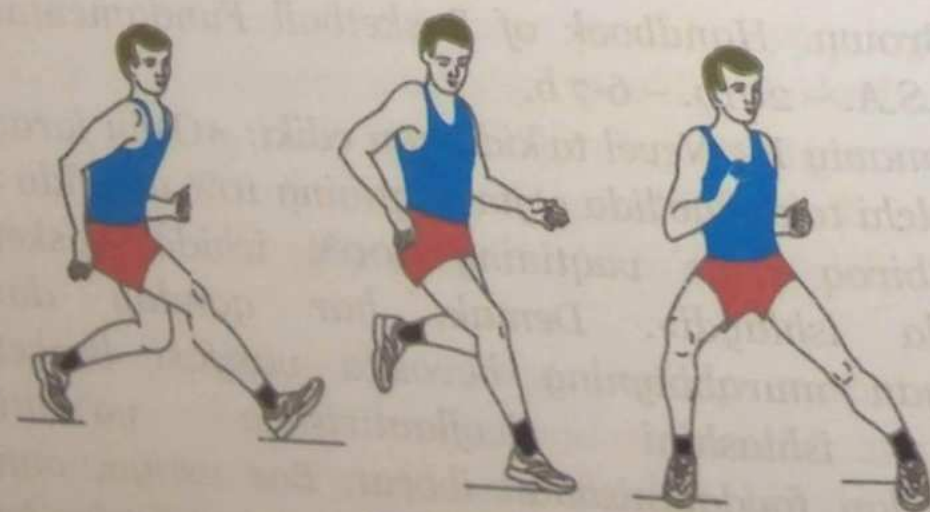


mo'ljallangan mashqlardir. Ushbu bobda hujumda basketbolchi oyoqlari ishlashining uchta tomoni ko'rib chiqiladi: sakrab turib to'xtash, burilishlar, bo'sh joyga tez chiqish yoki harakat suratini o'zgartirish, harakat yo'nalishini o'zgartirish<sup>1</sup>.

Manba:

D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 6 b.

**To'xtashlar**- qadamlab va sakrab bajariladi. Qadamlab to'xtashda basketbolchi yugurish jarayonini buzmasdan oxirgi qadamni tovondan, kattaroq qilib qo'yadi so'ng tayanch oyog'ini ko'proq bukadi va silkinch oyog'ini oldinga qo'yib, inersiyasini to'xtatadi va gavdani tayanch oyog'ining ustida tutib turadi. Tez yugurilgan paytdalarda to'xtatilgan oyoqlar bir oz ko'proq bukiladi. Sakrab to'xtashda basketbolchi bir oyoq bilan deysinadi va oldinga sakraydi. Havoda basketbolchining bukilgan oyoqlari gavdasidan o'tib ketadi va oldinga barobar yoki oldinma-ketin qo'yiladi, qo'llar bosh balandligigacha ko'tarilishi, qo'l barmoqlari keng ochilgan bo'lishi kerak. Yaxshi bajarilgan sakrab turib to'xtash o'yinchiga muvozanatni saqlab qolishga va ikkala oyoqda burilish uchun qadam tashlashga imkon beradi. (27,28-rasm.)



27-rasm.  
Ikki qadamda to'xtash



28-rasm.  
Sakrab to'xtash

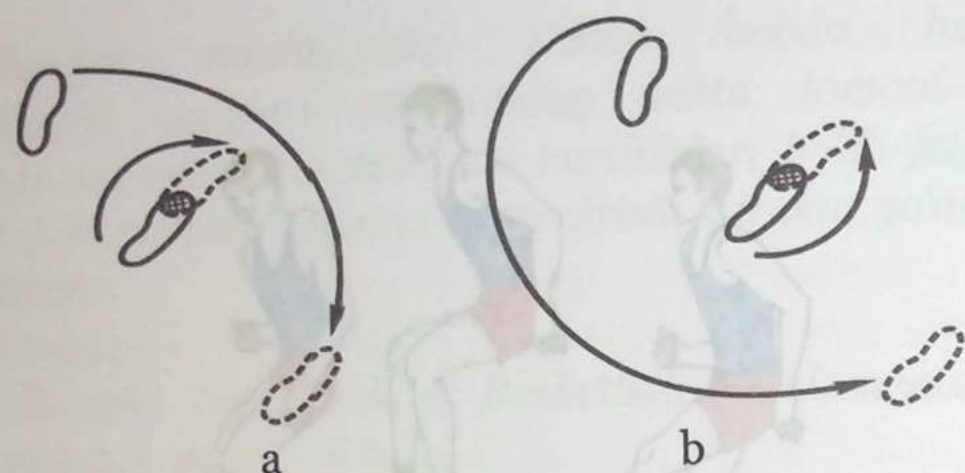
**Burilishlar**-oldinga va orqaga burilishlarga ajratiladi. Ular orqada yoki oldinda joylashgan oyoqda, bir joyda turgan holda va harakatda, to'p bilan va to'psiz bajariladi. O'yinchini birinchi qadami tayanch oyoq bo'ladi uning uchini maydondan ajratmay turib, ikkinchi qadami silkinch oyoq bo'ladi va uni kerakli tomonga yo'naltirib, burilishlarni bajaradi. Bunda oyoqlar bukilgan bo'ladi, silkinch oyoq bilan qo'yiladigan qadamlar raqibdan uzoqlashish maqsadida qo'yiladi. (29,30-rasm.)



29-rasm.

<sup>1</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 6 b.  
124





30-rasm.

Joyda turib oldinga va orqaga burilish (aylanish).  
a – oldinga; b – orqaga.

Basketbol ko'plab o'yin harakatlari (yurish, yugurish, sakrash, to'xtash, burilish egilish, yozilish va h), o'yin ko'nikmalari (to'p urib harakatlanish, to'p uzatish, uni ilish, savatga tashlash) va ularni ijro etish usullaridan iboratdir.

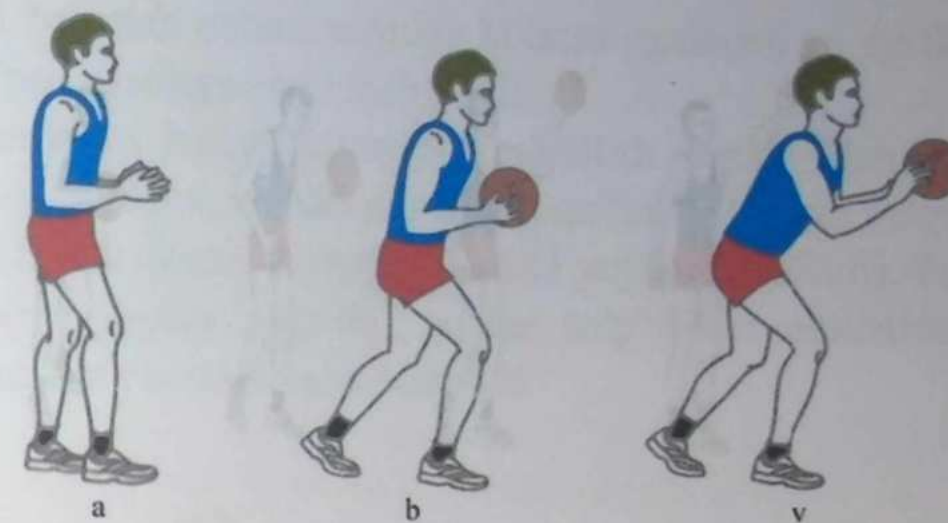
Ana shu harakatlar, ko'nikmalar va usullar texnikasi qanchalik mukammal, san'at darajasida shakllangan bo'lsa, o'yinning pirovard samaradorligi shunchalik yuksak bo'ladi.

### To'p bilan bajariladigan harakatlar texnikasi.

To'p bilan bajariladigan harakatlar texnikasi. To'p bilan bajariladigan usullar- to'pni ilish, uzatish, to'pni savatga otish va to'pni yerga urub yurish texnik malakalarni o'z ichiga oladi.

To'pni ilishda avval qo'llar yoziladi va qo'llarni to'p bilan "uchrashish" vaqtida to'p ushlanib, ko'krak tomon yana qisman bukiladi. Bunday holat to'pni uchish tezligi yo'nalishi va trayektoriyasiga qarab turlicha o'zgarishi mumkin. Muhimi oyoqlar tana va ko'llarni "amortizasion" harakatlanishi lozim bo'ladi.

To'pni egallagan basketbolchining holati to'psiz basketbolchining holatiga o'xshash bo'ladi, lekin to'p ko'krak oldida va ko'krakdan uzoqlashgan holatda bo'ladi, og'irlik markazi oldinga ko'chiriladi, to'p barmoqlar va kaft "yostiqlasiga" joylashtiriladi (31 - rasm).



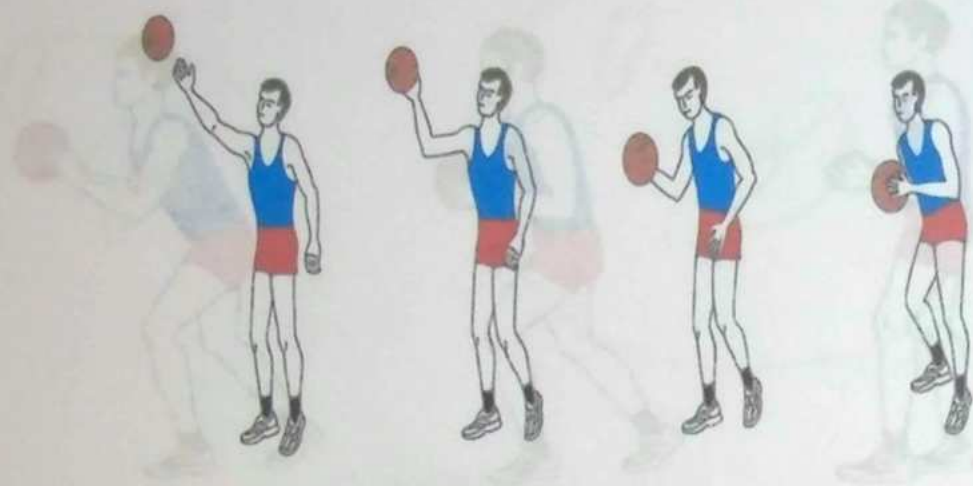
31-rasmlar.

To'pni ushlash usullari oyoq va gavdaning holati vaziyatga, raqibning qarshilik ko'rsatishi, o'yinchining shchitga nisbatan joylashishi joyi va aniq maqsadga qarab turlicha bo'lishi mumkin.

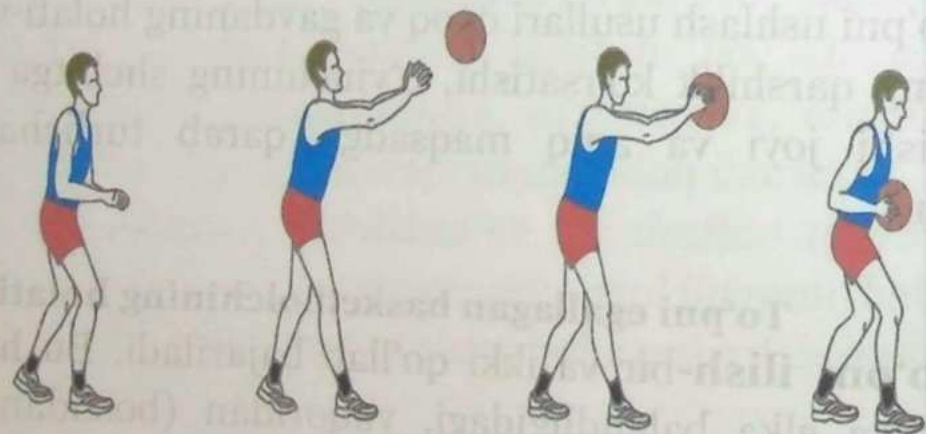
### To'pni egallagan basketbolchining holati.

**To'pni ilish**-bir va ikki qo'llab bajariladi. Bu harakatlar ko'krak va elka balandligidagi, yuqoridan (boshdan baland) pastdan (tizzadan past) hamda dumalab va maydondan sapchib kelayotgan to'plarni ilishga ajratiladi. To'p ilishni hamma turlarini turgan joyida, harakatda, sakraganda bajarish mumkin. O'rta balandlikda kelayotgan to'pni ikki qo'llab ilish eng asosiy usullardan hisoblanadi. Basketbolchi bir oz bo'shashgan qo'llarini uchib kelayotgan to'pga qarshi to'g'rilaydi. Barmoqlar yarim oysimon ochilgan, bosh barmoqlar bir-birlariga (parallel) qarama-qarshi holatda, qolganlari esa oldinga yuqoriga qaratib keng yoyilgan bo'ladi.

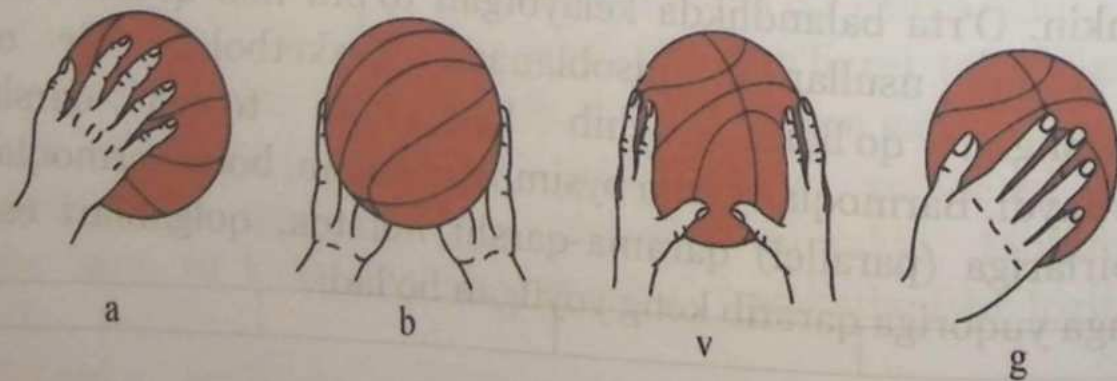




**32-rasm.**  
**To'pni bir qo'lda ilish**



**33-rasm.**  
**Joyda turib ikki qo'l bilan ilish**

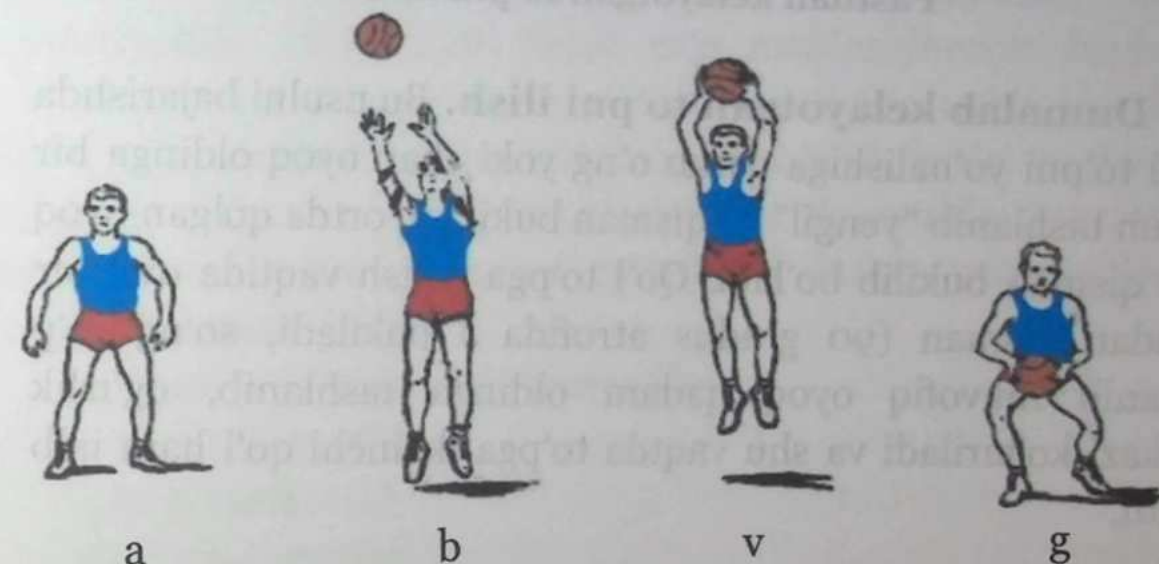


**34-rasm. To'pni ushlash**

To'p barmoqlarning uchiga tegishi bilan basketbolchi uni mahkam ilib oladi, to'pni uchish tezligini kamaytiradi. Keyingi

harakatni bajarish uchun u qulay holatni egallaydi va qo'llarini bukib, to'pni gavdaga yaqinlashtiradi.

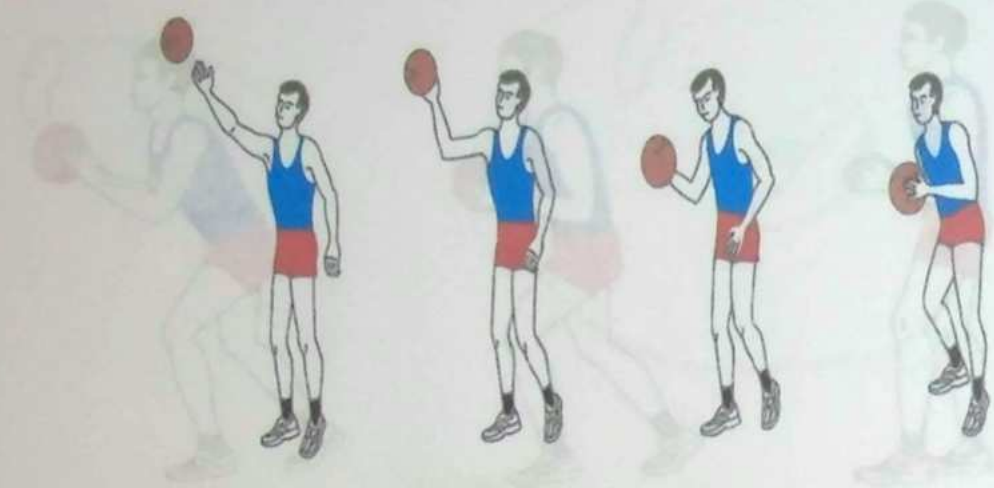
**Yuqoridan kelayotgan to'pni ilish** Bunda ilish uchun sakrash va yozilgan barmoqlar bilan qo'llarni keskin yuqoriga chiqarish kerak (katta barmoqlar erkin yoyilgan bo'ladi). To'pni barmoqlarga tegish vaqtida, qo'llar to'p bilan amortizasion tartibda ko'krak tomon yana bukiladi.



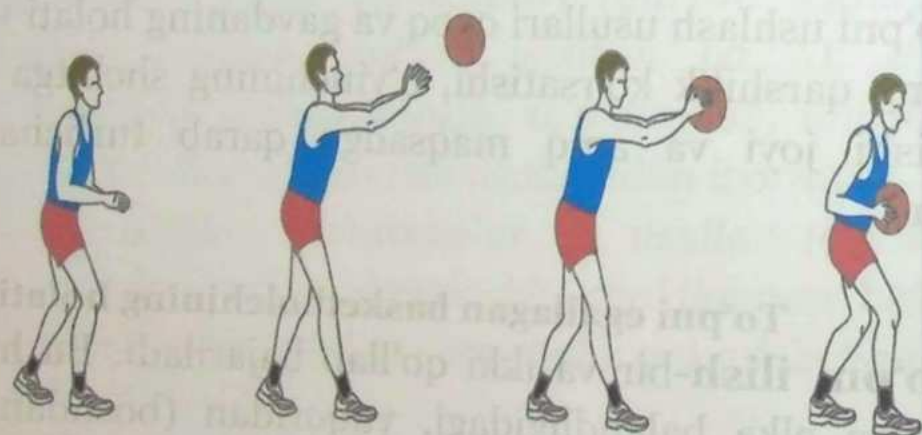
**35-rasm.**  
**Yuqoridan kelayotgan to'pni ilish**  
**a – dastlabki holat; b – sakragan holat; v – to'pni ilib olish holati; g – so'nggi holat.**

**Pastdan kelayotgan to'pni ilish.** Bu usulda avval tananing umumiy og'irlik markazi maksimal tushuriladi va parallel ravishda chap yoki o'ng oyoq oldinga tizza qismidan bukiladi, gavda oldinga qisman oldinga egilib qo'llar to'pga qarshi tomon yoziladi; keyin qo'llar to'p bilan uchrashishi bilan qo'llar tirsak bo'g'imida qisman bukilib umumiy og'irlik markazi yanada pastroq tushiriladi; to'pni ilish yakuni chap yoki o'ng oyoq bukilgan joyda tugaydi;

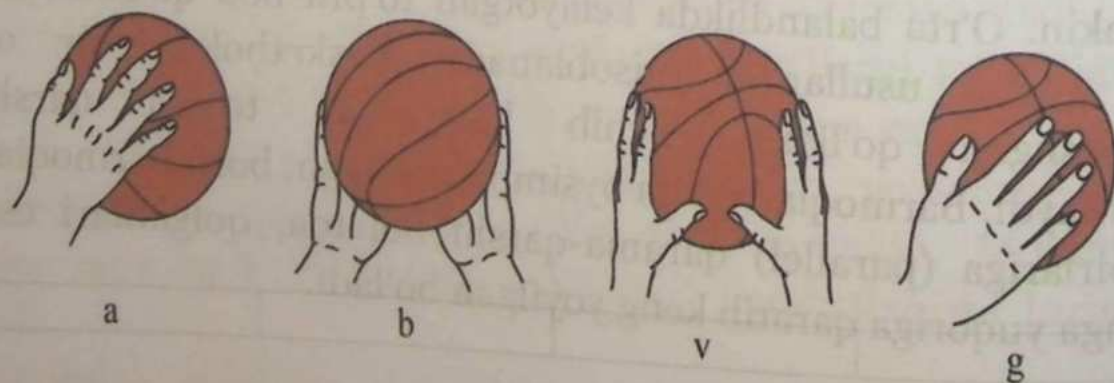




**32-rasm.**  
**To'pni bir qo'lda ilish**



**33-rasm.**  
**Joyda turib ikki qo'l bilan ilish**

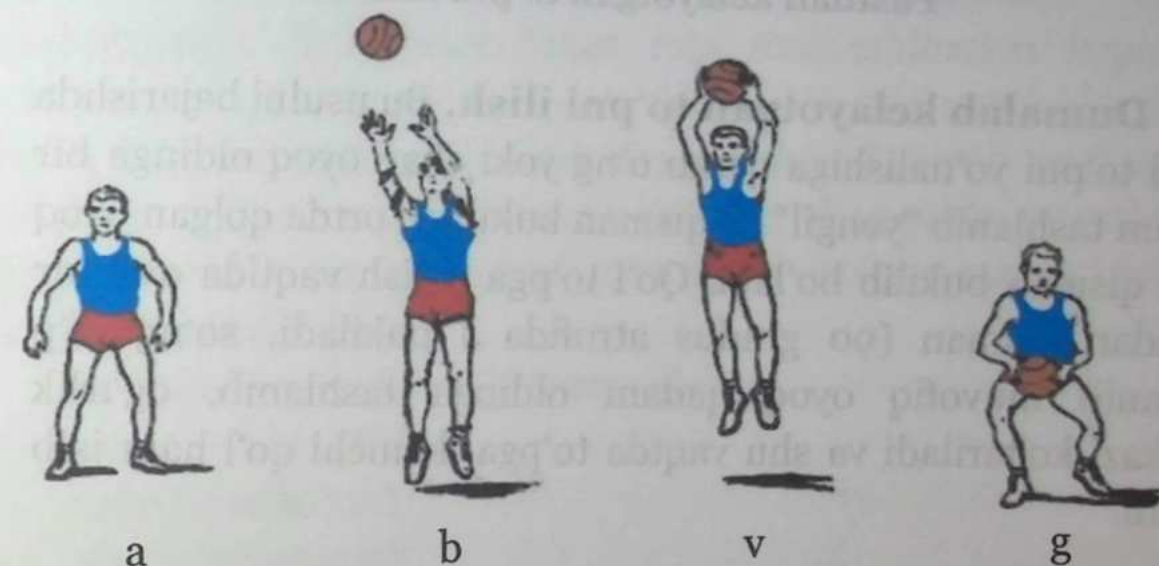


**34-rasm. To'pni ushlash**

To'p barmoqlarning uchiga tegishi bilan basketbolchi uni mahkam ilib oladi, to'pni uchish tezligini kamaytiradi. Keyingi

harakatni bajarish uchun u qulay holatni egallaydi va qo'llarini bukib, to'pni gavdaga yaqinlashtiradi.

**Yuqoridan kelayotgan to'pni ilish** Bunda ilish uchun sakrash va yozilgan barmoqlar bilan qo'llarni keskin yuqoriga chiqarish kerak (katta barmoqlar erkin yoyilgan bo'ladi). To'pni barmoqlarga tegish vaqtida, qo'llar to'p bilan amortizasion tartibda ko'krak tomon yana bukiladi.



**35-rasm.**  
**Yuqoridan kelayotgan to'pni ilish**  
**a – dastlabki holat; b – sakragan holat; v – to'pni ilib olish holati; g – so'nggi holat.**

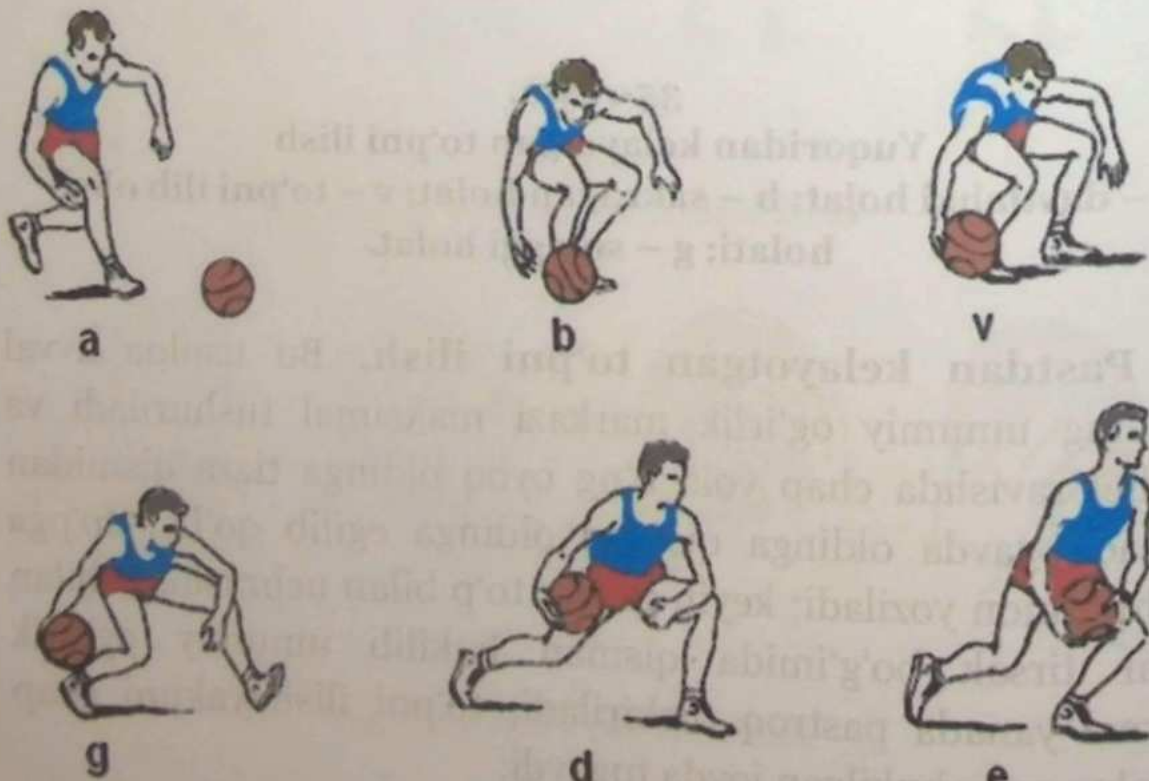
**Pastdan kelayotgan to'pni ilish.** Bu usulda avval tananing umumiy og'irlik markazi maksimal tushuriladi va parallel ravishda chap yoki o'ng oyoq oldinga tizza qismidan bukiladi, gavda oldinga qisman oldinga egilib qo'llar to'pga qarshi tomon yoziladi; keyin qo'llar to'p bilan uchrashishi bilan qo'llar tirsak bo'g'imida qisman bukilib umumiy og'irlik markazi yanada pastroq tushiriladi; to'pni ilish yakuni chap yoki o'ng oyoq bukilgan joyda tugaydi;





36-rasm.  
Pastdan kelayotgan to'pni ilish

**Dumalab kelayotgan to'pni ilish.** Bu usulni bajarishda avval to'pni yo'nalishiga qarab o'ng yoki chap oyoq oldinga bir qadam tashlanib "yengil" va qisman bukiladi, ortda qolgan oyoq ham qisman bukilib bo'ladi. Qo'l to'pga tegish vaqtida oyoqlar tizzadan qisman (90 gradus atrofida) bukiladi, so'ng to'p ushlanib muvofiq oyoq qadam oldinga tashlanib, og'irlik markazi ko'tariladi va shu vaqtda to'pga ikkinchi qo'l ham jalb etiladi.



37-rasm.  
Dumalab kelayotgan to'pni harakatda ilish.

To'xtatgandan so'ng sakrab ilishda - o'yinchi harakatni tayorgarlik qismida to'pni yo'nalishiga qarab, bir yoki ikki ko'lini to'p tomon uzatadi. Havoda to'p qo'lga (yoki ko'llarga) tegish vaqtida to'p yoki qo'llar amartizasion tartibda ko'krak tomon burilishi bilan bir qatorga o'yinchi bukilgan oyoqlarga yengil qo'nadi. Ana shu asosiy qism (fazadan) so'ng o'yinchi to'p bilan navbatdagi harakatga tayyor holatni qabul qiladi.

To'p uzatishlar savatni misol qilish bilan yakunlanadigan barcha kombinatsiyalarning asosi hisoblanadi. O'z ahamiyatiga ko'ra ular faqat to'p tashlashlardan keyingi o'rinda turadi. Biroq aksariyat o'yinchilar to'p uzatishlardan ko'ra to'p tashlashlarni takomilashtirishga ko'proq vaqt sarf qiladilar. Shuning uchun mashg'ulotlar davomida murabbiy to'p uzatishlarga e'tiborini qaratgan holda mashg'ulotni muvozanatlashi lozim.

*O'yinchi uchun asosiy tamoyillar*

- sherikni his etish
- periferik ko'rish
- odindan qaytish
- hisob-kitob

I. Sherikni his etish mohirlik bilan to'pni uzatayotgan o'yinchi maydondagi har bir sherigining pozitsiyalarini hamda jismoniy va psixik qobiliyatlarini doimo his qilib turishi kerak. Ya'ni har bir o'yinchining tezligi to'pga egalik qila olishi malakasi, tajovuzkorligi (ham hujumda, ham himoyada) - fintlarga nisbatan reaksiyasi shchit tagida o'ynay olishi va to'p tashlashlarni bajara olishi nazarda tutilmoqda.

II. Periferik ko'rish. To'p uzatayotgan o'yinchining har doim ham bir xil potensial to'p qabul qiluvchi o'yinchiga va har bir himoyachiga to'g'ri qarab turishi ilojisi, hatto hojati yo'qligi sababli u periferik ko'rish qobiliyatini shu darajada rivojlantirishi kerakki o'z oldida 180 gradus atrofida sodir bo'layotgan barcha hodisalarni ko'ra olishi lozim. Mashg'ulotlar tufayli to'p uzatuvchi o'yinchi boshini oddiy 90



gradusga o'ngga va chapga burib, 360 gradus atrofida sodir bo'layotganlarni ko'rish orqali qamray olishi mumkin.

III. Oldindan qaytish yaxshi o'yinchi hatto to'pni qabul qilib olgunga qadar o'yinni rivojlantirishning eng yaxshi variantlarini oldindan his qilishi mumkin. Sheriklarining hamda ularning himoyachilarining harakatlarini oldindan payqab to'pni o'z vaqtida kerakli zonaga yetkazib berishi mumkin.

IV. Hisob-kitob. Bu persentiv sifat ya'ni sezgi orqali idrok etish bo'lib, uning kerak yoki yo'qligini qachon yuqoridan havolatib to'p uzatish poldan sapchitib yoki to'g'ridan to'p uzatish lozimligini to'pni qabul qilib oluvchi o'yinchi hujum uchun qulay vaziyatda turgan yoki turmaganligini, kimga noqulay vaziyatga to'p uzatib bo'lmasligini raqiblardan qaysi biri himoyada kuchliroq o'ynayotganligini aniqlashga imkon beradi. U yana to'pni qabul qilib oluvchi har bir o'yinchi uchun «Unga tez emas, unga sekin emas» «Unga baland emas, unga past emas» iboralari nimani anglatishni, shuningdek har bir to'p uzatishni o'z vaqtida kerakli miqdorda ayyorlik hamda aldashlar bilan bajarish zarurligini aniqlashga yordam beradi<sup>2</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 24-25 b.

**To'p uzatish.** Zamonaviy basketbolda to'p uzatish o'yin usuli hujum harakatini foydali natija bilan yakunlash imkonini yaratuvchi ustivor ko'nikma ro'lini o'ynaydi.

To'p uzatish o'yin vaziyatini, o'z sheriklarining uzoq - yaqinda joylashishi yoki harakatlanayotganligi, raqiblarning joylashishi yoki ularni qarshilik ko'rsatish zichligiga qarab quyidagi usullarda ijro etilishi mumkin:

- joydan pastdan bir qo'llab baland, past, yerga urib sapchitib va dumalatib uzatish;

- harakat davomida ikki qo'llab ko'krak oldidan baland, past, yerga urib sapchitib va dumalatib uzatish;

- shu usullarni bir qo'lda bajarish;
- shu usullarni yuqoridan bir qo'llab bajarish;
- shu usullarni yuqoridan ikki qo'llab bajarish;
- sakrab yuqoridan ikki qo'llab to'g'ri yo'nalishda uzatish;
- sakrab o'ng yoki chap tomonga burilib - aylanib yuqoridan ikki qo'llab uzatish;
- sakrab yuqoridan bir qo'llab to'g'ri yo'nalishda uzatish;
- sakrab o'ng yoki chap tomonga burilib - aylanib yuqoridan bir qo'llab uzatish;
- joydan yoki harakat davomida yelka oldidan bir qo'llab uzatish;

Yuqorida qayd etilgan uzatish usullari o'ziga hos mazmun va yo'nalishlarda 3 faza davomida ijro etiladi.

- Tayyorgarlik fazasi - to'p qisman orqaga, o'zi tomon tortiladi, gavda qisman orqaga egiladi, oyoqlar qisman egiladi.

- Asosiy faza - oyoqlar yozilib, og'irlik markazi oldinda turgan oyoqqa ko'chiriladi, gavdani oldinga harakatlantirib, qo'l yoki qo'llar keskin to'p bilan yoziladi va uni (yoki ularni) siltab, to'p muvofiq yo'nalishda uzatiladi.

- Yakunlovchi faza - qo'llarning bilak qismi va barmoqlar yordamida uzatilayotgan to'pga yo'nalish beriladi, oyoq va tananing inersion harakati asosida to'p kerak tomonga "uzatiladi".

Hujum jarayonida jamoa kombinatsiya qo'llash uchun to'pni uzatish jarayonida malakasi eng asosiy vositadir. Bu malaka to'pni savatga otish malakasidan keyingi muhim vosita hisoblanadi. Lekin o'yinchilar aksariyat holda to'p otish malakasiga ko'p e'tibor qilib, to'p uzatish qobiliyatlariga kamroq e'tibor beradilar.

Aynan shu uchun murabbiy mashg'ulot jarayonini takomillashtirish uchun to'p uzatish malakasiga ko'proq e'tibor qaratishi lozim.

### **Ikki qo'lda ko'krakdan to'p uzatish**

Raqibning to'liq ta'qib qilish – yo'q bo'lgan vaziyatlarda yaqin yoki o'rta masofadan turib sherigiga tez va aniq to'p

<sup>2</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 24-25b.

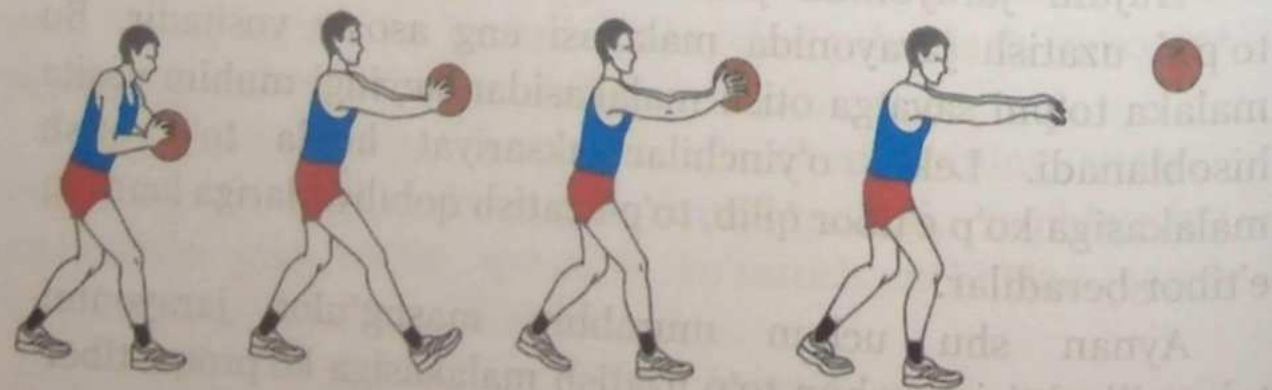


yo'naltirishga imkon beruvchi asosiy usuldir. (37-rasm).

Tayyorlov darajasi: to'p qo'l panjalarining yuqoridan oldinga va pastga keyin tana bo'ylab yuqoriga ilmoqsimon harakat bilan ko'krakka olib kelinadi, qo'l panjalari o'zi tomonga (maksimal yoziladi): «olinadi» tana og'irligi tizzadan bukilgan va oldinda turgan oyoqqa ko'chiriladi; orqada turgan oyoq kaftning oldingi qismida tayanchni saqlab qolgan holda tekislanadi tana vertikal holatda ushlab turiladi.

Asosiy faza: oldinda turgan oyoqni tekislash bilan bir vaqtda qo'lning yelka va tirsak bo'g'imlaridan maydonga nisbatan parallel holda izchil yozuvchi harakatlari boshlanadi tana esa yuqoriga-oldinga uzatiladi; oxirgi bo'lib qo'l panjalari ishga tushadi. Ular to'pni bosh barmoq orqali kerakli yo'nalishda unga teskari aylanma harakat bergan holda itarib yuboradilar («siqib otadilar») tana og'irli oldinda turgan oyoqqa ko'chiriladi.

Yakunlovchi faza to'p qo'ldan chiqib ketayotgan vaqtda qo'l panjalari bilak bo'g'imidan to'liq bukilgan va shunday biriktirilgan bo'ladiki, bosh barmoq pastga tushirgan kaftning ichki tomonlari bir-biriga qaratilgan tekislangan qo'llar bo'shashtirilgan holda turadi. Keyin o'yinchi bir oz bukilgan oyoqlarda tayyor holatga keladi, tana o'girligi oyoq kaftlarining oldingi qismiga taqsimlanadi.



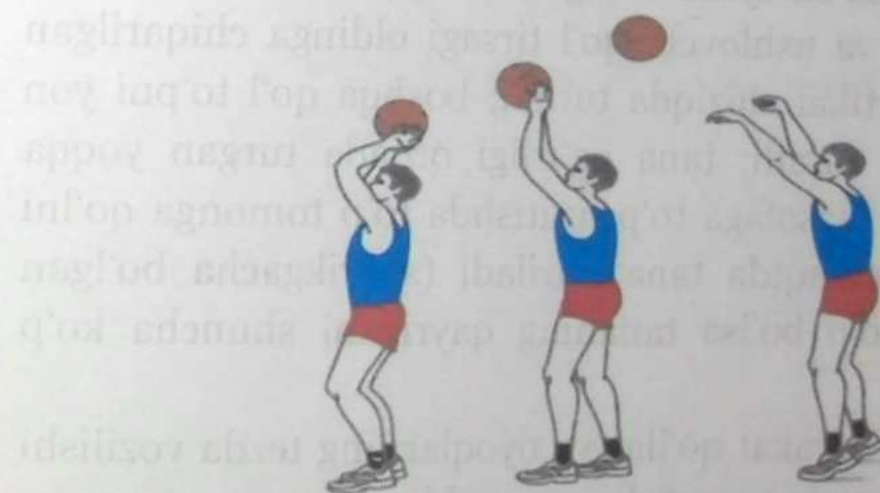
37-rasm.  
Ikki qo'lda ko'krakdan to'p uzatish

**Yuqoridan ikki qo'llab uzatishdan** - ko'proq raqib zich himoya qilayotgan paytida o'rtacha masofalarda foydalaniladi (38-rasm).

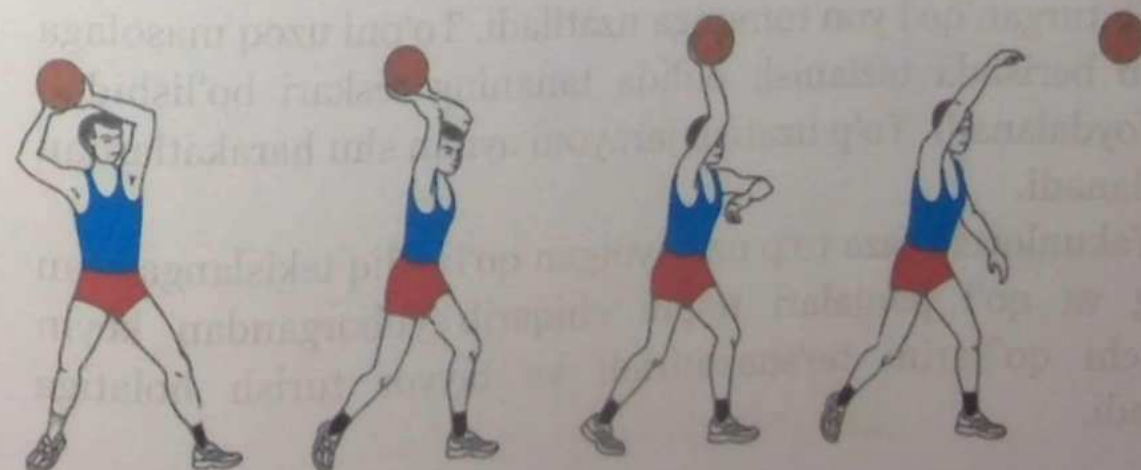
To'pning bosh ustidagi holati uning o'yinchi o'z sherigiga himoyachi qo'llarni ustidan aniq uzatishga imkoniyat beradi.

Tayyorlov qismi: o'yinchi to'pni bir oz bukilgan qo'llari bilan bosh ustiga ko'taradi va uni bosh orqasiga o'tkazadi.

Asosiy qism: o'yinchi keskin qo'l harakatlari bilan, ularni tirsak bo'g'inlarida rostlab va panjalari bilan tez siltash harakat qilib, to'pni sherigiga yo'naltiradi.



38-rasm.  
Yuqoridan ikki qo'llab to'p uzatish



39-rasm.  
Yuqoridan bir qo'llab to'p uzatish



### Yelkadan bir qo'llab to'p uzatish.

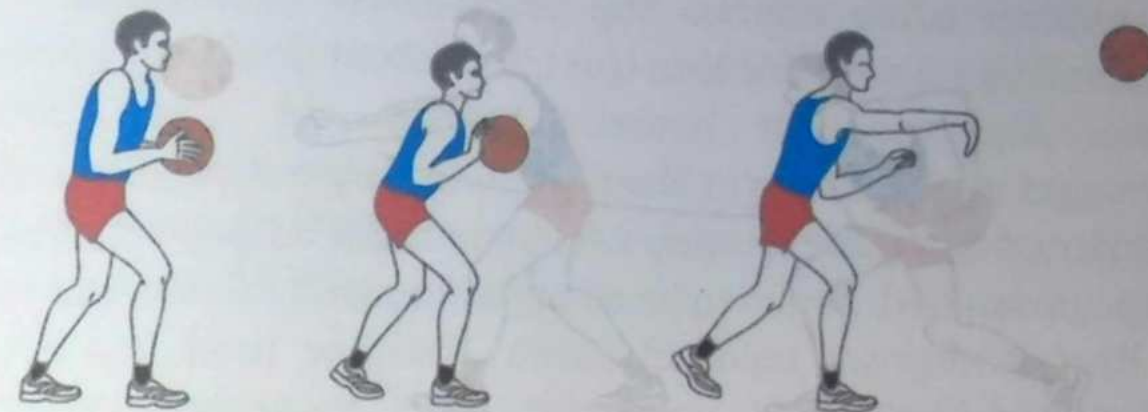
Yelkadan bir qo'lda to'p uzatish yaqin va uzoq masofadagi sherigiga to'pni aniq yetkazib berishga imkon beradi. D.H. To'pni egallab turgan o'yinchining tik turishi to'p uzatish bajariladigan qo'lda oyoq oldinda. Uzoq masofaga to'p uzatishda to'p ushlab turgan qo'lga nisbatan teskari tomondagi oyoq oldinga chiqariladi.

Tayyorlov fazasida qo'llarni bukish hisobiga to'p yelkaga (boshga) yaqinlashtiriladi. To'pning holati uzatayotgan o'yinchi orqa yuzasida joylashgan qo'l panjasi tomonidan nazorat qilinadi, u maksimal darajada orqaga uzatilgan.

Bosh barmoq va ushlovchi qo'l tirsagi oldinga chiqarilgan oyoq bilan bir vertikal chiziqda turadi; boshqa qo'l to'pni yon tomondan ushlab turadi; tana og'irligi orqada turgan yoqqa ko'chiriladi. Uzoq masofaga to'p uzatishda to'p tomonga qo'lni siltanish bilan bir vaqtda tana buriladi (sherikgacha bo'lgan masofa qancha ko'p bo'lsa tananing qayrilishi shuncha ko'p bo'ladi).

Asosiy fazada harakat qo'llar va oyoqlarning tezda yozilishi bilan boshlanadi, u tana og'irligining oldinda turgan oyoqqa ketma-ket ko'chirilishi bilan amalga oshiriladi. To'p uzatadigan qo'l to'liq tekislangandan so'ng qo'l panjasining savalagandek harakati bilan to'pga tekkislanish beriladi, to'p bosh barmoqdan chiqib ketadi, bu o'yinchi teskari aylanma harakat beradi, to'pni ushlab turgan qo'l yon tomonga uzatiladi. To'pni uzoq masofaga uzatib berishda tezlanish oldida tananing teskari bo'lishidan faol foydalanadi. To'p uzatish jarayoni aynan shu harakatlardan boshlanadi.

Yakunlovchi faza to'p uzatayotgan qo'l to'liq tekislangandan so'ng va qo'l panjalari to'pni chiqarib yuborgandan keyin o'yinchi qo'llarini bo'shashtiradi va tayyor turish holatiga qaytadi.



40-rasm.  
Yelkadan bir qo'llab to'p uzatish.

### Pastdan bir qo'llab to'p uzatish

Yaqin va o'rtacha masofalarga, raqib to'pni yuqoriga tutib olishga zo'r berib harakat qilgan paytda bajariladi. To'pni sherigiga raqibning qo'l ostidan yo'naltirishadi

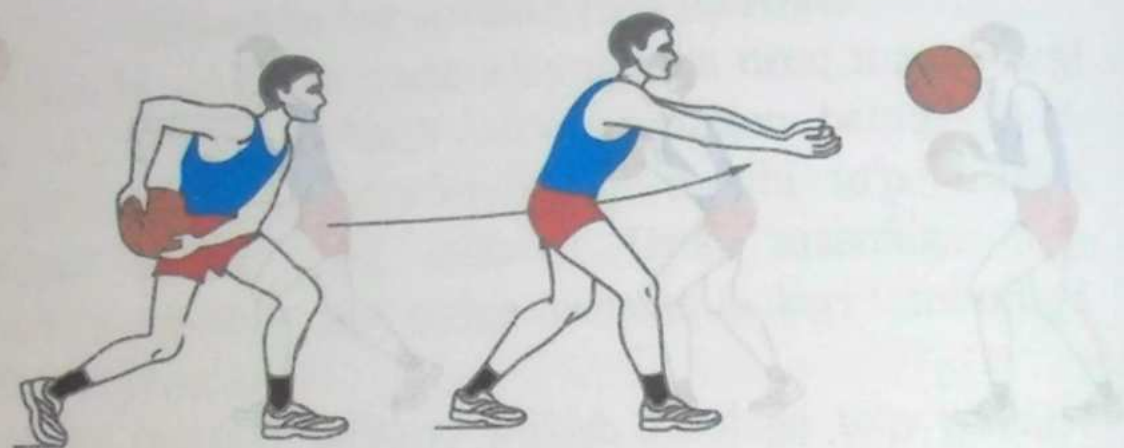
Tayyorlov qismi: to'g'ri yoki bir oz bukilgan qo'lni to'p bilan orqaga o'tkaziladi, to'p kaftda yotadi, barmoqlar bilan va markazdan qochiradigan kuch tufayli ushlab turiladi.

Asosiy qism: qo'lni to'p bilan sonni yonidan oldinga-yuqoriga chiqariladi. To'pning uchib chiqishi uchun panja yoyiladi va barmoqlar uni itarib yuboradi.

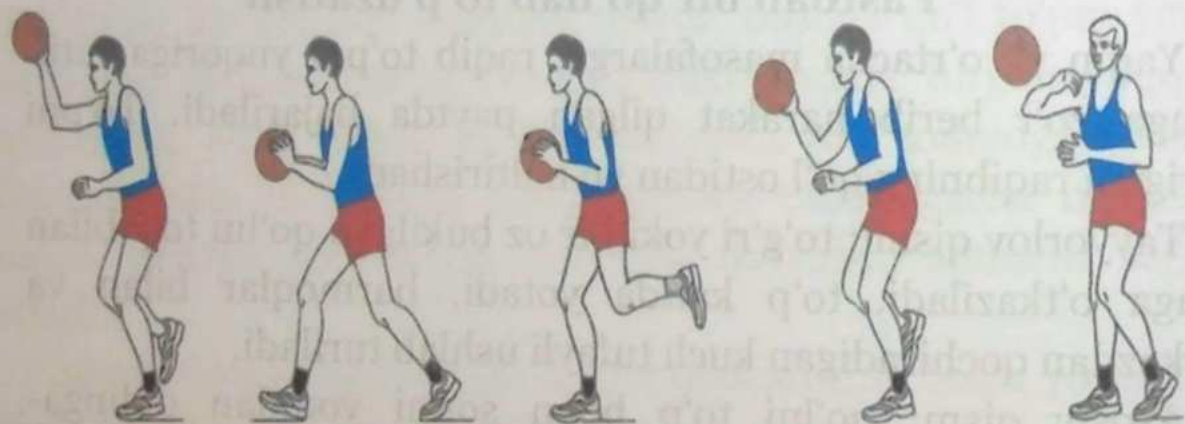


41-rasm.  
Pastdan bir qo'llab to'p uzatish





**42-rasm.**  
**Pastdan ikki qo'llab to'p uzatish**



**43-rasm.**  
**Harakatda elkadan bir qo'llab to'p uzatish**

Ikki qo'lda pastdan to'p uzatish tuzulishi va maqsadiga ko'ra bir qo'lda to'p uzatish mashqidan farq qilmaydi. Farqi shundaki to'p orqaga olinadi va doimo ikki qo'l bilan nazorat qilinadi, o'rta va jimjiloqning kuchi bilan qo'l panjalaridan to'pni kuchli «siqish» orqali to'pga kerakli yo'nalish da kuchlanish beriladi. Yakunlovchi lahzada qo'l kaftlari oldinga yuqoriga o'girilgan bo'ladi.

Ta'kidlab o'tilganidek keskin raqobat o'yinda shunday vaziyatlar yuzaga keladiki, faqat yashirincha to'p uzatishlar evaziga to'pni sherigiga yetkazib berishi mumkin bo'ladi.

Zamonaviy basketbolda qo'l ostidan yelka ustidan va orqadan oshirib yashirincha to'p uzatishlar tez-tez qo'llaniladi, ular faqat bir qo'lda maksimal tez va raqib uchun kutilmaganda bajariladi. Hujumchi to'p uzatishning tayyorlov darajasi vaqtini minimumgacha qisqartirishiga va harakatlar amplitudasini kamaytirishga harakat qiladi. To'p uzatayotgan o'yinchi faqat periferik ko'rishi hisobiga sherigini ko'radi va tayyorlanayotgan to'p uzatishning asl yo'nalishini oxirgi pallagacha yashiradi.

Manba:

D.Brown. *Handbook of Basketball Fundamentals and Drills.*

U.S.A. – 2010. – 25-27 b.

### **To'pni urib yurish**

O'yinchiga to'p bilan maydon bo'ylab hohlagan tezlikda va istalgan yo'nalishda harakat qilishga imkon beruvchi usuldir. Bunday harakatlanishlar to'pni o'ng yoki chap qo'l bilan urib to'g'ri yo'nalishida va yonlanma (o'ng yoki chap yonlanma) holatda oddiy yugurish, yugurish orqali ijro etiladi.

Boshqa barcha holatlarda qarshi hujum tezligini pasaytirmaslik uchun va o'yin jarayonini buzmaslik uchun to'pni urib yurishdan bekordan-bekorga foydalanmaslik kerak. Olib yurish to'pni bir qo'l bilan yengil ketma-ket pastga oldinga urish bilan amalga oshiriladi (yoki galma-gal o'ng va chap qo'l bilan), oyoqlardan biroz chapga va oldinga yo'naltiriladi. Asosiy harakatlarni tirsak va bilak bo'g'inlari bajaradi. Muvozanat holatini saqlash va harakat yo'nalishini tez o'zgartirish uchun oyoqlarni bukish kerak.

To'pni urib harakatlanishi o'yin vaziyati va ehtiyojiga qarab quyidagi holatlarda qo'llanilishi mumkin.

- keskin shiddatda qayta hujum uyushtirishda;
- raqiblarning zich qarshiligini yorib o'tishda;

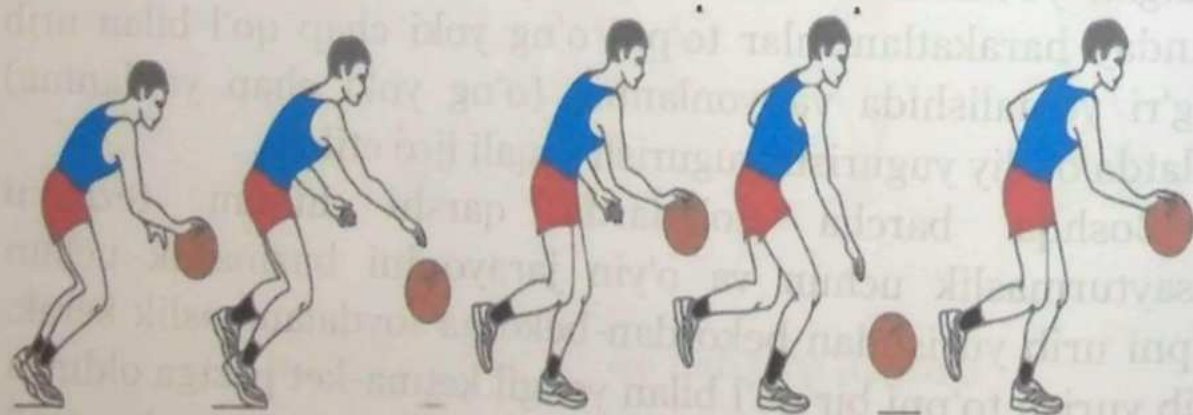


– himoyachini “aldab - chalgʻitib” oʻtib toʻpni “ochilgan” (qulay joyda turgan) sherigiga uzatish yoki savatga tashlash uchun harakatlanishda;

– raqibni “oʻz oldiga chaqirish”, raqiblar va oʻz oʻyinchi harakatining joylashish yoki raqiblar harakatini tahlil qilishda va hisobni saqlash uchun oʻyni choʻzish holatlarda qoʻllaniladi.

Dastlabki holatda toʻpni oʻng qoʻl bilan urib harakatlanishda chap oyoq oldinda oʻng oyoq orqada, chap qoʻlda urib harakatlanish uchun oyoqlar aksincha joylashadi. Oyoqlarni bukilish - yozilish burchagi va gavdaning harakatlanish dinamikasi toʻpni urib harakatlanish tezligi, harakat yoʻnalishi va chalgʻituvchi harakat (fint) turiga qarab har hil boʻladi.

Basketbolchi toʻpni urib yurishni oʻng va chap qoʻl bilan yaxshi bir xil ravishda oʻrganishi shart (44-rasm).



44-rasm.

#### Toʻpni oʻng qoʻl bilan urib harakatlanish

Toʻp olib yurish koʻpincha turli hil zarurat darajasida foydalaniladigan quroldir. Oʻyinchi koʻp hollarda toʻp olib yurishdan haddan ortiq foydalanadilar, oʻzlarini «super» dribler qilib koʻrsatishni yoqtiradilar, garchi ular faqat toʻp olib yuradilar xolos. Bu bobda toʻp olib yurish asoslari, shuningdek, toʻp olib yurishni rivojlantirish boʻyicha ayrim tavsiyalar koʻrib chiqiladi.

Asosiy vazifa oʻyinchi oʻzining toʻp olib yurish mahoratini qanday namoyon qilishga oʻrgatishdir. Asosiy tamoyili – malakali driblerchilarga hamda samarali «usta»ga aylantirishdir.

Toʻp olib yurish qoʻllanilayotgan paytda oʻyinchi bir nechta muhim tamoyillarga eʼtibor qaratishi lozim: tizzalar bukilgan boʻlishi va toʻp qoʻl barmoqlari uchi nazorati ostida boʻlishi kerak. Odatda, toʻp oʻyinchi belidan yuqorida turmasligi kerak. Toʻpni olib yurish tezligi yuqoriga koʻtarilib ketishiga sabab boʻlishi mumkin. Oʻyinchi toʻp olib yurishni shunday tezlikda bajarishi kerakki, bu tezlikda u harakatlanishi, toʻxtatishi, harakat yoʻnalishi va suʼratini oʻzgartirishi va bunga toʻp ustidan nazoratni yoʻqotib qoʻymasligi zarur. Juda yaxshi dribler bu barcha elementlarni yuqori tezlikda bajarishga qodir boʻladi<sup>3</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 17 b.

Toʻp olib yurish uchun oʻyinchi koʻrsatmalar

- Toʻp olib yurishdan toʻp bilan zonaga kirib borish, savat tomonga oʻtish uchun burchakni yaxshilash, toʻpning yoʻqotilishini oldini olish yoki sherigidan, toʻsiqdan foydalanishi hamda keyinchalik oʻtib ketish maqsadida foydalanish.

- Savatga tomon ochiq joy boʻlmasa, toʻp olib yurish zonasiga kirmaslik.

- Maydondagi barcha oʻyinchi koʻrish uchun boshingizni tekis tutish.

- Toʻp olib yurishdan raqibga qarshi foydalanish vaqtida toʻpni himoyachidan berkitib turishi uchun boʻsh yoʻllardan foydalanish.

- Toʻp olib yurishni qulay boʻlgan qoʻlingizda bajarish.

- Maydonning kuchli tomonlari va yon chiziqlar hamda maydon burchaklaridan uzoqroqda yurish.

<sup>3</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 17 b.

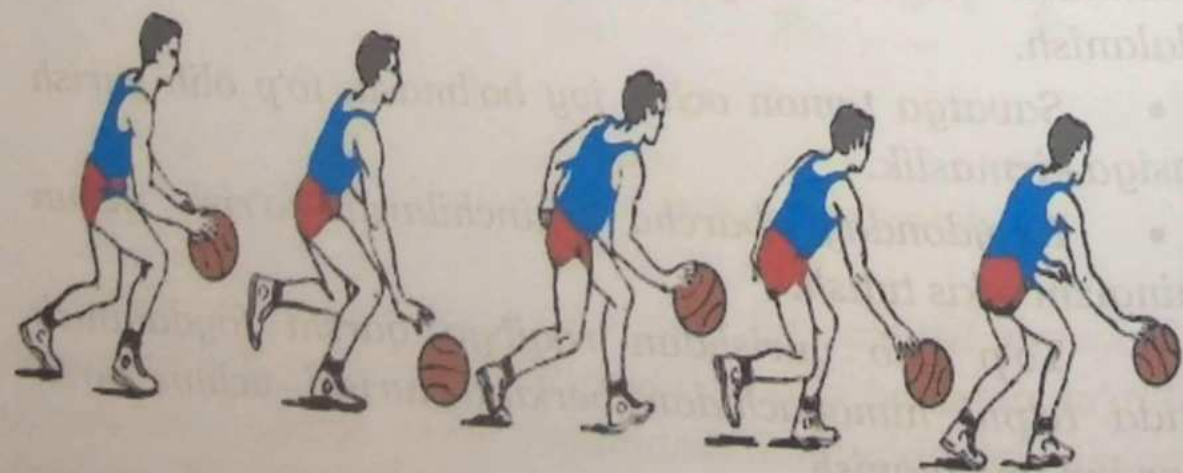


- To'pni maydonning ikkala tomonida hech qachon olib yurmaslik.
- To'pni himoyachidan himoya qilish va yaxshiroq nazorat qilish uchun belingizdan pastroqda ushlab turish. To'pni tez sur'atda olib yurishda to'pni ko'krakka yaqinroq ushlashga harakat qilish.
- To'p olib yurish maydon bo'ylab harakatlanish uchun qo'llash.
- To'p olib yurishni boshlashdan oldin himoyachidan o'tib ketishi uchun bosh hamda elkalar bilan aldamchi harakatlarni bajarish.

To'p olib yurishdagi keyingi mashqlar to'pni mukammal egallab olishni o'rgatish hamda to'p ustida ishlashga e'tibor berish uchun mo'ljallangan. Bu mashqlardan ayrimlari butun maydon bo'ylab guruh bo'lib, ayrimlari esa birga-bir bajariladi<sup>4</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 18 b.

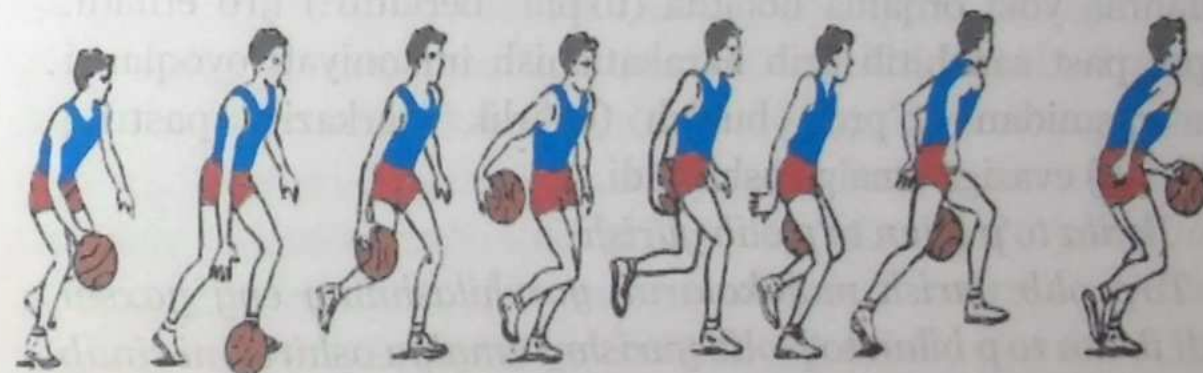
To'pni baland va past sapchitib urib harakatlanish ko'rish nazoratida yoki ko'rish nazoratisiz ijro etilishi mumkin.(40, 41, 42, 43- rasmlar)



**45-rasm.**  
To'pni past olib yurish.



**46-rasm.**  
To'pni to'g'ri chiziq bo'ylab olib yurish.



**47-rasm.**  
To'pni orqadan o'tkazib, yo'nalishni o'zgartirib olib yurish.



**48-rasm.**  
To'pga qaramasdan yerga urib yurish.

<sup>4</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 18b.  
142



Oyoqlarning burilishi joylashishi yozilishi burchagi va gavdaning harakatlanish dinamikasi to'pni urib harakatlanish tezligi harakat yo'nalishi va chalg'ituvchi harakat (fint) turiga qarab har hil bo'ladi. To'pni baland sapchitib urib harakatlanishi. Bu usul raqib qarshiligi bo'lmagan holatda yoki uzoq oraliqda bo'lganda shchit tomon tezkor harakatlanish uchun qo'llaniladi. Bunday usul amaliyotda "tezkor dribling" deb yuritiladi.

To'pni past sapchitib urib harakatlantirish. Ushbu usul raqib yaqin turgan bo'lsa, yoki zich qarshilik ko'rsatayotgan bo'lsa, urib borilayotgan to'pni urib chiqarish havfi bo'lsa qo'llaniladi. Bunday holatda to'pni urib yurish raqibga nisbatan yonlanma yoki orqama holatda (to'pni "berkitib") ijro etiladi. To'pni past sapchitib urib harakatlanish imkoniyati oyoqlarni tizza qismidan ko'proq bukish (og'irlik markazini pastroq tushirish) evaziga amalga oshiriladi.

#### **Ikkita to'p bilan to'p olib yurish**

To'p olib yurish malakalarini yaxshilashning eng yaxshi usuli ikkita to'p bilan to'p olib yurishni amalga oshirishni sinab ko'rishdir. Ikkita to'p bilan bajariladigan bir nechta mashqlar mavjud. Bu bo'limda biz ulardan oltitasini muhokama qilamiz.

#### **Turgan joyda ikkita to'p bilan to'p olib yurish**

Mashqning maqsadi: To'p olib yurish vaqtida tananing holati hamda to'pni to'g'ri his qilish ustida ishlash.

Mashqning bayoni: Har bir o'yinchida ikkitadan to'p (yoki to'plar yetishmasa, juftliklarga bo'linishlari kerak). Mashq bir vaqtning o'zida ikkita to'p bilan to'p olib yurish qilishdan boshlanadi. O'yinchilarning nigohi to'g'riga qaratilgan, tizzalar bukilgan va to'plar sonlardan sonlarga ko'tariladi. To'p olib yurish qo'l va barmoqlari uchi bilan bajarilishi kerak. O'yinchilar mashqni 30 sekunddan bajarishlari hamda sheriklari bilan almashishlari zarur.

Murabbiyning ko'rsatmasi: O'yinchilarga oyoq sonlari qancha past tursa, to'p olib yurish shuncha pastroq bo'lishini

eslatib turish. Bu mashqni amaliyotda to'pni nazorat qilish ustida ishlashning bir qismi sifatida har kuni bajarish lozim.

**Ikkita to'p bilan navbatma-navbat to'p olib yurish**  
Mashqning maqsadi: To'p olib yurish vaqtida tananing to'g'ri holati hamda to'pni to'g'ri his qilish ustida ishlash.

Mashqning bayoni: O'yinchilar joyida turadilar, lekin bir vaqtning o'zida ikkita to'p bilan to'p olib yurish qilishi, ular har xil qo'lda navbatma-navbat to'p olib yurish bajarilishi lozim. To'p olib yurishning barcha asoslari bir hil: to'p sonlardan pastroqda, tizzalar bukilgan, mos tushirilgan, to'p qo'l barmoqlari uchida ushlab turiladi.

Murabbiyning ko'rsatmalari: To'pni sonlardan pastroqda ushlash muhim ekanligini namoyish qilish maqsadida o'yinchilar bu mashqni bajarishda turishlari kerak. To'plar har tomonga sabchib ketadi. O'yinchilarga ularning sonlari qancha past tursa, xatoga yo'l qo'yish imkoniyati shuncha kamroq bo'lishini tushuntirishi lozim va aksincha, o'yinchilar turib qolsalar xato qilish imkoniyati ortadi va to'p ustidan nazorat qilish imkoniyati yo'qotiladi. Bu mashq har kuni 30-60 soniya bajarilishi kerak.

#### **Ikkita to'pni bir vaqtning o'zida tezlik bilan olib yurish**

Mashqning maqsadi: To'p olib yurish vaqtida tananing to'g'ri holati va to'pni to'g'ri his etish ustida ishlash

Mashqning bayoni: Sirt chizig'ida ikki kishidan beshta qator turadi. O'yinchilar bir vaqtning o'zida ikkita to'p bilan yurishni katta tezlikda bajarishadi. Ular jarima zarbasi chizig'igacha yetmay maydonning yarimigacha boradilar va orqaga qaytadilar. Ular sirt chizig'iga yetib kelganlarida to'pni qatorda keyingi o'yinchiga uzatadilar. O'yinchilar to'g'riga qarab turishlariga, tizzalari bukilganligiga hamda to'pni sondan yuqoriroqqa ko'tarib yubormasligiga e'tibor qaratish. To'p olib yurish qo'l barmoqlari uchi bilan bajarilishi kerak.



Murabbiyning ko'rsatmalari: Ancha baland bo'yli o'yinchilar bu mashqni bajarishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bunday o'yinchilar yurishdan boshlashlari, keyin yengil yugurishga, so'ngra mashqni tezlik bilan bajarishga o'tishadi. Agar biron-bir o'yinchi bu mashqni bajara olmasa, u holda mashqni u burchakdan bu burchakgacha bajarishi mumkin. Bu mashq davomida o'yinchilar to'pga emas, balki polga qarashlari kerakligini eslatib qo'yish. Mashqni har kuni 30-60 soniya davomida bajarish kerak.

### **Ikkita to'p bilan yuqori tezlikda to'p olib yurish**

Mashqning maqsadi: To'p olib yurish vaqtida tananing to'g'ri holati va to'pni to'g'ri his qilish ustida ishlash.

Mashqning bayoni: Sirt chizig'ida ikki kishidan beshta qator joylashadi. O'yinchilar ikkita to'p bilan navbatma-navbat to'p olib yurishni jarima zarbasi chizig'igacha yoki maydonning yarimigacha boradilar va orqaga qaytadilar. Ular sirt chizig'igacha etib kelganlarida to'pni qatorda turgan keyingi o'yinchiga uzatadilar. O'yinchilar to'g'riga qarab turishlariga, tizzalari bukilgan bo'lishiga hamda to'pni sondan yuqoriroqqa ko'tarib yubormasliklariga e'tibor qaratish. To'p olib yurish qo'l barmoqlari uchi bilan bajarilishi kerak.

Murabbiyning ko'rsatmalari: Ancha baland bo'yli o'yinchilar bu mashqni bajarishda qiyinchiliklarga duch kelishlari mumkin. Bunday o'yinchilar yurishdan boshlashlari, keyin yengil yugurishga, so'ngra mashqni to'liq tezlik bilan bajarishga o'tishlari kerak. O'yinchilardan biri bu mashqni bajara olmasa, u holda mashqni u burchakdan bu burchakkacha bajarishi mumkin. Bu mashq foydali bo'lishi uchun o'yinchilarga to'pga emas, balki polga qarash kerakligini eslatib qo'yish. Mashqni har kuni 70-60 soniya bajarish kerak.

### **Ikkita to'p bilan orqa bilan olib yurish.**

Mashqning maqsadi: To'pni o'tkazish tananing to'g'ri holati va to'g'ri his etish ustida ishlash, yoki tezkor to'p olib yurish, yoki nazorat ostida to'p olib yurish.

Mashqning bayoni: Sirt chizig'ida ikki kishidan beshta qatop joylashadi. O'yinchilar mashqni ikkita to'p bilan markaziy chiziqqacha bajarishadi. Bu mashqda o'yinchilar to'pni to'g'ri chiziq bo'ylab olib yurishmaydi. Buning o'rniga ular to'pni "archa" simon olib yuradilar. O'yinchi yo'nalishni o'zgartirayotgan paytda u to'pni o'tkazishni bajarishi lozim. O'yinchilar o'tkazish paytida to'pni past ushlashlari va qatopda turgan keyingi o'yinchiga to'pni uzatishlari zarur.

Murabbiyning ko'rsatmalari: Ancha baland bo'yli o'yinchilar bu mashqni bajarishda qiyinchiliklarga duch kelishi mumkin. Bunday o'yinchilar yurishdan boshlashlari, keyin engil yugurishga, so'ngra mashqni to'liq tezlikda bajarishlari kerak. Bu mashq foydali bo'lishi uchun o'yinchilarga to'pga emas, balki polga qarash kerakligini eslatib o'ting. Mashqni 70-60 soniya davomida bajarish kerak.

### **Himoyachiga qarshi o'ynashda ikkita to'p olib yurish**

Mashqning maqsadi: Tananing to'g'ri holati va to'pni his etish ustida ishlash hamda to'pni qo'ldan-qo'lga o'tkazish bilan himoyachini aldab o'tish.

Mashqning bayoni: Bu mashq o'yinchilarning en chizig'ida ikkita qatop bo'lib joylashadilar. O'yinchilar butun maydon uzunasi bo'ylab ikkita to'p bilan to'p olib yurishni boshlaydilar. Biroq buni himoyachiga qarshi bajaradilar. Himoyachining vazifasi hujumchini to'pni o'tkazishni foydalangan holda yo'nalishni o'zgartirishga majbur qilishdan iborat.

Murabbiyning ko'rsatmalari: Himoyachilarga qo'llarini ishlatishiga ruxsat bermaslik, O'yinchilarning bo'yi, vazni, bajaradigan vazifasi (ampulasi)ga qarab juftliklar hosil qilish



(ya'ni juftliklar katta-kichik bo'lmashligi lozim). Bu mashqni har kuni 70-60 soniya davomida bajarishi kerak.

**Xulosa**

Bitta to'pdan foydalangan holda to'p olib yurish qo'llaniladigan mashq ikkita to'p bilan bajariladigan mashqqa aylantirilishi mumkin. O'yinchilarga to'p olib yurishda tegishli asoslarini bajarishini ma'lum qilish yodingizdan chiqmasin.

### **To'p olib yurish uchun o'yinlar**

Mavsum davomida asosiy tamoillarga asoslangan, lekin hilma-hillik hamda amaliyotda o'zgarishlarni ta'minlaydigan mashqlarni ishlab chiqish zarur. Mashqlarning hilma-hilligi o'yinchilardagi qiziqishi va g'ayratni saqlab qolishga imkon yaratadi hamda mashg'ulotni yanada unumli o'tishiga xizmat qiladi. Bu bo'limda ikkita to'p olib yurish o'yin ko'rib chiqiladi. Ular mashg'ulotlarning qiziqarli o'tishini saqlab qolish uchun mavsum davomida qaysidir paytlarda qo'llanilishi mumkin.

### **Butun maydonda to'p olib yurish texnikasi**

Mashqning maqsadi: Har xil harakatlarini bajarishida to'p olib yurish tezligi ustida ishlash.

Mashqning bayoni: O'yinchilar ikkita teng jamoalarga bo'linadi. O'yinchilar bitta yoki ikkita to'pni butun maydon o'zunasi bo'ylab olib yurishni boshlaydilar. Bir vaqtda yoki navbatma-navbat to'p olib yurish qo'llashni aniqlab oling. Jamoaning barcha o'yinlari to'p olib yurishni u tomonga va orqaga bajara olsalar, shu jamoa g'olib bo'ladi.

Murabbiyning ko'rsatmalari: O'yinchilar estafetada turli hil o'tkazishlarini (masalan; to'pni o'tkazish, oyoqlari ostidan o'tkazish va h.) qo'llashlari lozim. Bu hamma o'tkazishlar ikkita to'p bilan bajarilishi mumkin. G'olib bo'lgan jamoa qandaydir taqdirlanishi zarur (masalan; ular birinchi bo'lib suv ichishlari). O'yinchilar to'pni oldinga otib yuborib, keyin unga etib olmayotganini hosil qiling<sup>5</sup>.

*D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 19-21 b.*

Ko'rish nazorati bilan to'pni boshqarish o'z jamoadoshlarini o'zaro joylashishi yoki harakatlanishi, raqiblarning qarshi harakati, ular va shchit o'rtasidagi oraliqni aniqlash, shu asosda to'g'ri qaror qabul qilish imkoniyatini beradi. Bunday o'yin usuliga o'rgatish asosan dastlabki o'rgatish bosqichlarida muhim ro'l o'ynaydi. Lekin mazkur usul bora-bora to'p bilan harakatlanish elementlarini ko'z bilan kuzatib ijro etishdan ko'rish nazoratisiz to'pni boshqarishga almashtirilishi lozim.

Chunki o'yin davomida o'z harakatiga qarab (ko'z bilan harakat qilib) to'p boshqarish maydondagi vaziyatni nazorat qilish imkoniyatidan mahrum qiladi.

To'pni ko'rish nazoratisiz boshqarish usuli maydonda ro'y berayotgan barcha vaziyatlarni payqash, farqlash, tahlil qilish, shu vaziyatga asosan foydali qaror qabul qilish va uni amalga oshirish qiymatini belgilaydi. Bunday qobiliyat o'yinchida "to'pni his qilish" to'pni boshqarish texnikasi yuksak "avftomatik" tarzda shakllangan bo'lsagina sayqal topadi. Shuning uchun ham mutahassislar ushbu usulga erta yoshlikdan boshlab o'rgatish zarurligini ta'kidlaydi.

### **Savatga to'p otishlar**

Savatga to'pni tashlash basketbol o'yinida qo'llaniladigan barcha hujum usullarining foydali natija bilan yakunlanishini ta'minlovchi asosiy ko'nikma bo'lib hisoblanadi. Aynan shu ko'nikmaning samarali natija bilan ijro etilishi soni o'yin taqdirini hal qiladi. Savatga to'p tashlash turlari o'yinchini maydonda turgan yoki harakatlanayotgan joyi shchitga nisbattan turgan oraliq, raqib va raqiblarning qarshiligi, to'pni qaysi joyda turgan sherigidan va qanday yo'nalishda qabul qilganligiga qarab o'ziga hos xususiyatlar bilan farqlanadi.



Jumladan:

- pastdan bir qo'llab to'p otish;
- ko'krak oldidan ikki qo'llab to'p otish;
- yuqoridan ikki qo'llab to'p otish;
- yuqoridan bir qo'llab to'p otish "kryuk" usulida;
- elkadan to'pni o'ng (chap) tomonidan, o'ng yoki chap qo'llab otish;

- joydan yoki faol harakatdan so'ng sakrab to'pni yuqoridan otish;

- joydan yoki faol harakatdan so'ng sakrab havoda o'ng yoki chap tomonga 90, 180 va 360 burilib - aylanib to'pni yuqoridan bir qo'llab, o'ng yoki chap qo'l bilan otish "kryuk" usulida;

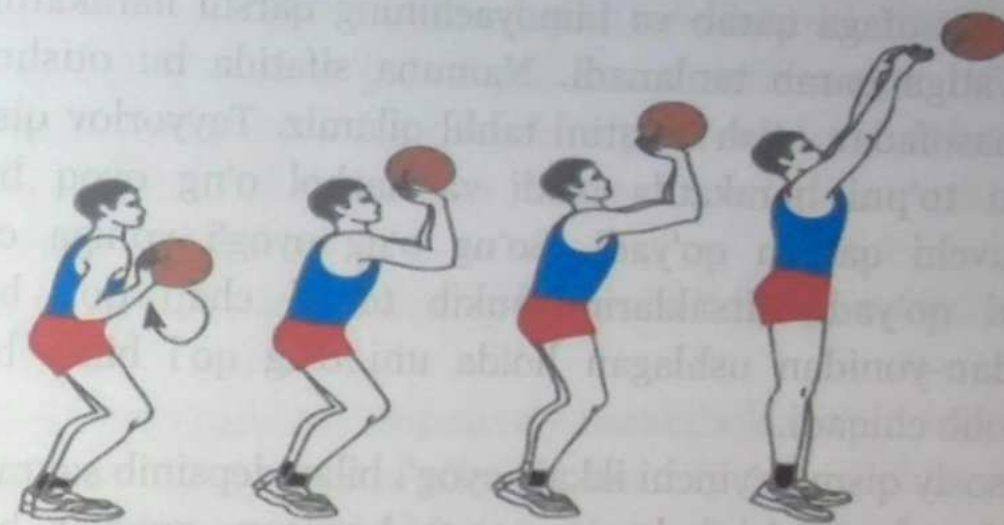
To'p otishni bajarishga tayyorlanish jamoa hujumidagi asosiy mazmunni tashkil etadi, halqaga tushirish esa - uning bosh maqsadidir. Bellashuvda muvaffaqiyatli qatnashish uchun har bir basketbolchi faqatgina uzatish, ilib olish va to'pni olib yurishni qo'llashni bilishi emas, balki har xil holatlardan, raqib qarshiligiga qaramay istalgan masofadan to'p otishni bajarishi, halqaga aniq hujum qilishi kerak.

O'yinchining o'zgarayotgan vaziyatni va hujum uchun har bir qulay vaqtdan foydalanishga harakat qilish, o'yinchining shaxsiy iste'dodi va xususiyatlarini hisobga olgan holda, otishning usullarini har xil ko'rinishdagi arsenalini egallash kerakligini aniqlaydi. Savatga otishning aniqligi birinchi navbatda oqilona texnika, harakatlar turg'unligi va ularni boshqarish, muskullarning kuchlanishi va bo'shashtirilishi to'g'ri almashishi, qo'l panjalarining kuchi va harakatchanligi, ularning yakunlovchi kuchlanishi bilan shuningdek, to'pning optimal uchish trayektoriyasi va aylanishi bilan aniqlanadi.

### **Ko'krakdan ikki qo'llab to'pni otish**

Ko'proq uzoq masofalardan savatga hujum qilish uchun foydalaniladi. Agar himoyachi faol qarshilik qilayotgan bo'lsa, otishning usulini shug'ullanuvchilar tezroq o'zlashtiradi,

modomiki uning tuzilishi to'pni o'sha usul bilan uzatishning tuzilishiga yaqin.



49-rasm.

### **Ko'krakdan ikki qo'llab to'pni otish**

Yuqoridan ikki qo'llab to'p otishni raqibning ta'qibi kuchli bo'lganda o'rtacha masofalardan bajarish maqsadga muvofiq (50 -rasm).



50-rasm.

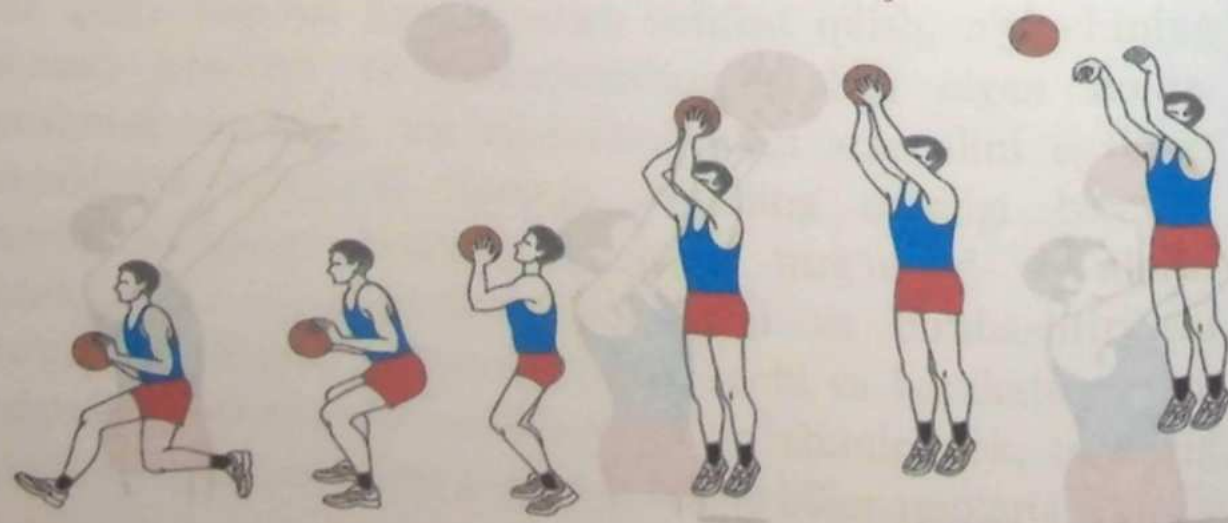
### **Yuqoridan ikki qo'llab to'p otish.**



### Sakrab yuqoridan bir qo'llab to'p otish.

Sakraganda to'p otish zamonaviy basketboldagi hujumning asosiy vositasidir. Bu otishning bir qancha ko'rinishlari bor. Ularni masofaga qarab va himoyachining qarshi harakatining xususiyatiga qarab tanlanadi. Namuna sifatida bu otishning o'rta masofadan otish holatini tahlil qilamiz. Tayyorlov qismi: o'yinchi to'pni harakatda oladi va darhol o'ng oyoq bilan to'xtatuvchi qadam qo'yadi. So'ng o'ng oyog'i yoniga chap oyog'ini qo'yadi, tirsaklarini bukib to'pni chap qo'l bilan orqasidan-yonidan ushlagan holda uni o'ng qo'l bilan bosh ustiga olib chiqadi.

Asosiy qism: o'yinchi ikkala oyog'i bilan deysinib sakraydi, bunda gavda to'g'ri halqa tomonga burilgan, oyoqlar biroz bukilgan. Sakrashning yuqori nuqtasiga yetgan paytda o'yinchi o'ng qo'lining oldinga-yuqoriga to'g'rilanishi bilan to'pni hamda barmoq panjalarining kuchli, lekin mayin harakati bilan yo'naltiradi. To'pga teskari aylanma harakat beriladi. O'ng qo'l panjasining harakati boshlangan paytda chap qo'l to'pdan olinadi (51-rasm).



51-rasm.

Sakrab yuqoridan bir qo'llab to'p otish.

To'pni savatga sakrab aniq tashlash oyoqlar yordamida bajariladi. Mushak kuchlanishlarini aniq tabaqalash,

mushaklarning to'g'ri ketma-ketlikda zo'riqishi va bo'shashtirilishi, qo'llar, tana va oyoqlar harakatlarining aniq muvofiqligi, qo'l panjalarining kuchi va harakatchanligi, harakatlarning barqarorligi va bajarilish sharoitlariga qarab ularning boshqaralishi psixologik barqarorlik o'ziga bo'lgan ishonch, to'pning optimal trayektoriyasi va barmoqlarning yakuniy kuchlanishlari, bilan to'pga beriladiga aylanma harakatlari va boshqalar<sup>6</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 45 b.

Sakrab to'p tashlash zamonaviy basketbolda o'yin taqdirini hal qiluvchi asosiy vosifa sifatida tan olingan. Ushbu o'yin ko'nikmasi 3-hil xususiyat bilan farklanuvchi usullarda amalga oshiriladi:

Sakrash davomida (sakrash balandlikka yuqori nuqtaga ulangan) to'p otish:

Avval sakrab sakrash balandligining maksimal nuqtasiga to'p otish:

Harakatdan so'ng yuqoridan bir qo'llab "kryuk" usulida "havoda uchib borish" to'p otish:

Ushbu to'p otish usullari yuqoridan ikki qo'llab yoki bir qo'llab ijro etilishi mumkin.

1-chi usul aksariyat oraliqlardan savatni ishg'ol qilish uchun qo'llaniladi.

2-chi usul shchitga yaqinroq joydan raqib qarshiligida qo'llaniladi. Aynan shu usul bugungi kunda kuproq qo'llaniladi.

3-chi usul uzoq va yaqin oraliqlardan raqib qarshiligini yengib o'tib sakrash, sakralishini to'p tashlash bilan yakunlash tartibida amalga oshiriladi. Sakrab savatga to'p tashlashning bir qator usullari 49,50,51-rasmlarda aks ettirilgan.

**Bir qo'l bilan "kryuk" (aylanma) usuli bilan to'p otishni ko'proq markaziy o'yinchilar baland bo'yli**

<sup>6</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 45 b.



himoyachining faol qarshi harakati paytida yaqin va o'rta masofa oraliqlardan hujum qilish uchun foydalaniladi.

Tayyorlov qismi: o'yinchi chap oyoq bilan raqibni qarshi tomonga qadam qo'yadi, chap oyog'ini yengil bukib, shchit tomonga chap yoni bilan buriladi. To'p tushirilgandan o'ng qo'lning bukilgan panjasida va yuqoridan chap qo'l bilan yo'rdamida ushlab turiladi, savat tomonga boshni buriladi.

Asosiy qism: chap oyoq bilan yerdan itarilib, o'yinchi yuqoriga sakraydi, shu bilan bir vaqtda o'ng qo'lni to'p bilan gavadan uzoqlashtiradi va yoysimon harakat bilan yuqoriga ko'taradi. To'g'ri burchak ostida tirsak bo'g'imida bukilgan chap qo'l to'pni himoyachidan to'sganday bo'ladi, o'ng oyoqning tizzasini yuqoriga tortib olinadi. Qo'l boshga yaqinlashayotganda eng yuqori nuqtada to'pni chiqariladi. Uni bosh ustidan savatga yo'naltirishadi.

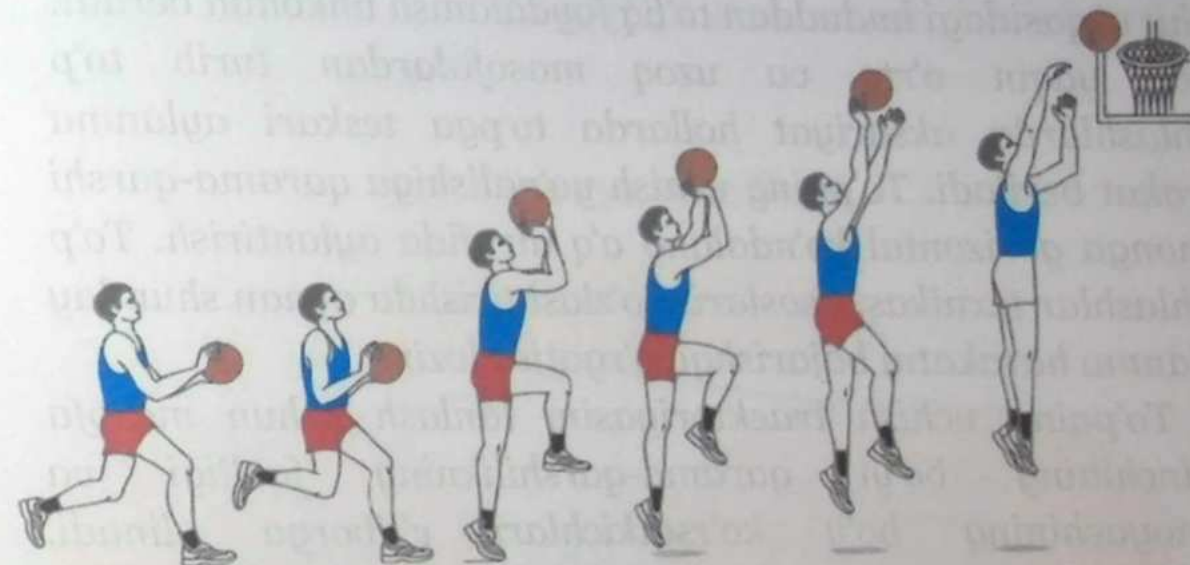
Kuchli ta'qib va straxovka qilish paytida ba'zi markaziy o'yinchilar to'pni qo'l bilan to'liq yoysimon harakat qilishni afzal ko'rishmaydi. Ular to'pni ikki qo'l bilan himoyachidan boshqa tomonga yuqoriga chiqarishadi, so'ng bir qo'l bilan yoysimon yakunlovchi qismini o'tkazishadi, xolos, ya'ni to'pni yarim «kryuk» (aylanma) qilib tashlashadi.



52-rasm.

Bosh ustidan bir qo'l bilan «kryuk» (aylanma) usulda to'p otish

Ikki qadamni qo'yganda hamda sakraganda to'p yuqoriga ko'tariladi va butunlay to'g'rilanayotgan, otadigan qo'lga o'tkaziladi. To'p eng yuqori nuqtasiga ko'tarilgach, panjaning harakati bilan savatga yo'naltiriladi. Birinchi qadam katta, ikkinchisi esa aniq yuqoriga sakrash imkoniyati yaratish uchun kuchikroq qo'yiladi.



53-rasm.

Ikki qadam qo'yib yuqoridan bir qo'llab to'p otish



54-rasm.

To'p urib yurgandan so'ng bir qo'llab yuqoridan to'p otish



To'p otishlarni o'rgatishda shuni e'tiborga olish kerakki, to'pning aylanma yo'nalishi o'yinchining savatga nisbatan joylashuviga va masofaga, shuningdek hujumchi tomonidan qarshilik ko'rsatish darajasiga bog'liq. Shchit tagidan turib qiyin holatlardan to'p tashlashlarda ko'proq vertikal o'q atrofida aylantirish qo'llaniladi, bu shchitdan qaytish nuqtasini erkinroq tanlash hamda o'tish va to'p tashlash uchun shchit orqasidagi hududdan to'liq foydalanish imkonini beradi. Biroq yaqin o'rta va uzoq masofalardan turib to'p tashlashlarda aksariyat hollarda to'pga teskari aylanma harakat beriladi. To'pning uchish yo'nalishiga qarama-qarshi tomonga gorizontallik ko'ndalang o'q atrofida aylantirish. To'p tashlashlar texnikasi asoslarini o'zlashtirishda aynan shunday aylanma harakatni bajarishga o'rgatish lozim.

To'pning uchish traektoriyasini tanlash uchun masofa o'yinchining bo'yi qarama-qarshilikning faolligi va himoyachining bo'y ko'rsatkichlari e'tiborga olinadi. Aniqlanishicha to'p o'ta baland trayektoriya bilan uchayotganda to'p yo'li uzatish tufayli to'p tashlash aniqligi pasayadi. Barcha ideal sharoitlar mavjud bo'lgan hollarda yaqin masofa past-tezkor trayektoriyaning qo'llanilishiga turtki bo'ladi. O'rta (halqadan 3-6 m nari) va uzoq (6 m.dan uzoqroq) masofadan turib to'p tashlashlarda to'pning optimal uchish traektoriyasi parabola hosil qiladi unda halqa sathidan eng baland nuqta 1,4-2 m.ga (o'rtacha traektoriya) teng bo'ladi.

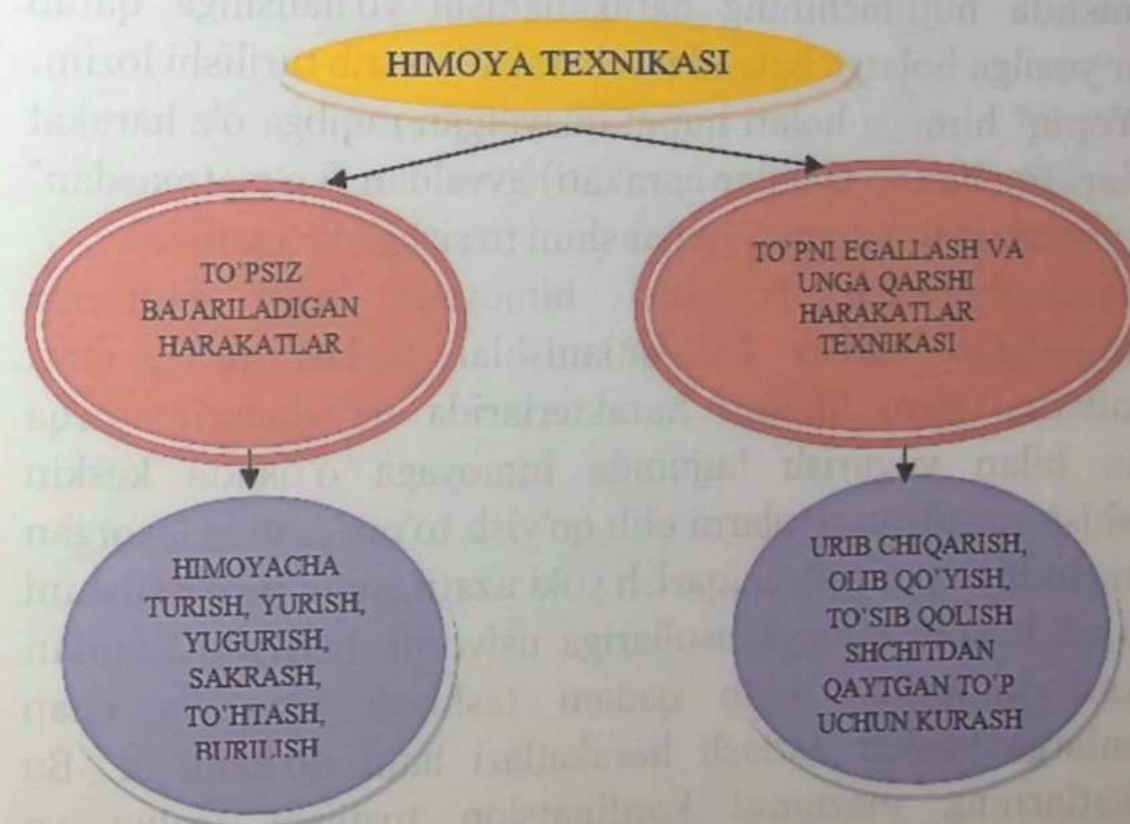
To'p tashlash samaradorligi o'yinchining nishonga olish nuqtasining to'pni qo'ldan chiqarib yuborish burchagini va to'pning uchish trayektoriyasini tanlay olish ko'nikmasi bilan belgiladi. Isbotlanganki shchitga nisbatan 15-45 gradus burchak ostida to'p tashlashlarni shchitdan sapchitib bajarish savatdan oldinga yoki sirt chizig'idan 15-45 gradusda aniqroq burchaklar sektorlarida turgan holda esa bevosita halqaga amalga oshirish (sof tashlash) maqsadga muvofiq.

Mos ravishda nishonga olish nuqtalari tanlanadi. Shchitdan sapchitib to'p tashlashlarda nafaqat o'zining joylashuviga balki qo'llaniladiga tashlash uslubiga ham qaraladi.

Bunga shchitdagi kichik kvadrat mo'ljal bo'lib xizmat qiladi. «Sof» tashlashlarda esa to'p tashlayotgan o'yinchiga nisbatan halqaning old chambaragi mo'ljal bo'ladi<sup>7</sup>.

D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 45-46 b.

### 3.3. Himoya texnikasi



5-andoza

### Holat va harakatlanishlar texnikasi

Holatlar texnikasi basketbolning himoyalashiga holat bu uning tana qismlari (qo'l-oyoqlarni) raqib hujumiga qarshi jangovar holat keltirishi va faol himoya qilinishi "ishga solish" bilan ifodalanadi.

<sup>7</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 45-46 b.



Himoyachining holati 3-hil ko'inishda qabul qilinadi: oyoqlarni parallel joylashtirish va bir oyoqni oldinga joylashtirish va yana "yopiq" holatidir. Oyoqlarni parallel joylashtirilishi holati shchitdan uzoqroq oraliqda to'psiz yoki to'p bilan hujum qilayotgan raqibni ta'qib qilishda (unga qarshilik qilishda) oyoqlarga bir hilda tahsimlanadi. Vaziyatga qarab oyoqlar 130-145-115-130-va 115 graduslar burchagida egilgan bo'ladi.

Bir oyoqni oldinga joylashtirib himoya holatini qabul qilish hujumchi tomonidan to'pni savatga tashlashga yoki uni shchitga yaqinlashishiga yo'l qo'ymaslik uchun qo'llaniladi. Bu usulni o'rganishda hujumchining harakatlanishi yo'nalishiga qarab qo'llar yozilga holatga baland pas harakatlantirib turilishi lozim.

"Yopiq" himoya holati hujim qilayotgan raqibga o'z harakat holatlari (qo'llar va oyoqlar harakati) avvaldan "ko'rsatmasdan" unga yaqinlashib to'pning yo'nalishini to'sishga ko'rsatiladi.

Harakatlanishlar texnikasi himoyada ham hujumda qo'llaniladigan barcha harakatlanishlar turlari va usullari qo'llaniladi. Lekin himoya harakterlarida uz shchitiga orqa tomon bilan yugurish hujumda himoyaga o'tishda keskin tezlashish uzatilgan to'plarni olib qo'yish to'pni urib kelayotgan hujumchida to'pni urib chiqarish yoki uzatilgan to'p yo'nalishini to'sib olish kabi himoya usullariga usivorlik beriladi. Bundan tashkari himoyada siljib qadam tashlash o'ng va chap tomonlarga keskin hatlash harakatlari ham qo'llaniladi. Bu harakatlarning mazmuni kordinatsion tuzilishi tezligi va yo'nalishi yakka guruhligi yoki jamoa hujumi texnikasiga keskin o'zgaruvchan vaziyatlar bilan belgilanadi.

Qarama-qarshi harakatlar va to'p egallash usullari texnikasi bunday harakatlarga quydagilar kiradi:

- yulib olish urib chiqarish ushlab olish
- "yopish" va uzatilayotgan to'pni turtib yuborish :
- o'z shchitidan sapchigan to'pni olib ko'yish :

Yulib olish hujumi kelayotgan raqib to'pini nazorat qilishni susaytirganda aksariyat qo'llaniladi. Bunda himoyachi hujumchi raqibiga yaqin joylashadi va to'pni urishi yo'nalishini o'zgartirishi vaqtida yoki burilish aylanishi vaqtida to'pi yulib olishi mumkun. Lekin raqib qo'lida turgan to'pni tortqilab olish mumkin emas.

Urish chiqarish hujumchi raqib to'pni urib yurishi (yugirish) vaqtida yoki to'pni uzatish chog'ida qo'llaniladi (55-rasm). To'pni urib chiqarishi hujumchi raqibning yon tomonlaridan ham amalga oshirilishi mumkin



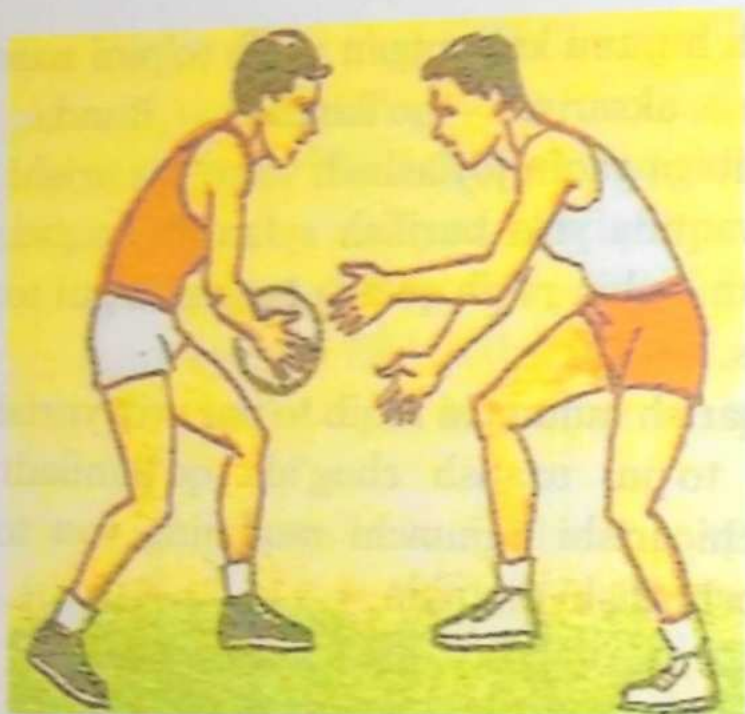
55-rasm.

#### Maydon yuzasidan sapchiyotgan to'pni urib chiqarish

To'pni uzatish vaqtida uni yo'nalishida kesib ushlab olish himoyachining tezkor reyaksiyasi va chaqqonligi bilan belgilanadi.

Hujum qiloyotgan raqib to'pni olib qo'yish usuli zamonaviy basketbolda usivor o'rin egallaydi. Statistik ma'lumotlarga qaraganda har bir o'yinda savatga tashlagan to'plarning 50 foiziga yakuni shchitga qaytadi. Shuning uchun basketbollar iborasi bilan aytilganda, kim shchitni





56-rasm.  
To'pni olib qo'yish

Shchitdan sapchigan to'pni olib qo'yish uchun himoyachida harakat reaksiyasi chaqqonlik va sakrovchanlik nihoyatda yuksak rivojlangan bo'lishi kerak.

Bu usul raqibdan olib urib "qochish" sapchigan to'pni o'z sherigiga yetkazishi yoki juda bo'lmaganda maydon tashqarisiga chiqarib yuborish uchun ko'llaniladi.

Himoya – bor kuch bilan g'alaba qilishga harakat qilayotgan jamoaning tirishlari, agar uning o'yinchilari himoya harakatlari paytida qo'pol xatolarga yo'l qo'ysa, bekor bo'lib qoladi.

Himoyachiga qaraganda hujumchining texnik arsenali bayroq tajriba ko'rsatadiki, himoya malakalarini to'g'ri va diqqat bilan bajarilsa, ular ko'proq universal va samaralidir.

Himoya texnikasi ikkita asosiy guruhlariga:

- maydonga harakat qilish texnikasi;
- to'pni egallash va qarshi harakat qilish texnikasiga bo'linadi.

Maydonda harakat qilish texnikasi

Himoyaning maydonda harakat qilish texnikasi usullarining xarakter va xususiyatlari, o'yinchining faol, mustaqil mudofaa

harakatlari va sheriklari bilan o'zaro harakatlarining aniq holati va maqsadiga bogliqdir.

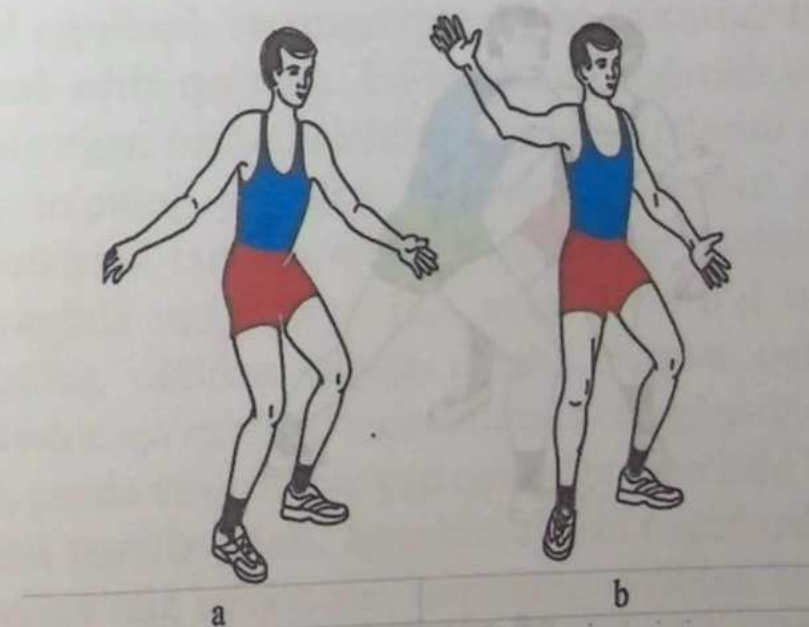
Himoyacha turish

Himoyachi biroz bukilgan oyoqlarda mustahkam holatda turish va hujumchining savatga hujum qilishi va to'pni olishi uchun qulay vaziyatga chiqishini qiyinlashtirishga doim tayyor bo'lishi kerak. O'zi ta'qib qilayotgan o'yinchini diqqat bilan kuzatishi, himoya qiluvchi o'yinchi to'pni va raqibning boshqa o'yinchilarini maydonida ushlashi kerak.

Oyoqni oldinga bir oz chiqarilgan holatda qo'yib turish.

To'pli o'yinchini ta'qib qilinganda unga savatga otish yoki shchit ostiga o'tishga halaqit berish kerak bo'lganda qo'llaniladi. O'yinchi odatda hujumchi va shchit o'rtasida joylashadi. Bir oyog'ini oldinga chiqarib qo'yadi, kutilayotgan savatga otishi to'sish yuqoriga oldinga, boshqa qo'li esa savat uchun xavfliroq yo'nalishda olib borishda halaqit berish uchun yoniga-pastga tushiradi.

Bir chiziqda turish (parallel turish).



57-rasm.  
Basketbolchining himoyacha holati.

a - oyoqlarni parallel joylashtirilishi holati; b - bir oyoqni oldinga joylashtirgan holati



Himoyachi hujumchini to'p bilan o'rtacha oraliqdan sakrashda otishga tayyorlanayotganda ta'qib qilayotganda u xavfli raqib bilan shunday nomlanuvchi parallel turishga yaqinlashadi va nishonga olish uchun yuqoriga chiqishni qiyinlashtirishga harakat qilib, qo'lini to'g'ri tutib to'p tomonga chiqaradi.

Shuni ko'zda tutish kerakki, oyoqni oldinga chiqarib turishga nisbatan parallel turish chidamsizroq va muvafaqiyatsizroq bo'lishiga qaramay, shu vaqtning o'zida tezroq kirishga, tashlanishga faol harakat qilishni boshlashga va ma'lum darajada raqibning o'ng va chap tomonga o'tish yo'lini berkitishga imkon beradi.

Shuningdek himoya o'yinchining hujumchiga yaqin, unga yuzi bilan turganda, uning to'pni olishga imkon bermay, unga shchit oldiga bo'lgan yo'lni kesishga harakat qilib faol himoya qilganda, shunday nomlanuvchi, "yopiq turishdan" ham foydalaniladi.



58-rasm.  
"Yopiq" himoya holati

Himoyachining maydonda harakat qilishi xarakteri va yo'nalishi odatda, hujumchining xarakteriga bog'liq. Shuning uchun himoyachi har doim muvozanat holatini saqlashi va har

qanday yo'nalishda harakat qilishga tayyor bo'lishi, har vaqt yugurish yo'nalishini yonga, oldinga, orqaga (ko'p hollarda orqa bilan oldinga) o'zgartirib, oraliqning qisqa bo'lishida tezlikni oshirib, qisqartirilgan to'xtalish yo'lini va qo'qqis to'xtalishni ta'minlab, raqiblarning qarshi harakat hujumi paytida o'zining siljish tezligini boshqarish kerak.

Himoyachi foydalanadigan yugurish, keskin yugurish, to'xtasdan, sakrash usullari hujumda foydalanadigan tavsiflangan usullarga o'xshash.

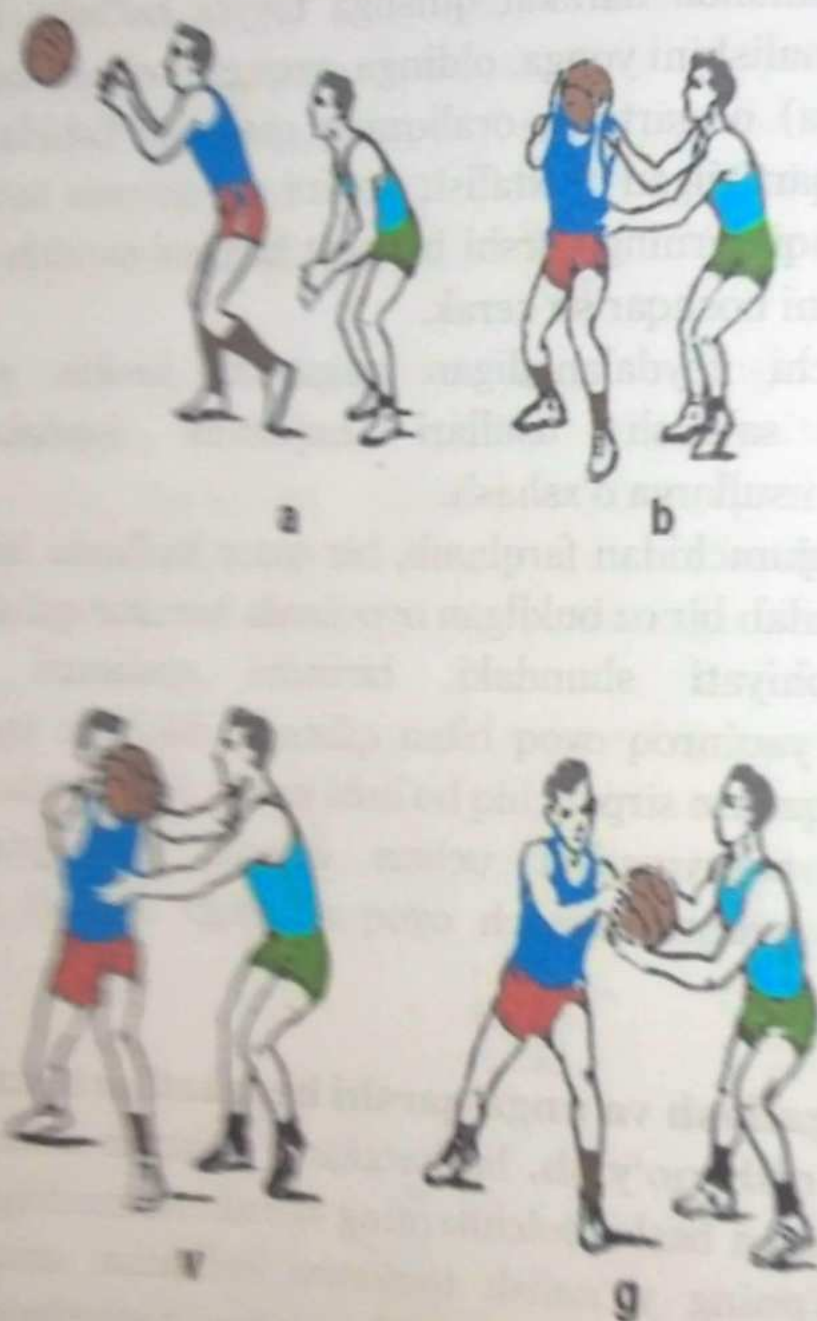
Biroq hujumchidan farqlanib, bir qator hollarda himoyachi yonga qadamlab bir oz bukilgan oyoqlarda harakat qilishi kerak, buning mohiyati shundaki, birinchi qadamni harakat yo'nalishiga yaqinroq oyoq bilan qilinadi, ikkinchi (qo'yilgan) qo'shimcha qadam sirpanchiq bo'lishi kerak. Bu paytda tezlik va chaqqonlik pasaymasligi uchun oyoqni chalishtirish va deysinuvchi oyoqni tayanch oyoq orqasiga qo'yish mumkin emas.

### To'pni egallash va unga qarshi harakatlar texnikasi

**To'pni olib qo'yish.** bu harakatni bajarish uchun o'zaro to'p uzatayotgan basketbolchilarning harakatlarini diqqat bilan kuzatish, to'pning yo'nalish tomonini oldindan aniqlash va to'g'ri pozisiyani tanlash zarur. Himoyadagi basketbolchi to'p uzatish vaqtida uni olib qo'yish maqsadida o'zi to'sib turgan hujumchining oldidan to'pga qarshi chiqish uchun turgan joyidan keskin qo'zg'alishi lozim. Bunda oxirgi qadamning katta qo'yilishi, gavda va qo'llar to'pga qaratilgan, bo'lishi kerak.

**To'pni tortib olish.** Agar himoyachi to'pni ushlab olishga erishsa, unga eng avvalo uni raqibning qo'lidan tortib olishga harakat qilish kerak. Buning uchun iloji boricha ikki qo'l bilan to'pni chuqurroq (kattaroq) ushlashi lozim, so'ng bir vaqtning o'zida gavda bilan burilib, keskin o'ziga siltab tortish kerak. To'pni raqibning qarshiligini yengishi yengillashtiradigan gorizontall o'qi atrofida aylantirish kerak (59-rasm).



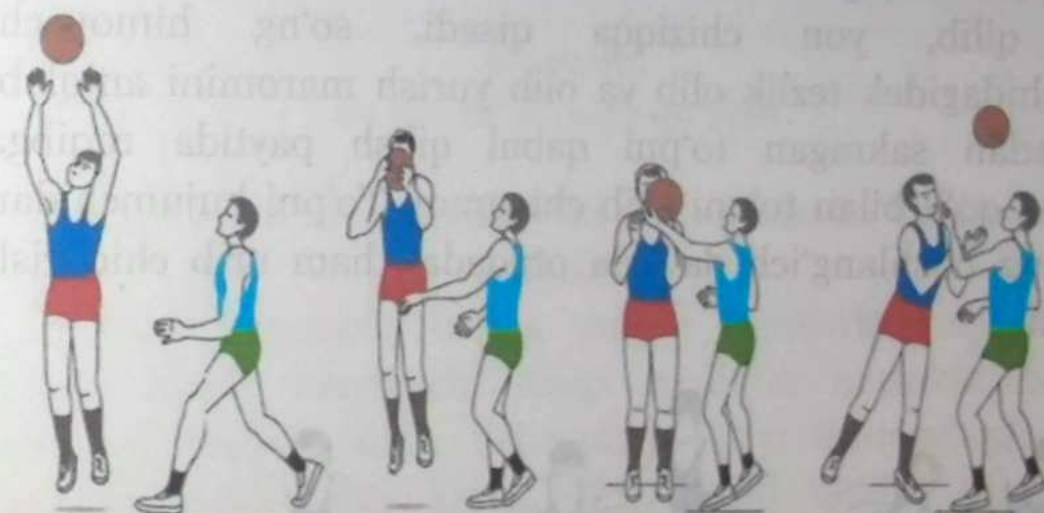


59-rasm.  
To'pni tortib olish.

**To'pni raqib qo'llaridan urib chiqarish.** Himoyachi hujumchining to'p bilan harakatlariga faol to'sqinlik qilib, unga bilan chugur bo'lmagan qarshi harakat bajaradi, so'ng dastlabki holatga qaytadi. Qulay paytda urib chiqarish qattiq kesilgan barmoqlar va panjaning keskin qisqa harakati bilan (yuqoridan yoki pastdan) amalga oshiriladi.

To'pni ilib olish paytida va ko'pincha pastdan urib chiqarishga tavsiya qilinadi. Ayniqsa, to'pni yuqori balandlikda

(sakrashda) tutib olgan va kerakli ehtiyot choralarini ko'rmagan yerga tushayotgan raqibning qo'llaridan pastdan urib chiqarish samaraliroqdir. Agar himoyachi raqibning chalg'ituvchi harakatiga javob qaytarishga majbur bo'lgan bo'lsa va yuqoriga sakragan bo'lsa, unda yerga tushish paytida u to'pni urib chiqarish va shu bilan savatga otishga yoki o'tishga yo'l qo'ymasligi kerak.



60-rasm.  
To'pni raqib qo'llaridan urib chiqarish.



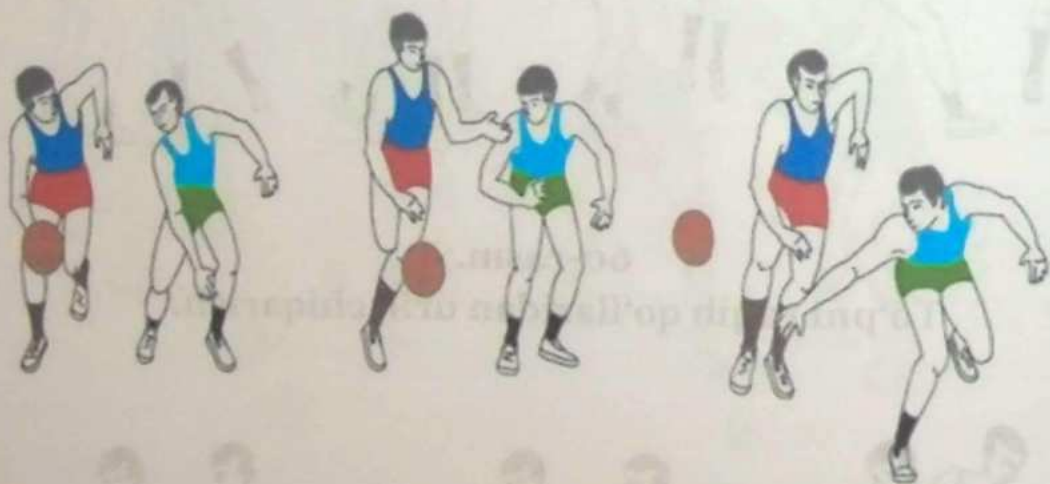
61-rasm.  
To'pni urib yurish  
(yugurish) vaqtida to'pni pastdan urib chiqarish

**To'pni urib chiqarish.** Hozirgi vaqtda to'pni urib chiqarish himoya usullarining maqsadga muvofiqligi va



samaradorligi, shu usullarni bajarish paytida bir vaqtning o'zida himoyachi qo'lining to'p bilan – hujumchining qo'li bilan to'qnashish (tegishi)ga yo'l qo'yadigan o'yin qoidalarining ayrim punktlarining yangi izohlanishi sababli ancha o'sdi.

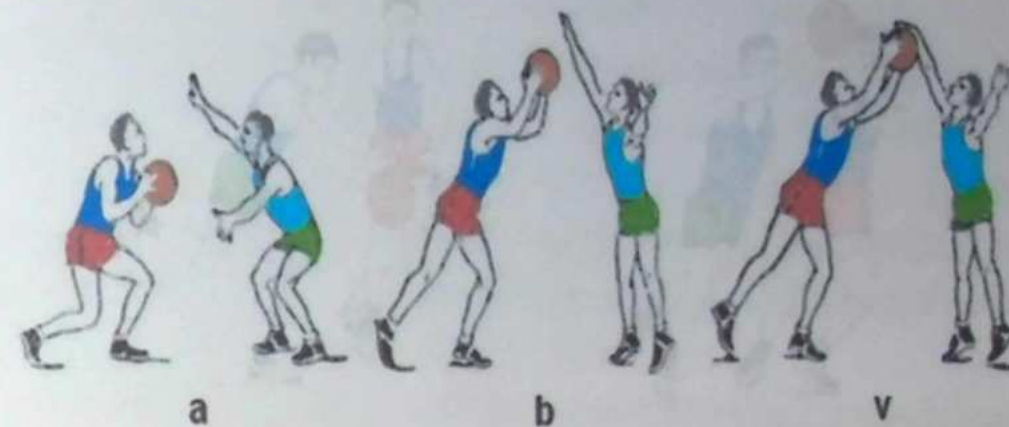
**To'pni olib yugurgan paytida urib chiqarish.** Hujumchining to'p olib yurish bilan o'tishning boshlanish paytida himoyachi raqibga savatga tomon to'g'ridan yo'l qoldirib orqaga bir oz chekinadi yoki yengil sakraydi va uni ta'qib qilib, yon chiziqqa qisadi, so'ng himoyachi hujumchidagidek tezlik olib va olib yurish maromini aniqlab, maydondan sakragan to'pni qabul qilish paytida raqibga yaqinroq qo'li bilan to'pni urib chiqaradi. To'pni hujumchidan o'tishning boshlang'ich davrida oraqadan ham urib chiqarish mumkin.



62-rasm.

**To'pni olib yugurgan paytida urib chiqarish.**

**To'pni to'sib olib qo'yish.** To'pni uzatish paytida to'sib olib qo'yish, to'pni to'sib olib qo'yishning shu usulining muvaffaqiyati avvalo himoyachi harakatining tezligi va o'z vaqtidaligiga bog'liqdir. Agar hujumchi to'pni joyida turib kutsa, unga qarshi chiqmasa, unda to'pni to'sib olib qo'yish nisbatan qiyin emas keskin harakat qilib, sakrab bir yoki ikki qo'l bilan to'pni to'sib olib qo'yish kerak.



63-rasm.

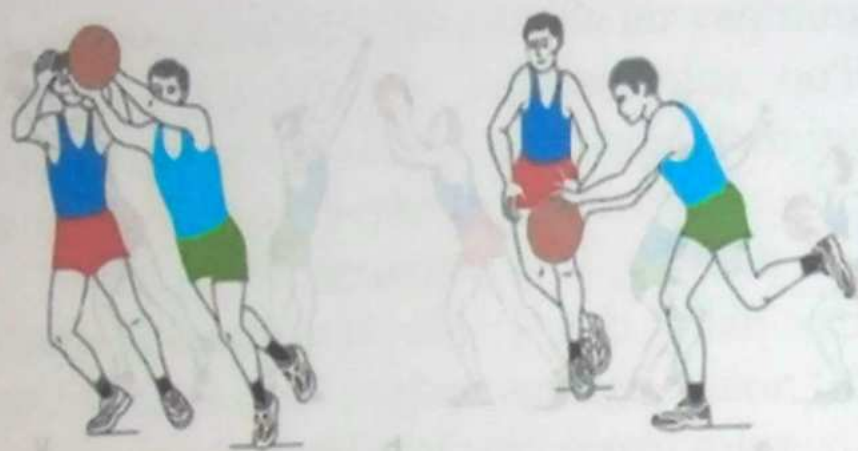
**To'pni to'sib olib qo'yish.**

**To'pni uzatish vaqtida uni yo'nalishida kesib ushlab olish.**

Odatda hujumchi to'pga yetarli darajada tez chiqadi. Bunday holda himoyachi qisqa oraliqda mumkin bo'lgan maksimal tezlikni olib, uchayotgan to'p tomondagi yo'lda raqibning o'zi o'tishi kerak. Yelka yoki qo'llar bilan to'p tomonga raqib yo'lini kesadi va to'pga ega bo'ladi. Hujumchi bilan turtishib ketmaslik uchun, himoyachi, uning yonidan zich (yopishgan) holda o'tayotib, yo'n tomonga ancha og'adi. To'pni egallagandan keyin xato qilib qoymasligi uchun darhol to'pni urib yurishga o'tishi ma'qul.







64-rasm.

**To'pni uzatish vaqtida uni yo'nalishida kesib ushlab olish.**

**To'pni olib yurganda to'sib olib qo'yish.** To'pni olib borayotgan hujumchiga himoyachi yetib olgan paytda amalga oshiriladi. Buning uchun unga to'pni urib yurishning tezligi maromi moslashishi kerak, so'ng esa, hujumchining orqasidan chiqib, undan bir lahza avval hujumchiga yaqinroq qo'li panjasiga sakrayotgan to'pni qabul qilish va o'zi to'pni urib yurishni davom ettirishi kerak, lekin boshqa yo'nalishda.

**To'pni otish paytida ushlab olish.** Bo'yda va sakrash balandligida hujumchi oldida ba'zi afzalliklarga ega bo'lgan himoyachi savatga otish paytida to'pni qo'ldan uchib chiqishiga halaqit qilishi kerak. Otishga qarshi harakat paytida himoyachi bevosita to'p yaqinida bo'lishi kerak. O'shanda bukilgan panjani to'pga yonidan – tepasidan qo'yishadi, natijada hujumchi savatga otishni bajara olmaydi. To'pni to'sish o'yinchi sherikning straxovka qilishi davomida ham amalga oshishi mumkin. Masalan, markaziy o'yinchi to'pni olgan zahoti sakrab burilib savatga hujum qiladi.

Biroq straxovka uchun tomonga boshqa himoyachi burilib, otishning asosiy davrini boshlang'ich paytida to'pni orqasidan to'sadi. To'pni ushlab olish paytida butun qo'l bilan (qo'llar bilan) yuqoridan pastga harakat qilishdan qochish kerak, ayniqsa, ikki yoki bir qo'l bilan pastdan tashlashga harakat paytida.

**Sakrab savatga otish paytida to'pni qaytarish.** Sakrab savatga to'p otishga samarali qarshi harakat eng qiyin vazifa hisoblanib, himoyachidan butun kuchni safarbar qilishini, mahoratini va e'tiborini talab qiladi. To'p barmoq uchlaridan chiqqanda va hujumchi tomonidan nazorat qilinmayotgan payt, to'pni halqa tomon uchish yo'nalishidan qaytarish uchun eng yaxshi payt hisoblanadi.

**O'zining shchiti oldida (yoki ostida) sapchigan to'p uchun kurashda to'pni egallash.** Hujumchi savatga to'p otganidan keyin himoyachi shchit tomonga raqib o'tishi mumkin bo'lgan yo'lni to'sishi, mustahkam holatni egallashi, so'ng esa sapchigan to'pni tez va o'z vaqtida egallash uchun sakrab, kurashish kerak. Sakrash ozgina yugurishdan keyin yoki joyida turib, ikki oyoq bilan bo'lganidek, bir oyoq bilan deysinib bajariladi. Baland sakrab va to'pni egallab, o'yinchi yerga tushayotganda, to'p yoki shchitga taalluqli bo'lgan qulay holatni raqibning egallashiga halaqit berish uchun kuchli kurashda oyoqlarni keng qo'yadi va gavdasini bukadi.



66-rasm.

**Shchitdan qaytgan to'pni olib qo'yish.**



### Chalg'itishlar (fint)

#### Fintlar va usullarning birga qo'shilishi.

Basketbolning hozirgi zamon texnikasi analizi, odatda, ba'zi usullarni o'rganishga asoslanadi. Biroq musobaqalar amaliyotida hamma bu usullardan alohida ko'rinishda deyarli kam foydalaniladi. Aniq bir o'yin holatida qiyin taktik vazifani muvaffaqiyatli bajarish uchun ko'proq ulardan bir usulning ikkinchi usul bilan yoki fint bilan birin-ketin qoyilishi kompleksi qo'llaniladi.

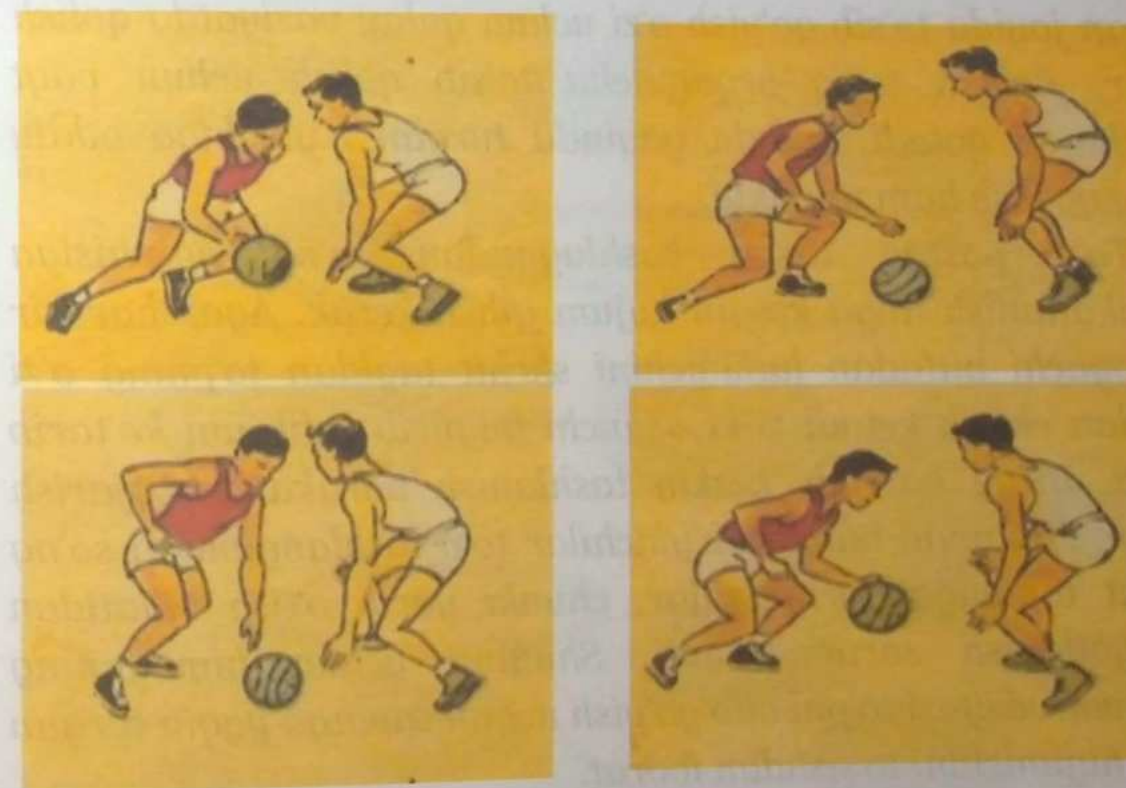
**Keskin yugurish finti – keskin yugurish.** O'yinchi chap oyog'ini oldinga-chapga chiqarib qo'yadi, gavdasini chapga bir oz egadi va himoyachiga uni chap tomonga aylanib o'tishga tayyorlanayotganini ko'rsatgan holda xuddi o'sha tomonga qarashini (nigohini) o'tkazadi. Agar himoyachi fintga javob qaytarsa, u holda gavdani egish bilan himoyachi yonidan o'ng oyog'i bilan shiddatli qadam qoyish kerak.

**O'tish uchun finti – o'tish.** O'tishga imitatsiya qilib o'yinchi oldinga – chapga qadam qo'yadi, xuddi o'sha yo'nalishda qo'llar to'p bilan buriladi. Himoyachi fintga javob qaytarganda, o'yinchi darhol zarb bilan tepinib itariladi (turtiladi) va chap oyog'i qadami bilan himoyachi yonidan to'p bilan o'ng tomonga o'tib ketadi.

**Savatga to'p otish finti – uzatish.** O'yinchi chap oyog'ini oldinga-o'ngga qo'yib otish fintini bajaradi. O'sha yo'nalishda qo'lini to'p bilan oldinga chiqaradi. Bir oz tanaffus bo'ladi: o'yinchi oldingi holatda qolgan holda, nigoh va boshining burilishi bilan, himoyachiga faol harakatlar boshqa tomonga yo'naltirilganini ko'rsatadi. Himoyachi qarshi harakatlarga tayyorlanadi, lekin bu vaqtda o'yinchi huddi oldinroq qilingan fintni davom ettirayotganday, usha tomonga o'tadi. To'psiz va to'p bilan fintlar (67,68-rasmlar).



67-rasm.  
To'psiz chalg'itish.



68-rasm.  
To'p bilan chalg'itishlar.

*To'pni olib qo'yishda butun jamoa bilan kurashish lozim. Bu yerda bu vazifa faqat orqa chiziq o'yinchilarining zimmasida va yana qandaydir boshqacha fikrlar yo'q. Gap shundaki butun jamoa uyushqoq holda kurash olib borgan taqdirdagina to'pni olib qo'yishlar bo'yicha raqibdan o'zib ketish mumkin.*



Himoyada to'pni olib qo'yish uchun to'p tashlangan paytda o'yinchi uning chiroyli uchishiga qarab qolishi yoki to'p halqa yonidan o'tib ketishini samodan iltijo qilib turishi kerak emas. Bu vaziyatda himoyachida refleks ishga tushishi kerak. Ya'ni orqasini qo'yishi lozim.

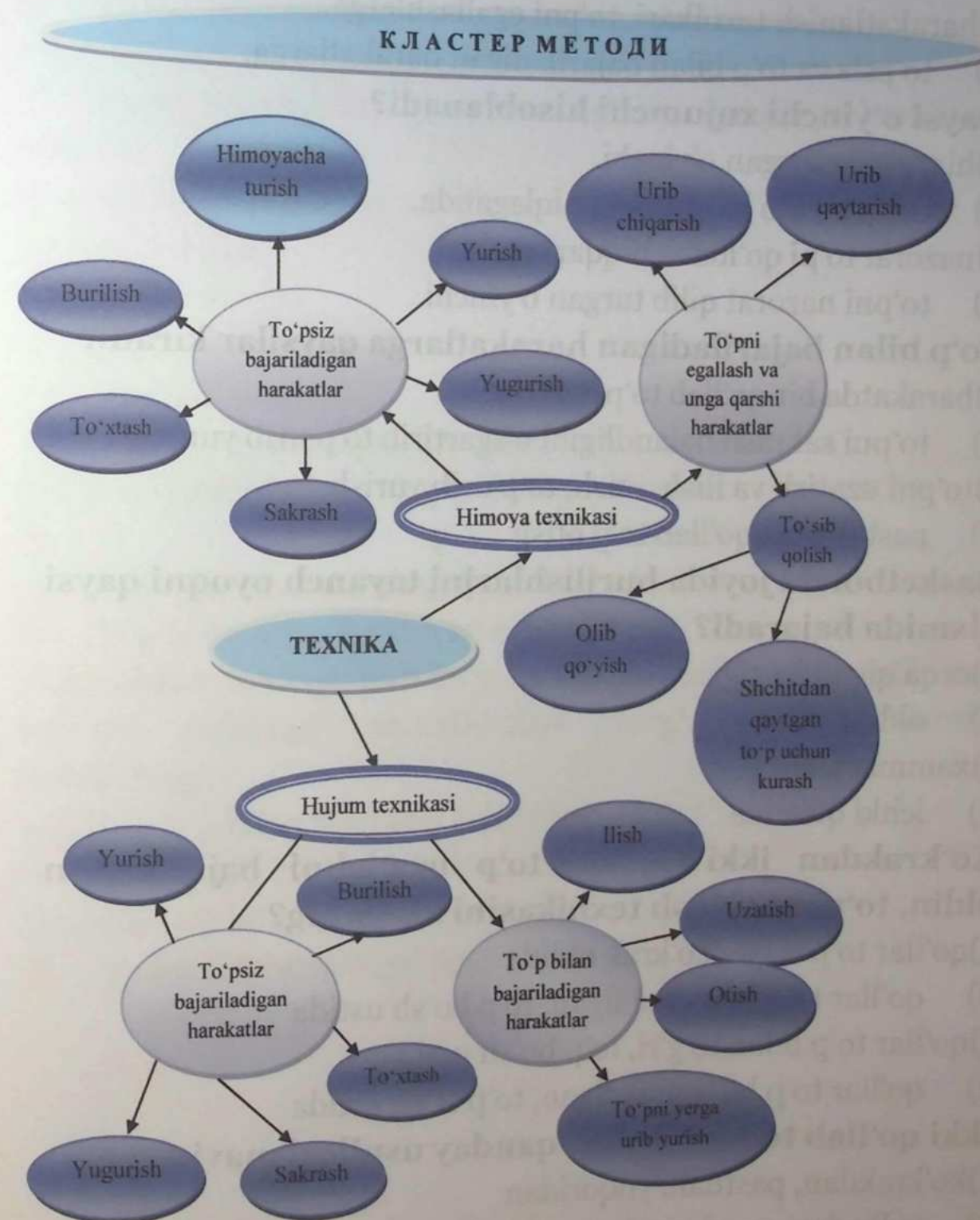
O'ziga yaqin turgan o'yinchini topib uni savatdan to'sishi kerak. Buning uchun raqib tomonga qadam tashlanadi unga orqamacha burilib oyoqlar keng qo'yiladi tirsaklar biroz yonga chiqariladi va raqib harakatlari to'sib qo'yiladi. Eng muhimi uni harakatlantirmaslik itarmaslik kerak, balki turgan joyida to'sib qo'yish o'zi uchun qulay vaziyatda qolish zarur. Ba'zan to'liq orqamacha to'sib qolish uchun vaqt yetishmay qoladi shunda yaqinda turgan o'yinchiga oddiy to'siq qo'yish ham mumkin.

To'p pastga tusha boshlagandan so'ng qarshisiga harakatlanish unga kesgin hujum qilish kerak. Agar har bir himoyachi bittadan hujumchini shchit tagidan to'pning o'zi qo'ldan chiqib ketadi yoki o'yinchi yugurib kelib uni ko'tarib oladi. Biroq bari-bir keskin tashlanish harakatini bajarish lozim. Hujumda hamma o'yinchilar to'p tashlangandan so'ng savat tomonga bormaydilar. chunki yorib o'tish holatidan ehtiyotlanish zarur bo'ladi. Shuning uchun himoyaning ustuvor vazifasi to'pni olib qo'yish uchun savatga yaqin turgan 3 ta hujumchini to'sishdan iborat.

Agar hujumchi savatdan uzoqda turgan bo'lsa (masalan – metrda) unga orqamacha to'siq qo'yish oqilona emas unda manyovr qilish himoyachidan o'tib ketish uchun katta hudud bor<sup>8</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 53-54b.

## O'yin texnikasi asoslari mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va test nazorat savollari





**Xujum texnikasi qanday bo'limlarga bo'linadi?**

- a) yugurish, sakrash mashqlarga.
- b) uzatish, otish, to'p urib yurishlarga.
- c) harakatlanish texnikasi, to'pni egallashlarga.
- d) to'psiz va to'p bilan bajariladigan harakatlarga.

**Qaysi o'yinchi xujumchi hisoblanadi?**

- a) himoyada turgan o'yinchi.
- b) hakam xato bo'lganini aniqlaganda.
- c) nazorat to'pi qo'ldan chiqqanda.
- d) to'pni nazorat qilib turgan o'yinchi.

**To'p bilan bajariladigan harakatlarga qaysilar kiradi?**

- a) harakatda bir qo'llab to'p otish.
- b) to'pni sakrash balandligini o'zgartirib to'p urib yurish.
- c) to'pni uzatish va ilish, otish, to'p urib yurish.
- d) pastdan bir qo'llab to'p otish

**Basketbolchi joyida burilishlarini tayanch oyoqni qaysi qismida bajaradi?**

- a) orqa qismida
- b) oldiqismida
- c) xamma qismida
- d) ichki qismida

**Ko'krakdan ikki qo'llab to'p uzatishni bajarishdan oldin, to'pni ushlash texnikasini ko'sating?**

- a) qo'llar to'p bilan, ko'krak oldida
- b) qo'llar to'p bilan bukilgan, to'p bo'sh ustida
- c) qo'llar to'p bilan to'g'ri, to'p bo'sh ustida
- d) qo'llar to'p bilan bukulgan, to'p bosh ortida

**Ikki qo'llab to'p uzatishni qanday usullari mavjud?**

- a) ko'krakdan, pastdan, yuqoridan
- b) yelkadan, yondan, chap oyoq yonidan
- c) chap oyoq yonidan, pastdan, yuqoridan-pastdan
- d) aylanma bilan yondan-pastdan

**Basketbolchini asosiy basketbolcha turishida markaziy og'irlikni to'g'ri taqsimlanishi qanday?**

- a) gavda biroz bukilgan, tana og'irligi oyoqlarga barobar holatda
- b) gavda biroz bukilgan, o'ng oyoq biroz bukulgan holatda
- c) gavda biroz bukilgan, chap oyoq biroz bukulgan holatda
- d) gavda ko'proq bukilgan, tana og'irligi oyoqlarga barobar holatda

**Burilishlarni qanday usullari mavjud?**

- a) chapga-o'nga
- b) o'nga-chapga
- c) oldinga-orqaga
- d) chap oyoqda

**To'p olib yurishni qanday usullari mavjud?**

- a) to'p olib yurish faqat o'ng qo'l bilan yo'nalishni o'zgartirib
- b) past, o'rta va baland olib yurish
- c) to'p olib yurish faqat chap qo'l bilan yo'nalishni o'zgartirib.
- d) to'p olib yurish faqat o'ng qo'l bilan to'g'ri yo'nalishda

**Yuqoridan ikki qo'llab to'p uzatishni bajarishdan oldin to'pni ushlash texnikasini to'g'ri bajarilishini ko'rsating?**

- a) qo'llar to'p bilan bukilgan bosh ustida
- b) qo'llar to'p bilan to'g'ri bosh ustida
- c) qo'llar to'p bilan bukilgan bosh ortida
- d) qo'llar to'p bilan tugri bosh ortida



## 4 BOB. O'YIN TAKTIKASI ASOSLARI

### 4.1. O'yin taktikasi va uning tasnifi

**Taktika** – bu sport kurashi olib borishning usul va ko'rinishlarini, tadbirlarini o'yinning rivojlanish qonuniyatlarini va aniq raqibga qarshi ularni ratsiyonal qo'llashni amaliy va nazariy jihatdan o'rganadigan bo'limdir.

O'yinning asosiy mazmuniga muvofiq taktika hujum va himoya taktikasiga bo'linadi. Uning har bir bo'limi o'yinchilari harakatini tashkil qilish prinsipiga qarab yakka, guruhli va jamoaliga bo'linadi. O'z navbatida, har bir guruh o'yinni olib borish ko'rinishini hisobga olib, ko'rinishlarga bo'linadi (masalan, yakka harakatlar, hujum davomida o'yinchilarning to'psiz harakati va o'yinchining to'p bilan harakati ham bo'lishi mumkin).

O'yin harakatlarining aniq mazmuniga qarab ko'rinishlar usullarga bo'linadi. Bajarishning har xil xususiyatlarga ega bo'lgan usullar variantlarning paydo bo'lishiga sabab bo'lishadi.

Masalan, markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasi pozitsion hujum qilish usullaridan biri hisoblanadi. Bir vaqtning o'zida tayangan markaziy o'yinchilar sonini hisobga olib, bu sistema uchta variantga ega bo'lishi mumkin: bitta markaziy o'yinchi orqali, ikkita va uchta markaziy o'yinchilar orqali hujum qilish.



6-andoza

Taktik tayyorgarlik avvalo har xil ko'rinishdagi kombinatsiyalarni o'rganishni taqozo etadi. Kombinatsiya deganda, basketbolchilardan birining savatga hujum qilish uchun sharoit yaratishga yo'naltirilgan, aniq sistema chegarasida guruh yoki jamoaning hamma o'yinchilari tomonidan ilgaridan o'rganilgan va o'zaro kelishilgan harakatlar tushuniladi. Bundan tashqari kombinatsiya, tipovoy o'zaro harakatlar, ularning uyg'unligi va yig'ilgan musobaqa tajribalari asosida o'yinchilar tomonidan ijodiy tuzilgan va amalga oshirilgan bo'lishi mumk.

Basketbol texnikasi o'yinini olib borishda qo'llanadigan juda ko'p vositalarga, usullarga va sistemalarga bo'ydir. Jamoalar hujumni yoki himoyani yakka, guruhli va jamoa taktik harakatlari yordamida uyushtiradi.



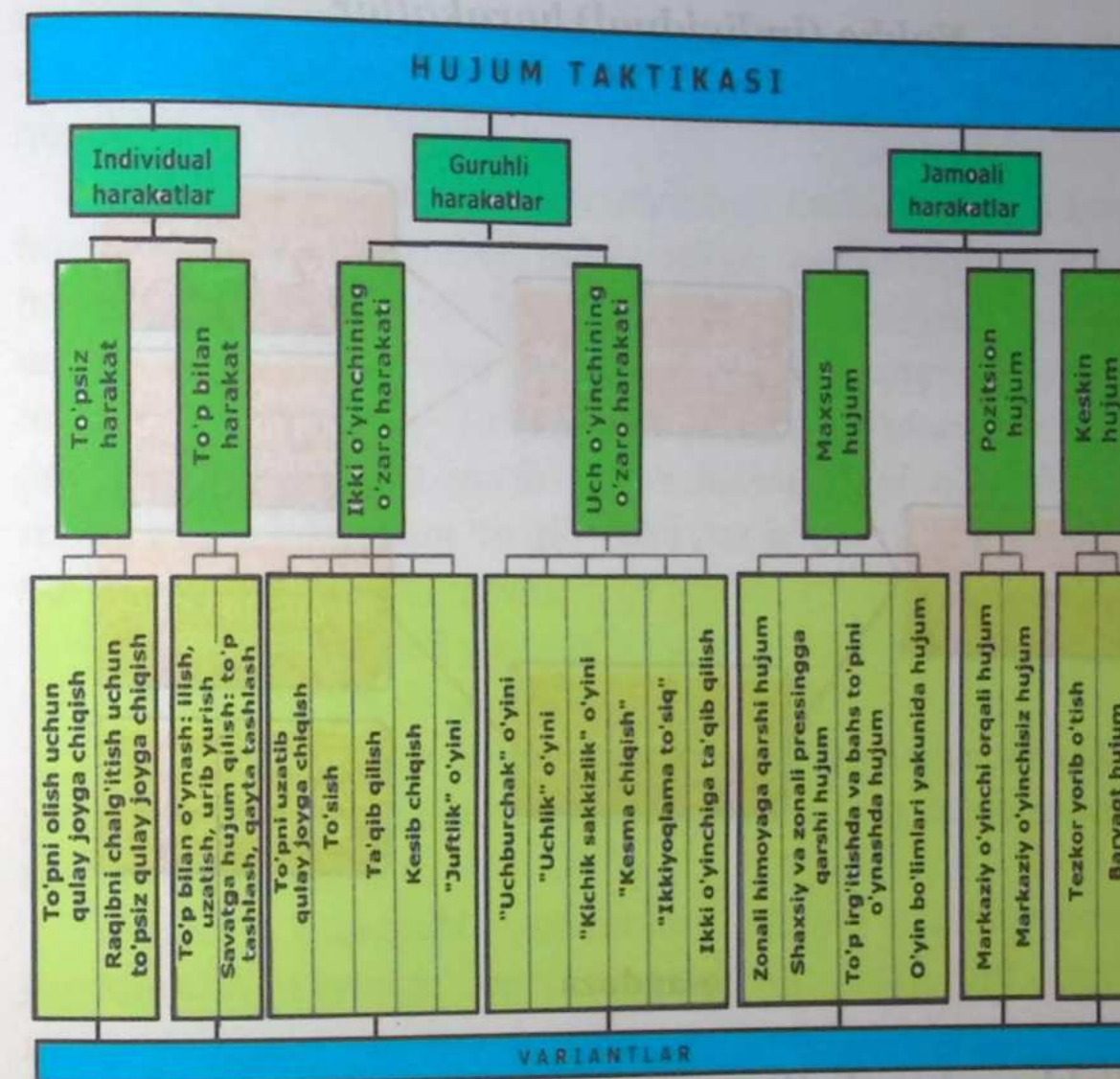
7-andoza



## 4.2. Hujum taktikasi

To'pni egallagan jamoa hujum qiluvchi jamoa bo'lib hisoblanadi. Hujum qilish jamoaning o'yindagi asosiy vazifasidir. Hujum harakatlari yordamida jamoa tashabbuskorlikni qo'lga kiritadi va raqibni o'ziga bo'lgan taktik reja qabul qilishga majbur qiladi. Hujum qiluvchi jamoaning bosh maqsadi raqib savatiga to'p tashlashdir. 24 soniya ichida bunga erishish uchun uyushtirilgan ilgari o'ylab qo'yilgan va to'pni raqib shchitiga yaqinlashtirishga mo'ljallangan yaxshi tayyorlangan yo'llardan, hujumni bevosita o'tkazish va shchitdan qaytgan to'p uchun kurash imkoniyatini taminlash uchun, shu yakunlovchi kurash uchun qulay sharoitlar tuzishdan foydalanish kerak.

Hujum texnikasi, jamoani aniq raqibga qarshi va musobaqaning har xil vaziyatlarida muntazam hujum olib borishning maqsadga muvofiqroq tadbir, usul va formalarini tanlab olish va ulardan foydalanishga imkon beradi. Hujum qilishning hamma harakatlari o'zining xarakteriga qarab yakka (individual) va jamoali hujumga bo'linadi. Texnika tasnifiga muvofiq harakatlar guruhli va jamoaliga bo'linadi.



8-andoza

Har bir basketbolchi jamoada bajaradigan vazifasidan qat'iy nazar, hujumda katta faollik ko'rsatishi lozim. Buning uchun u hujum usullarini puxta va malakali egallagan bo'lishi, o'yin sharoitini diqqat bilan kuzatishi, aniq vaziyatga eng mos pozisiya va harakatlarni tez hamda to'g'ri tanlay olishi kerak.



## Yakka (individual) harakatlar



9-andoza

**Yakka harakatlar.** Har bir o'yinchi maydonda kechayotgan vaziyatni bilishi, uni o'z vaqtida payqashi va jamoa oldiga qo'yilgan taktik vazifa doirasida foydali natija keltiruvchi shaxsi (individual) harakat qobiliyatini namoyish etishi lozim.

Individual taktika to'psiz va to'p bilan amalga oshirilishi mumkin.

**O'yinchini to'psiz harakatlari** – himoyachi (raqib) yoki himoyachilarning ta'qibi va zich qarshiligidan qochish va sherigidan to'p qabul qilish uchun hamda qulay joy tanlab navbatdagi harakatni davom ettirishga qaratiladi. To'psiz harakatlar raqibni chalg'itish, uni diqqatini "zaiflashtirish" va to'p bilan harakatlanayotgan o'z sherigiga qulay yo'l ochishda qo'llaniladi.

**O'yinchini to'p bilan harakati** – to'pni o'yinga kiritishda, to'pni boshqarish, uzatish va savatga tashlash

usullari bilan ifodalanadi. Bunday usullarga to'pni ilish, urib yuborish, urib yurish, uzatish va savatga tashlash ko'nikmalari qiradi.

Kirib borish va to'p uzatmasdan to'p tashlash. Yorib kirish ham to'siqlarni bartaraf etish uchun mo'ljallangan o'zaro harakatlar hisoblanadi. Himoyachilar uchun to'pni bir-biriga uzatib o'ynash noqulay bo'lgan paytda uning qo'llanilishi maqsadga muvofiq. Ta'qib qilinayotgan o'yinchilar bilan almashgandan ko'ra yorib kirish himoyadagi o'yinchilarga raqiblarini muntazam ta'qib qilib turishga imkon beruvchi harakatlarni nazarda tutadi.

Buning ikki xil yo'li mavjud:

- ikkita hujumchi orasidan yorib kirish,
- o'z sherigi va to'siq qo'yayotgan hujumchi orasidan yorib kirish. Birinchi usul ancha samaraliroq lekin amalga oshirish qiyinroq.

Undan hujumchi yaqindan ta'qib qilayotganda foydalanish mumkin va himoyachidan vaziyatni yaxshi nazorat qilishni tezkor hamda qat'iy harakatlarni taqozo etadi. Ikkinchi usulda yorib kirishni bajarishda o'zaro harakatlar muvaffaqiyatini sherikning o'zi ta'qib qilayotgan o'yinchidan o'z vaqtida bir qadam orqaga chekinishi belgilab beradi. Aynan bo'sh qolgan hudud orqali himoyachi «o'zining» hujumchisi orqasidan o'tib oladi va pozision ustunlikka ega bo'lishiga yo'l qo'ymaydi. Sherigining yorib kirishidan so'ng orqaga chekingan himoyachi o'zining dastlabki holatini tiklashi kerak. Hujumchilarning bir-biriga qarshi harakatlanishida to'p ushlab turgan o'yinchi orqasidan yurgan himoyachi yorib kirishni amalga oshirish zarur<sup>9</sup>.  
**Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A.-2010.-49b.**

**Joy tanlash va himoyachi taqibidan qutilish.**  
 To'psiz hujum qilayotgan basketbolchi to'pni qabul qilish, to'pli



sherigiga himoyachini taqibidan ozod bo'lishida yordam berishi uchun maydonda ma'lum pozitsiyani tanlaydi. Joy tanlash to'htashlar, burilishlar bilan birga yo'nalish malakalarini tezlik bilan o'zgartirib maydonda harakat qilish bilan bajariladi. Savatga tushmay o'tayotgan to'pni ilish uchun joyni to'g'ri tanlash katta ahamiyatga ega.

### **Ko'rsatilgan usullardan tashqari chalg'itishlar.**

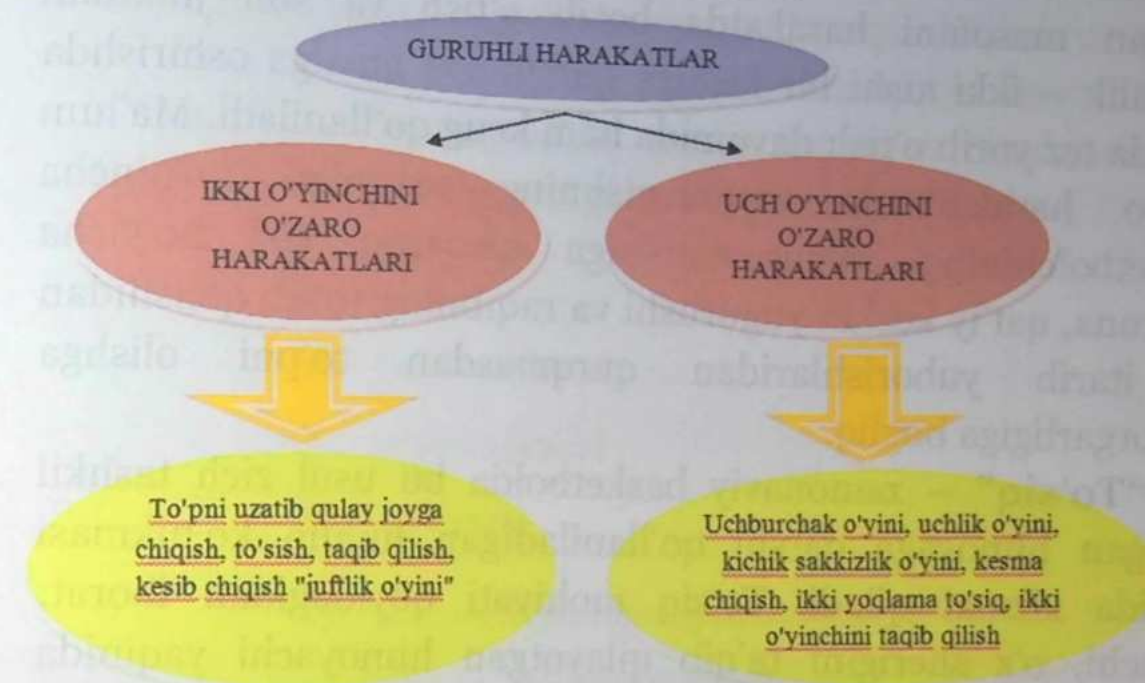
To'p bilan harakat qilayotgan basketbolchi eng avval himoyachidan qutilishga va savatga to'p otishga harakat qiladi yoki o'ziga bir necha himoyachilarni diqqatini jalb qiladi va himoyachidan bo'shagan sherigiga to'p uzatadi.

**To'pni uzatish.** Eng asosiysi taktik harakat bo'lib, savatga hujum uyushtirishning natijasi uzatishning yo'nalishiga va o'z vaqtida bajarilganligiga bog'liq. Basketbolchi uzatishdan oldin uning qaysi tomonga va qaysi basketbolchiga uzatilishi lozimligini hal qilish bilan birga mavjud vaziyatda yahshiroq samara keltira oladigan uzatish usulini va vaqtni tanlashi lozim.

**To'pni yerga urib yurish.** Bu to'pli basketbolchining asosiy yakka joydan joyga ko'chish vositasi bo'lib hisoblanadi. O'yinning o'zgaruvchan vaziyatini kuzata bilish to'pni yerga urib yurushda katta ahamiyatga ega.

**Savatga to'p otish.** Bu katta mas'uliyat bilan bajariladi, chunki to'p savatga tushmasa, uni raqib egallab olishi mumkin. Basketbolchi har gal savatga to'p otishdan avval o'zining va raqib jamoa basketbolchilarining maydonda joylashishini, shchitga nisbatan o'zining pozitsiyasini hisobga olishi, qulay holatni egallashi lozim.

## **Guruhli harakatlar**



### **10-andoza**

**Guruhli harakatlar** – ikki yoki uch kishidan iborat o'yinchilarning o'zaro kelishilgan va jamoa oldiga qo'yilgan taktik vazifalarni hal qilishga qaratilgan faoliyatini anglatadi.

Guruhli harakatlar bu nihoyatda zarur taktik ma'lum tipovoy bloklardir, ulardan jamoaning tartibga solingan kombinatsion harakatlarining fundamenti yig'iladi. Guruhli harakatlarda o'yinchilarning ijodiy malakalarining birikmalari paydo bo'ladi.

**Ikki o'yinchilarning o'zaro harakati** – Ikki o'yinchining o'zaro harakatlarining asosiy usullariga "uzat va chiq" usuli, shuningdek, to'siq to'qnashtirish va kesishlar kiradi. bir necha usullarda ("to'p uzat – o'zing chiq", to'siq, "juftlik") ijro etiladi.

**"To'p uzat – o'zing chiq"** usuli – eng oson va samarali xususiyatga ega bo'lib, to'pni uzatib, o'zi raqibni ta'qibidan bo'sh joyga chiqib, to'pni yana qabul qilish bilan ifodalanadi.

**"To'pni uzat va chiq"** o'zaro harakatning muvaffaqiyatli chiqishi uchun ko'proq yolg'ondakam taktik yo'llardan



foydalaniladi. "To'pni uzat va chiq" usuli raqib shchitgacha bo'lgan masofani harakatda bosib o'tish va son jihatdan ustunlik – ikki kishi bir kishiga qarshi 2x1 amalga oshirishda hamda tez yorib o'tish davomida ham keng qo'llaniladi. Ma'lum o'zaro harakatlarda foydalanishning ustunligi ko'pincha basketbolchining shchit tomonga qisqaroq yo'l bo'yicha jasurona, qat'iy keskin yugurushi va raqibning to'sib qolishidan va itarib yuborishlaridan qurqmasdan to'pni olishga tayyorgarligiga bogliq.

**"To'siq"** – zamonaviy basketbolda bu usul zich tashkil qilingan himoyaga qarshi qo'llaniladigan hujum ko'nikmasi sifatida xizmat qiladi. To'siq mohiyati quyidagidan iborat: o'yinchi, o'z sherigini ta'qib qilayotgan himoyachi yaqinida shunday qilib joy tanlaydiki, u ta'qib qilayotgan o'yinchini ketidan kuzatishi mumkin bo'lgan qisqa yo'lni to'sib qoysin.

O'yinchi himoyachini harakat qilib o'tishga yo'l qo'ymaydi yoki sherigining yo'liga qaraganda uzunroq yo'ldan harakat qilishga majbur qiladi, hamda o'zi uchun qisqa vaqt ichida ta'qibdan qutilishga va savatga hujum qilishga imkon yaratadi. Bunda to'siq qo'yan o'yinchi harakatsiz qolmaydi: himoyachi bilan to'qnashgach u buriladi va hujumga yordam berish uchun shchit tomonga chiqadi. Topli o'yinchi doim to'siq qo'ygandan keyin darhol hujumga kirgan sherigi raqib uchun xavfliroq bo'lishini nazarda tutishi kerak.

Tosiqning uch xili: yondan, orqadan va oldindan qo'yiladigan varianti bor.

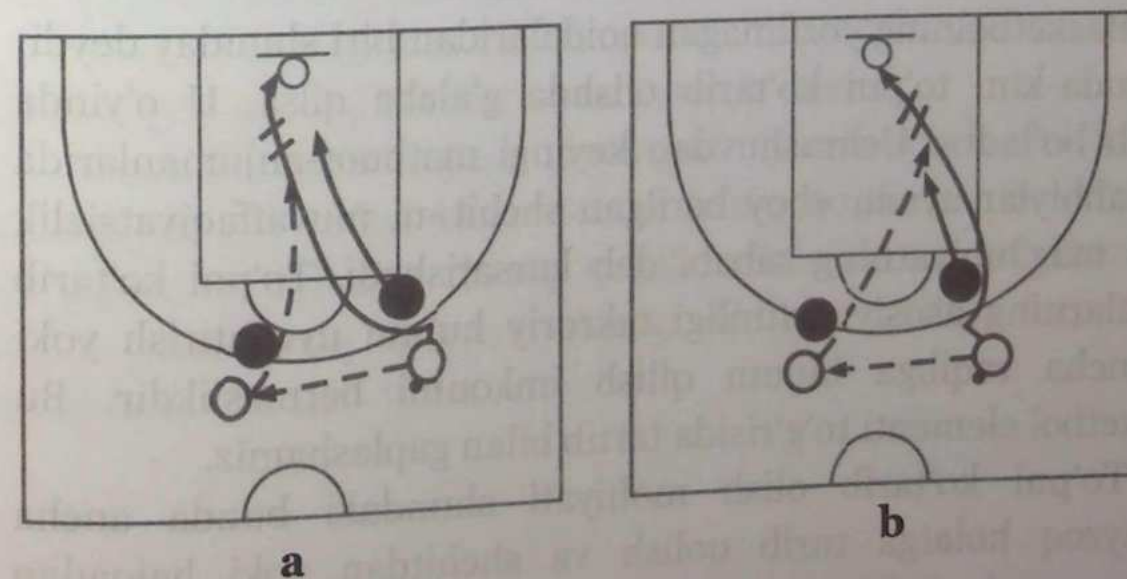
Agar to'siq qo'yaotgan sherigini ta'qib qilayotgan himoyachining orqasida yoki yonida joylashsa, unda bu mos ravishda yoki orqadan qo'yilgan to'siq deb hisoblanadi. Uning maqsadi to'pli va to'psiz sherigini kerakli yo'nalishda to'pni urib yurishi yoki kerakli joyga chiqishi uchun ozod qilishdir.

Agar to'siq qoytgan o'yinchi, sherigi va uni ta'qib qilayotgan himoyachi o'rtasida (orasida) yuzi yoki orqasi bilan turgan bo'lsa, u oldingi (ichki) to'siq qo'ygan isoblanadi, uning maqsadi

– to'pni sherigini savatga to'p otish uchun ozod qilishdir. To'siqdan foydalanib o'yinchi hech qanday qarshiliksiz to'pni savatga otishi mumkin yoki agar ikkala himoyachi ham unga qarshi kelayotgan bo'lsa, to'siq qoygandan keyin tezda raqib shchiti oldiga chiqqan o'yinchiga to'pni uzatish mumkin.

- – trener
- – to'psiz hujumchi
- ⊙ – to'pli hujumchi
- – himoyachi
- – o'yinchining harakatlanishi
- – to'pning harakati
- ⇨ – ikki qadamli harakat
- ~~~~~→ – to'pni urib yurish
- |— – to'siq

69-rasm. Shartli belgilar



70-rasm. "To'p uzat – o'zing chiq" usuli



Savatdan qaytgan to'pni ilib va qayta otish. Bir qarashda, halqa tagida turib to'p tashlashlar juda osondek tuyiladi. Biroq, shunday lahzalar bo'ladiki bunday tashlashni bajarish juda qiyin bo'lib qoladi. Savat tagida turib to'p tashlash qiyinchiligini oshiruvchi elementlariga himoyachining bosimini, muvozanatning to'qligini yomon burchak hamda fol bilan bog'lash bolgan harakatlarni, tashlanadigan to'pni to'sib qo'yishi ehtimoli kiritish mumkin. Biroq, agar o'yinchi to'pni burchak ostida va tezlik bilan to'g'ri mashq qilsa, savat tagidagi (shchitdan qaytgan) har qanday to'p tashlashlarni istalgan vaqtda bajarishi uchun keraklijihatni rivojlantira oladi.

To'xtash bilan to'p tashlash oson o'rganiladigan tashlashlarda biri hisoblanadi va u savat tagida to'p tashlash bilan birgalikda bajarish mumkin bo'lgan usullardan biri sanaladi. Bu to'p tashlash zonada bajariladi va mudofa bosimi ostida bo'ladi. Undan tashqari bu to'p tashlash muvozanatini yo'qotgan o'yinchini qoida buzishga majbur qilishi mumkin<sup>10</sup>.

Basketbolda to'pni ko'tarib olish deganda jamoalardan biri savatga to'p tashlashni muvaffaqiyatsiz bajargandan so'ng to'pni egallab olish tushiniladi. Bu atama aslida «rebound» deb ataladi.

Basketbolning yozilmagan qoidalaridan biri shunday deydi: «Kimda-kim to'pni ko'tarib olishda g'alaba qilsa. U o'yinda g'olib bo'ladi». Uchrashuvdan keyingi matbuot-anjumanlarida murabbiylar aynan «boy berilgan shchit»ni muvaffaqiyatsizlik yani mag'lubiyatning sababi deb kursatishadi. To'pni ko'tarib olishlarning asosiy ustunligi takroriy hujum uyushtirish yoki aksincha raqibga hujum qilish imkonini bermaslikdir. Bu basketbol elementi to'g'risida tartib bilan gaplashamiz.

To'pni ko'tarib olish mohiyati shundaki bunda ancha qulayroq holatga turib qolish va shchitdan yoki halqadan qaytgan to'pni ilib olish kerak bo'ladi. eng yaxshisi raqibni

to'pni ko'tarib olishi uchun har qanday imkoniyatdan maxrum qilishdir.

Buning uchun o'ziga «gorizontal» ustunlik yaratish ya'ni raqibning savat tomonga bo'lgan yo'lini to'sib qo'yish kerak. Biroq har doim ham buni amalga oshirib bo'lmaydi. Shuning uchun «vertikal» ustunlikdan ham foydalanish zarur ya'ni maksimal yuqori nuqtada to'pni olib qo'yish.

Aynan shu sababli baland bo'yli gavdali va sakrovchan o'yinchilar to'pni olib qo'yish bo'yicha etakchilik qiladilar. Birinchilar va ikkinchilar raqibni siqib chiqara oladilar o'yinchilar esa raqiblaridan oshib o'tadilar. Ikki xil turdagi to'pni olib qo'yishlar mavjud: himoyada va hujumda.

Agar jamoa hujum qiloyatga paytda to'pti egallab olsa demak to'pni ko'tarib olishni u hujumda amalga oshirgan bo'ladi. Mos ravishda himoyalananayotganlar to'pni egallab olsalar ular himoyada to'pni olib qo'ygan bo'ladilar. Birinchi bo'lib to'pni to'liq egallagab olgan yoki harakatni bajargan (savatga tushirib yuborgan yoki sherigiga maqsadli to'p uzatib bergan) o'yinchiga to'pni olib qo'yish yoziladi. Himoyachilar savatga yaqinroq joylashadi shuning uchun himoyada to'pni olib qo'yish osonroq amalga oshiriladi<sup>11</sup>.

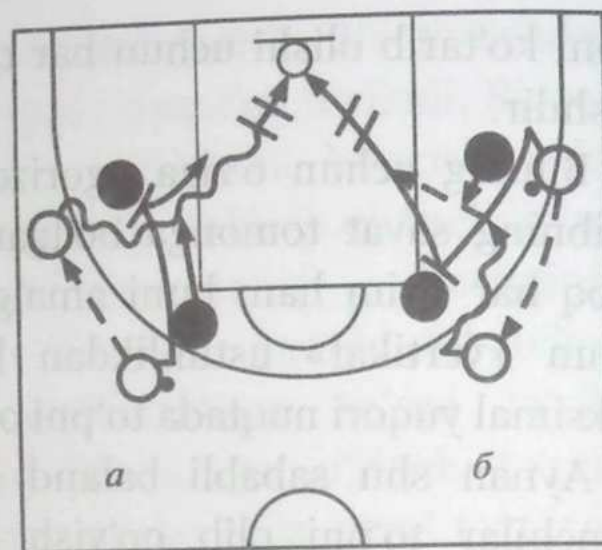
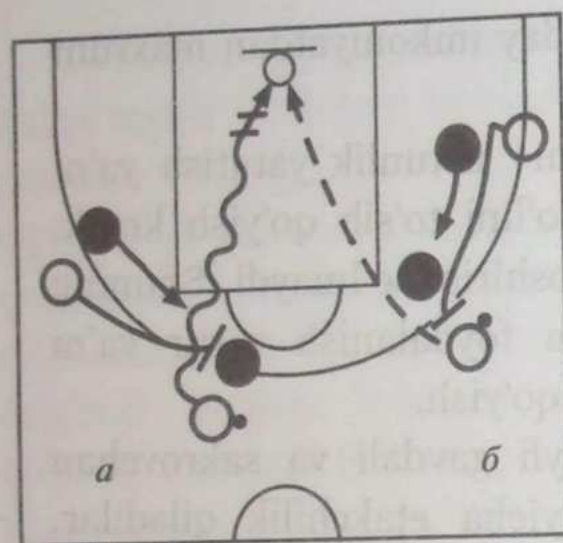
Maqsadi sherigini ta'qib qilayotgan himoyachi yo'lini to'sib, o'z sherigini ozod qilishdan iborat (70 a,b - rasm).

«**Juftlik**» usuli: hujum qilayotgan o'yinchi to'pni sherigiga uzatadi va uni yo'lini himoyachiga to'siq qo'yib ochib beradi. Hujumchi to'pni olib, to'siq qo'yib ochib beradi. Hujumchi to'pni olib, to'siq qo'ygan sherigi oldindan o'tib, hujumni yakunlaydi (72 a,b - rasm).

<sup>10</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. - 2010. - 33-34 b.  
186

<sup>11</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. - 2010. - 52-53b.  
187

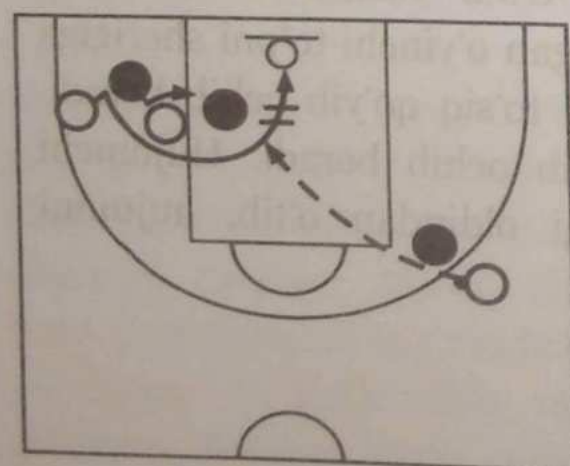




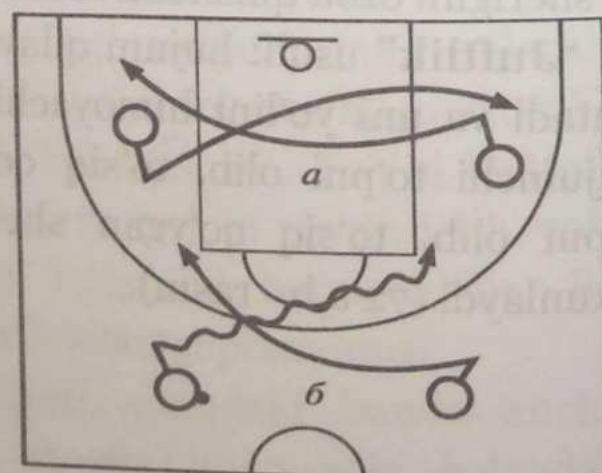
**71-rasm.**  
**“To’siq” usuli:**  
**a – yonidan; b – oldidan**

**72-rasm.**  
**“Juftlik” usuli:**  
**a – hujumchi o’yinchi yordamida;**  
**b – yordamchi o’yinchiga uzatish orqali**

**“Ta’qib qilish va to’pni olish uchun kesib chiqish”** – hujumchi himoyachi ta’qibidan qochib, to’psiz yoki to’p bilan uni chalg’itish maqsadida unga o’z ta’qibchisini “duchor” qiladi va uni shu yo’l bilan adashtiradi. So’ng hujumchilar bir-biriga qarama-qarshi kesma yo’nalishda harakatlanadi va shu yo’l bilan ta’qib qilayotgan himoyachilarni to’qnashishga hamda ularni aldanishiga majbur qiladi (73, 74 a,b - rasm).

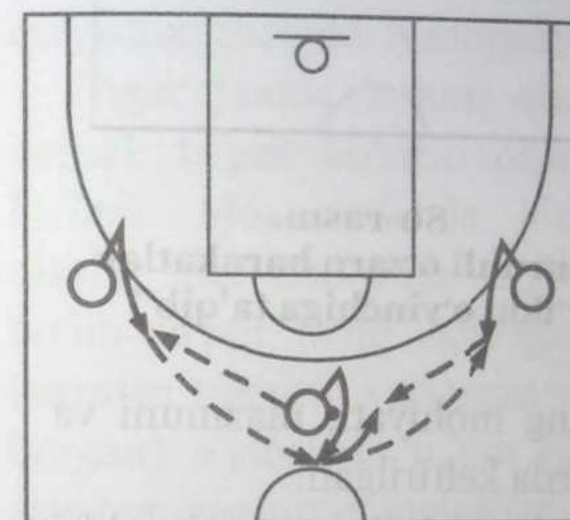


**73-rasm.**  
**To’pni olish uchun ta’qib qilish**

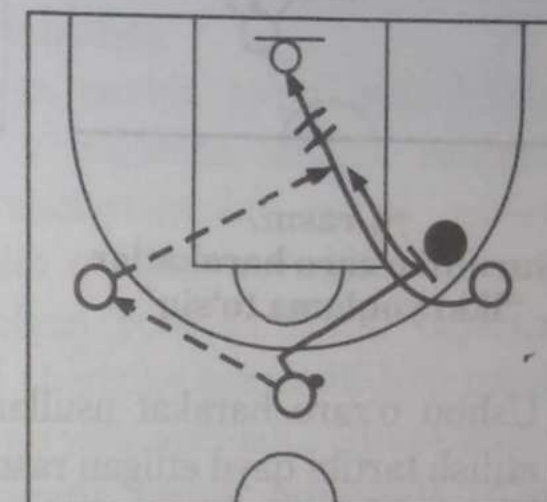


**74-rasm.**  
**To’pni olish uchun kesib chiqish: a – to’psiz o’yinchilar;**  
**b – to’psiz va to’p olib yuuruvchi o’yinchi**

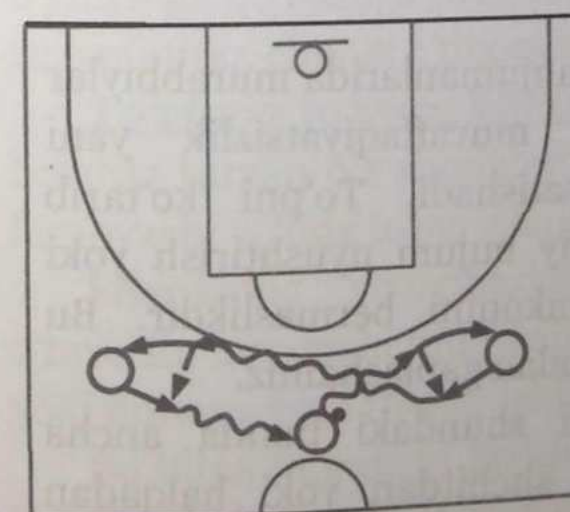
**Uch o’yinchilarning o’zaro harakati.** Ushbu harakatlarda juftlik harakatlarida qo’llaniladigan usullar bilan bir qatorda “uchburchak”, “uchlik”, “kichik sakkizlik”, “kesma chiqish”, “ikki yoqlama to’siq”, “ikki o’yinchiga ta’qib” kabi usullar qo’llaniladi (75,76-rasm).



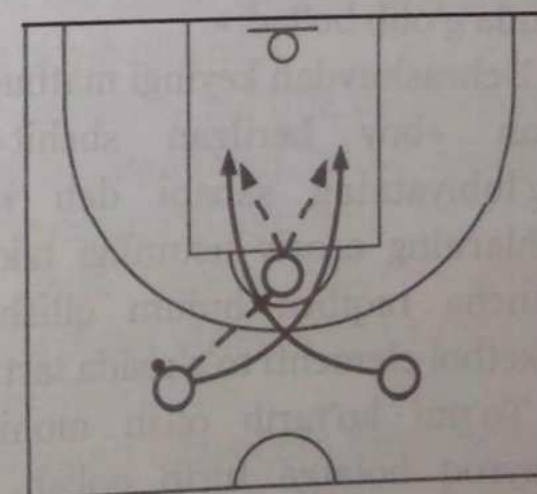
**75-rasm.**  
**Guruhli o’zaro harakatlar**  
**“uchburchak” joyini almashtirmasdan**



**76-rasm.**  
**Guruhli o’zaro harakatlar**  
**“uchlik”**

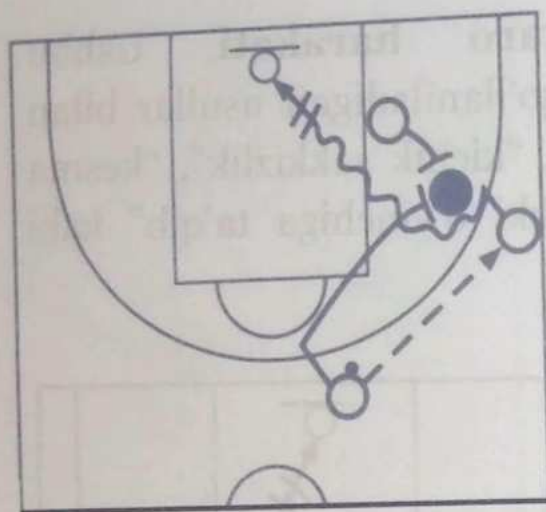


**77-rasm.**  
**Guruhli o’zaro harakatlar**  
**“kichik sakkizlik”**

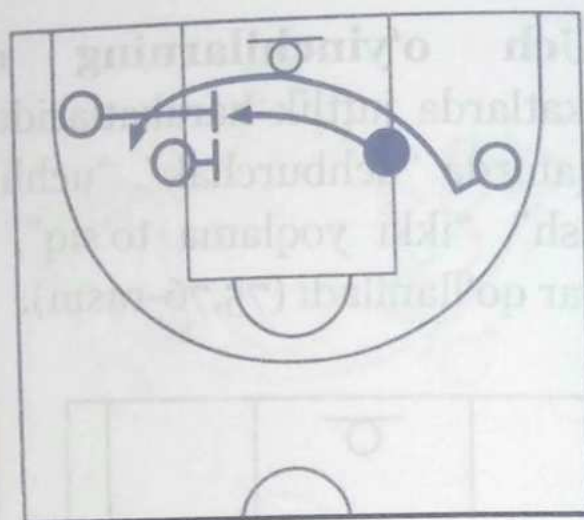


**78-rasm.**  
**Guruhli o’zaro harakatlar**  
**“kesma chiqish”**





**79-rasm.**  
**Guruhli o'zaro harakatlar**  
**"ikki yoqlama to'siq"**



**80-rasm.**  
**Guruhli o'zaro harakatlar**  
**"ikki o'yinchiga ta'qib"**

Ushbu o'zaro harakat usullarining mohiyati, mazmuni va ijro etilish tartibi qayd etilgan rasmlarda keltirilgan.

Basketbolda to'pni ko'tarib olish deganda jamoalardan biri savatga to'p tashlashni muvaffaqiyatsiz bajargandan so'ng to'pni egallab olish tushiniladi. Bu atama aslida «rebound» deb ataladi. Basketbolning yozilmagan qoidalaridan biri shunday deydi: «Kimda-kim to'pni ko'tarib olishda g'alaba qilsa. U o'yinda g'olib bo'ladi».

Uchrashuvdan keyingi matbuot-anjumanlarida murabbiylar aynan «boy berilgan shchit»ni muvaffaqiyatsizlik yani mag'lubiyatning sababi deb kursatishadi. To'pni ko'tarib olishlarning asosiy ustunligi takroriy hujum uyushtirish yoki aksincha raqibga hujum qilish imkonini bermaslikdir. Bu basketbol elementi to'g'risida tartib bilan gaplashamiz.

To'pni ko'tarib olish mohiyati shundaki bunda ancha qulayroq holatga turib qolish va shchitdan yoki halqadan qaytgan to'pni ilib olish kerak bo'ladi. Eng yaxshisi raqibni to'pni ko'tarib olishi uchun har qanday imkoniyatdan maxrum qilishdir. Buning uchun o'ziga «gorizontal» ustunlik yaratish ya'ni raqibning savat tomonga bo'lgan yo'lini to'sib qo'yish kerak. Biroq har doim ham buni amalga oshirib bo'lmaydi.

Shuning uchun «vertikal» ustunlikdan ham foydalanish zarur ya'ni maksimal yuqori nuqtada to'pni olib qo'yish. Aynan shu sababli baland bo'yli gavdali va sakrovchan o'yinchilar to'pni olib qo'yish bo'yicha etakchilik qiladilar. Birinchilar va ikkinchilar raqibni siqib chiqara oladilar o'yinchilar esa raqiblaridan oshib o'tadilar. Ikki xil turdagi to'pni olib qo'yishlar mavjud: himoyada va hujumda.

Agar jamoa hujum qiloyatga paytda to'pti egallab olsa demak to'pni ko'tarib olishni u hujumda amalga oshirgan bo'ladi. Mos ravishda himoyalananayotganlar to'pni egallab olsalar ular himoyada to'pni olib qo'ygan bo'ladilar. Birinchi bo'lib to'pni to'liq egallagab olgan yoki harakatni bajargan (savatga tushirib yuborgan yoki sherigiga maqsadli to'p uzatib bergan) o'yinchiga to'pni olib qo'yish yoziladi. Himoyachilar savatga yaqinroq joylashadi shuning uchun himoyada to'pni olib qo'yish osonroq amalga oshiriladi<sup>12</sup>.

Manba: D.Brown. *Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 52-53b.*

**To'psiz o'yinchi uchun to'siqlarni qo'llash** - to'pli o'yinchiga qo'llashga nisbatan, ba'zan taktik jihatdan maqsadga muvofiqroq, chunki e'tiborsizroq ta'qib qilishadi.

**To'siqqa to'qnashtirish** - hujumchi ma'lum vaqtda static holatda turgan o'z sheriklarining hoxlaganidan, ta'qib qiluvchi himoyachi yo'lida to'siq sifatida foydalanishi mumkin.

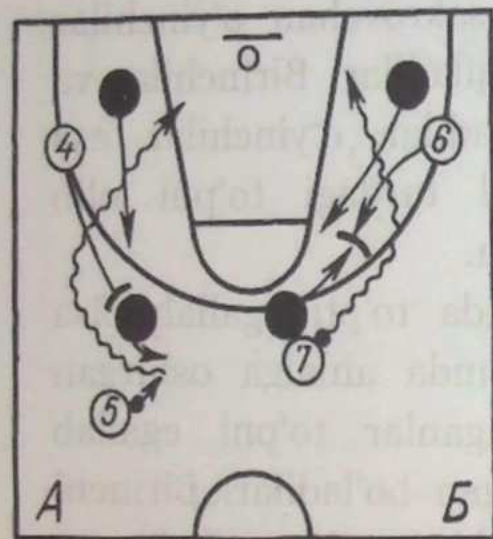
Sherikning yo'nginasidan katta tezlik bilan yugurib o'tayotib, hujumchi uni ta'qib qilayotgan himoyachini sherigiga yoki himoyachiga to'qnashishga majbur qiladi.

Bu bilan hujumchi huddi uni ta'qib qilayotgan himoyachini ko'zlagan pozitsiyada turgan sherigiga to'qnashtiradi.

<sup>12</sup> D.Brown. *Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 52-53b.*



### **To'psiz harakat qilayotgan basketbolchilar tomonidan qo'yiladigan to'siqlar.**



81-rasm.

**To'p bilan harakat qilayotgan basketbolchilar tomonidan qo'yiladigan to'siqlar.**

To'qnashtirishni to'psiz hamda to'pli o'yinchilar bilan amalga oshirish mumkin. To'p olib ketayotgan o'yinchi to'pni uzatib, himoyachini sherigiga to'qnashtirishga erishganidan keyin, undan to'pni qaytarib olish yo'li bilan savatga hujum qilishni yakunlashi mumkin.

Bunday holda, to'qnashtirishni uyushtirayotgan o'yinchi to'qnashtirish amalga oshgan zahoti raqib shchiti tomonga tezda chiqishi kerak. To'qnashtirishning hamma variantlarida asosiysi-raqibni to'qnoshtirmoqchi bo'lgan o'yinchi o'z jamoadoshi

yonidan unga juda yaqinlashib tez o'tishdir. Bu o'zaro harakatni qiynalmasdan amalga oshirish uchun bir oz oldinroq keskin yugurish finti bajariladi va bu bilan lozim bo'lgan yonalishni (bo'shatib) ozod qilib, himoyachiga yaqinlashadi. Boshqa qator hollarda himoyachilar, to'qnashish natijasida hujumchining savat tomonga yo'lini to'sishga harakat qilib, ilgariroq o'z shchiti tomon chekinishadi. Unda to'qnashtirishning shchit ostiga chiqish bilan yakunlash ma'noga ega bo'lmaydi. Ikkilanmasdan o'rta masofadan to'pni savatga otish kerak.

**"Uchburchak". Hujumdagi qulay o'yin vaziyatlari uchburchak bo'yicha o'zaro harakat yordamida vujudga kelishi mumkin.** Bunda uchburchakning chuqqisida turgan to'pli hujumchi, oldinga chiqishlari bilan savatga xavf solayotgan boshqa ikki sherigiga qaraganda raqib shchitidan uzoqroq bo'lishi kerak. Kanot bo'yicha harakat qilayotgan o'yinchi to'pni olgach, uni yana sherigiga uzatadi (uchburchak chuqqisiga), to'p u erdan darhol hujumni yakunlash uchun boshqa kanotga yuboiladi. "Uchburchakning"

o'zaro harakati uzatishni taz bajarishni talab qiladi: u joyni almashtirish yo'li bilan ham amalga oshirilishi mumkin. Bu o'zaro harakat ayniqsa, hujumchilarning tez yo'rib o'tishida himoyachilar ustidan son jihatidan ustunlikni (3x2) amalga oshirish paytida samaraliroq.

**"Uchlik". Uchburchak holati bu o'zaro harakatda ham saqlanib qolib, to'pni bir tomonga uzatib, hujumning boshqa tomonga to'siq qo'yilishiga asoslangan.**

Masalan, maydonda 5-o'yinchi to'pni bir tomonga 4-sherigiga uzatayapti, o'zi esa maydonning boshqa tomonida 7-o'yinchi uchun to'siq qo'yapti.

To'siqdan foydalanib 7-o'yinchi tezlik bilan jarima zonasiga kiryapti (to'siq qoygandan keyin shchit tomonga chiqqan 5-o'yinchi yordamida) 4-o'yinchidan to'pni oladi va savatga hujum qiladi.

Bu vaqtda, o'rta masofadan savatga to'pni tashlashga yoki to'p yoqotilgan himayani ta'minlash uchun 4-o'yinchi maydon markaziga o'tadi. "Uchlik"ni bajarishda har xil chalg'ituvchi variantlardan foydalaniladi.

Masalan, agar 1-himoyachi to'siqdan qochib, jarima otish zonasiga chekinsa, unda 7-o'yinchi yon chiziq bo'ylab raqib shchiti tomoniga keskin yugurishi mumkin yoki 5-o'yinchi sherigi 7-ga o'zining to'siq qoyish maqsadini himoyachilarga ko'rsatib, yarim yo'lda yugurish yo'nalishini o'zgartirish va shchit tomonga 4-o'yinchidan to'pni olish va savatga tashlash uchun shiddat bilan chiqishi mumkin.

**"Kichik sakkiz".** Uch o'yinchi to'pni urib yurish bilan birin-ketin kesishishdan foydalanib, shu qatnashchilarning harakat qilgan yo'llari "8" sonini eslatadigan "kichik sakkiz" deb nomlanuvchi o'zaro harakatni bajarishlari mumkin. Usul siklik



82-rasm



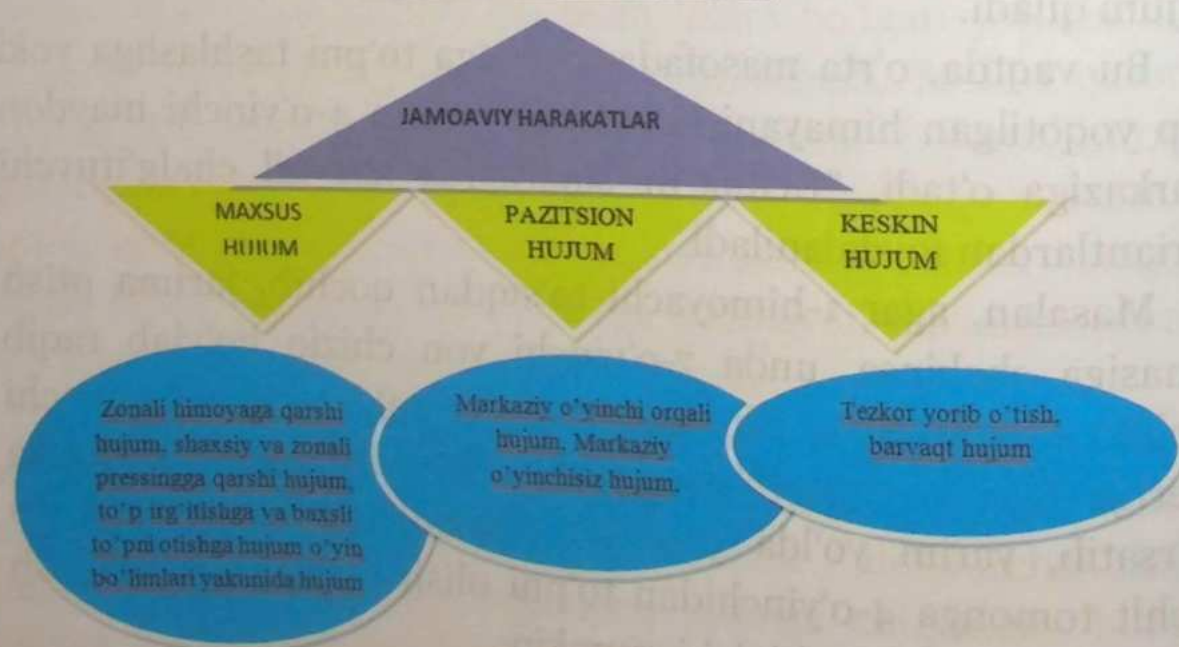
xarakterga ega va savatga hujum qilish qulay vaziyat kelmaguncha hujumda ketma-ket 4-5 marta qaytarilishi mumkin.

**“Kesishib chiqish”.** Uch o‘yinchining bu o‘zaro harakati, raqib shchitiga orqasi bilan turgan uchinchi (odatda markaziy) o‘yinchidan bevosita oqish joyda ikki o‘yinchi tomonidan amalga oshiriladigan kesishishni o‘zida mujassamlashtirgan.

Masalan 6-o‘yinchi to‘pni 5-markaziy o‘yinchiga uzatib va sherigi 4 bilan birga, deyarli u bilan bir vaqtda fintlarni bajargandan keyin to‘pni u yoki bu sherigiga savatga hujum qilish uchun oshirib berishi yoki o‘rta masofadan savatga otishi mumkin bo‘lgan markaziy 5-o‘yinchi yonidan yugurib o‘tishadi. Bu vaziyatda 6 va 4 himoyachilar oldida to‘qnashishdan qochish hamda markaziy o‘yinchi himoyachi juftiga urilib ketmasligi vazifasi turadi.

“Kesishib chiqish”ni faqat shchit to‘g‘risida emas, balki yo‘n chiziq tomonidan ham o‘tkazish mumkin.

### Jamoa harakatlari



11-andoza

**Jamoali harakatlar.** Hujumda ijro etiladigan individual va guruhli o‘zaro harakatlar jamoaning taktik vazifalariga asoslanadi. Jamoa harakati har bir o‘yinchining o‘zaro kelishilgan, muvofiqlashtirilgan va jamoaning muayyan hujum taktikasini amalga oshirishga qaratilgan integral faoliyatidir.

Ushbu faoliyatni amalga oshirishda jamoani himoya qaratilgan o‘ta keskin va tezkor hujumga o‘tib, raqibni “shoshiltirib” qo‘yish, uni xato qilishga majbur qilish choralari qo‘llaniladi. Bu chora ikki tizimli jamoa harakati bilan ifodalanadi: tezkor “yorib” o‘tish va “barvaqt” hujum.

**Savat oldida turib shchitdan qaytganda to‘p tashlash mashqlari.**

**Savat oldida turib shchitdan qaytganda to‘p tashlashlar – ikkita to‘p.**

Bu mashq bo‘yicha rejalashtiriladi, u savatga (shchitdan qaytganda) to‘p tashlashlar amaliyoti sifatida yaxshi ish beradi. Xonaning har bir tomonida past blokda bittadan to‘p qo‘yib chiqing. Bir o‘yinchi (hujumchi zona bo‘ylab) siljib harakatlanadi xamda past blokdan to‘pni ko‘tarib olib, kuchli to‘p tashlashni (shchitdan sapchitib) bajaradi. Ikkita boshqa o‘yinchi zonaning har bir tomonidan joy egallaydilar. Ularning vazifasi-hujumchi keyinchalik yana tashlashni bajarish uchun zonalariga uchib kelgan to‘pni ko‘tarib olish va dastlabki nuqtasiga (pastki blokka) joylashtirish. Mashq 30 sekund davomida bajariladi, shundan so‘ng o‘yinchilar vazifalari bilan almashadilar.

**Savat oldida turib (shchitdan qaytganda) va aldamchi harakat bilan to‘p tashlashda ikkita to‘p.**

Bu mashq xuddi avvalgi mashq sifati bajariladi. Farqi shundaki, hujumchi to‘p tashlashni bajarilishdan oldin aldamchi harakatni qo‘llaydi.

Perimetr bo‘ylab to‘pni olib yurmasdan kuchli to‘p tashlash (shchitdan sapchitib)



Bu mashqning maqsadi-to'pni olib yurmasdan zonada sakrab to'xtashni va kuchli to'p tashlashni amalda sinash har bir o'yinchining qo'lida bittadan to'p va ular erkin zarba chizig'idan boshlashadi. Hujumchi aldamchi harakatni bajaradi o'ng qo'lda to'p olib yurishni oshiradi (raqibning to'pga bir marta tegishidan iborat bo'lishi kerak keyin zonada to'xtaydi va yuqoriga sakrab to'p tashlashni bajaradi Tashlashdan so'ng ikkinchi o'yinchi xuddi shu mashqni bajaradi mashqni bajarish vaqti 30 sekund keyin ular driblingni chap qo'lga yoki perimeter bo'ylab boshq joyga o'zgartiradilar.

### Harakatlanishda to'p tashlashlar.

Jamoa ikkita qatorga bo'linishadi. Birinchi qatordagi birinchi ikki o'yinchi to'pga egalik qiladi. 1-o'yinchi to'pni savat tomonga olib boradi chap qatordagi 21-o'yinchi esa u bilan bir vaqtda savatga tomon harakatni boshlaydi 1-o'yinchi 2-sherigiga poldan sapchitib to'p uzatadi.

To'pni qabul qilib olib sherigi deysinib yuqoriga sakraydi va to'pni tashlashni bajaradi 1-o'yinchi qaytgan to'pni ilib oladi va 2-o'yinchiga uzatadi 2-o'yinchi to'p yon chiziq tomonga olib yurishni boshlaydi va o'ng tarafdin qatorda turgan keyingi o'yinchiga to'pni uzatib o'sha erdan joy egallaydi. 1-o'yinchi chap qatorga ketadi 3 va 4-o'yinchilar ham loylarini o'zgartirgan holda shunday yo'l tutadilar.

### Aldamchi harakat bilan stullar orasidan o'tib to'p tashlash.

O'yinchilarni uchta va to'rtta o'yinchidan iborat guruhlariga bo'ling. Guruhlarni savatga qarata joylashtiring va o'yinchilarga bittadan to'p bering. Birinchi o'yinchi jarima zarbasi hujumida turadi. Mashq o'yinchining to'pni o'ziga otib berishi va sakragan holda to'xtab uni ilib olishi bilan boshlanadi. U aldamchi xamlani bajaradi va to'pni stullar orasidan savat tomonga olib bora turib shchitdan sapchitib savatga to'p tashlaydi.

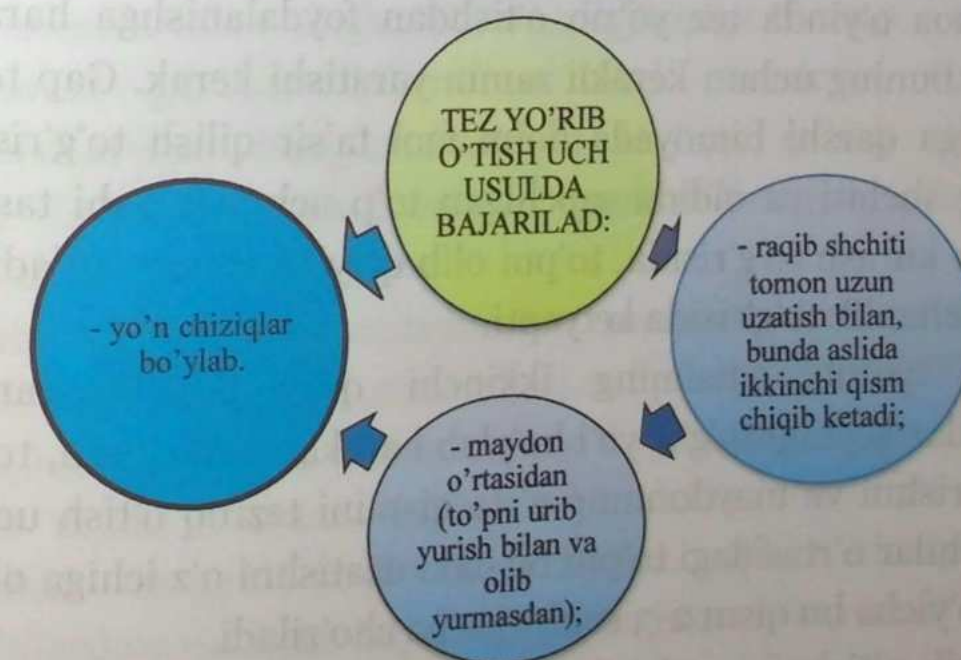
Mashqning davomiyligi 2 daqiqa. Keyin to'pni olib yurishni bajaruvchi o'ng qo'lni chap qo'lga o'zgartirish yoki maydondagi

stullar joylashishini almashtirish mumkin

### To'pni olib yurishda joyni o'zgartirgan holda to'p tashlashlar.

To'rtta o'yinchi savat oldida joylashadi ulardan uchasi orqa chiziqda, to'rtinchisi esa jarima chizig'ida turadi. To'p ushlab turgan o'yinchi jarima chizig'ida turgan o'yinchiga ikkala qo'lda ko'krakdan to'p uzatadi. To'p uzatgan o'yinchi to'pni qabul qilib olgan o'yinchining oldiga yuguri chiqib, unga bosim o'tkazishga harakat qiladi.

To'pni qabul qilib olgan o'yinchi aldamchi harakat bajarib, to'p tashlash uchun to'pni savat tomonga olib yuradi. To'pni ko'tarib olib, orqa chiziqqa navbatga turadi, himoyachi vazifasini bajargan o'yinchi esa jarima chizig'i yonida xujuchiga aylanadi. Bu mashqni ma'lum bir vaqtda bajarish xamda ijro etish joylarini o'zgartirishi mumkin<sup>13</sup>.



**Tezkor "yorib" o'tish** – bu jamoani raqibga nisbatan son jihatdan ustun bo'lgan tarkib asosida qayta hujum uyushtirish va qisqa oraliqlardan savatni ishg'ol qilishga mo'ljallanadi.

Uning mohiyati shundaki, to'pni egallagan o'yinchilar har



gal qarshi hujumga o'tishadi, raqib shchitgacha bo'lgan masofani qisqa vaqt ichida engishga, son jihatdan ustunlikka erishishga va bundan foydalanib, yaqin masofadan savatga hujum qilishga harakat qilishadi.

Tez yorib o'tishga hammadan ko'proq, agar jamoa to'pni raqibdan olib qo'ysa yoki o'zining shchitidan sapchib qaytgan to'p uchun kurash paytida unga ega bo'lganda amalga oshiriladi. Biroq, to'pni yo'n yoki en chiziqdan o'yinga kiritilishi zahoti, shuningek, agar raqiblar qarshi hujumga o'tgan o'yinchilarga tez oshirib berishga faol qarshi harakat qila olmasalar, baxs va boshlang'ich to'pni o'yinga tashlash paytida son jihatdan ustunlikka erishish mumkin. Son jihatdan o'yinchilar barobar bo'lgan paytda (1x1 yoki 2x2) jasurona va qatyi yakka kurashish uchun imkoniyat borligini ham hisobga olish kerak.

Jamoa o'yinda tez yo'rib o'tishdan foydalanishga harakat qilsa, u buning uchun kerakli zamin yaratishi kerak. Gap to'pli o'yinchiga qarshi himoyada doim faol ta'sir qilish to'g'risida, o'zining shchiti va oldida sapchigan to'p uchun yaxshi tashkil qilingan kurash to'g'risida, to'pni olib qo'yish uchun bo'ladigan harakatchanlik to'g'risida ketyapti.

Tez yo'rib o'tishning ikkinchi qismi – rivojlanish, o'yinchilar keyingi to'g'ri yo'l bo'ylab harakat qilishlarini, to'pni urib yurishni va maydonning o'rta qismini tezroq o'tish uchun hujumchilar o'rtasidagi to'pni bir-ikki uzatishni o'z ichiga oladi. Vaqt bo'yicha bu qism 2-3 soniyagacha cho'ziladi.

Yo'rib o'tishning yakunlovchi qismi - raqib yaqinida bo'lib o'tadi va 1,5 soniya atrofida davom etadi. Savatga yakunlovchi otishni odatda, to'pni urib yurishdan keyin yoki o'yinchining shchit ostiga to'p uchun tez chiqishdan keyin bajariladi. Umuman, yaxshi tayyorlangan jamoa, to'pni uzatishni uch martadan orttirmasdan tez yorib o'tishni 4-6 soniya ichida amalga oshiradi.

**“Barvaqt hujum”** – jamoa tomonidan amalga oshiriladigan mazkur usul ham deyarli tezkor “yorib” o'tish usuliga o'xshash tartibda qo'llaniladi. Faqat bu usulni qo'llashda avvaldan “charxlangan” va taktik kombinasiyalar bilan yakunlanadigan harakatlardan ko'proq foydalaniladi.

**Pozision hujum.** Bunday hujum asosan tezkor “yorib” o'tish “barvaqt hujum” choralari natija bermaganda juda qo'l keladi. Mazkur hujum usulida jamoaning barcha o'yinchilari o'z o'yin funksiyalari va o'z o'yin “joylariga” asoslangan holda maydon bo'ylab himoyalayotgan raqiblarni ta'qib qilib, savatni ishg'ol qilish xavfini tug'diradi. Ta'qib davomida sust yoki zaif raqibni payqagan zahoti boshqa raqiblarni chalg'itish asosida savatga hujum uyushtiriladi.

Pozision hujum ikki hil tizimda ijro etilishi mumkin: bir yoki ikki markaziy hujumchi orqali va markaziy hujumsiz.

***Basketbolda hujum muvaffaqiyatining asosi rasiyonal yo'llar bilan va iloji boricha tezroq o'yinchilardan biriga savatga hujum qilish uchun qulay sharoit yaratishga yo'naltirilgan jamoa harakatlardir.***

Butun jamoa maqsadlariga shaxsiy harakatlarning boysinishini, bir-birini tushunishni, aniq tashkily formulalarni talab qiladigan jamoa harakatlari, hujumda to'laqonli o'yin bo'lishi mumkin emas. Juda kuchli, lekin sheriklari bilan birgalikda to'g'ri (oqilona) harakat qila olmaydigan o'yinchilardan tuzilgan hujum qiluvchi jamoa, malakali raqib ustidan kamdan-kam g'alabaga erishishi mumkin.

***Pozitsion hujumda ikki sistema tashkil topga: “markaziy o'yinchi orqali” va “markaziy o'yinchisiz”***

Markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasi, ayniqsa, (hammadan ko'ra) maqsadga muvofiqdir. Buni (sistemani) qo'llayotgan jamoaning harakatlari, istalgan daqiqada to'pni olish imkoniyatiga ega bo'lish uchun odatda shchitda shchitga



orqasi bilan o'zining sheriklariga yuzi bilan turgan markaziy o'yinchining etakchilik roliga (asoslanadi) tayanadi.

Markaziy o'yinchi hujum tayo'rgarligining huddi o'zagidek hisoblanadi. Hamma kelgan sheriklari, unga faol kelishilgan harakatlari bilan qullab quvvatlab, qulayroq vaziyatga unga to'pni oshirib berishga harakat qiladilar. Qulay vaziyatda to'pni olgan markaziy o'yinchi:

- uni savatga otishga urinib ko'rishi;
- uni ta'qib qilayotgan himoyachini yakka olishishda aldab o'tishi, shchit oldiga chiqishi va to'pni savatga otishi;
- to'pni sheriklardan birortasiga uzatishi;
- uch ochkoli otish uchun to'pni uzoqqa maydon ichida uzatishi mumkin.

*Ikki markaziy hujumchining o'zaro harakatlari.*

Markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasining asosiy variantlari – bitta markaziy o'yinchi orqali va ikkita markaziy o'yinchi orqalidir. Hozirgi zamon sport amaliyotida uchta markaziy o'yinchi orqali hujum qilish juda kam qo'llaniladi.

Markaziy o'yinchilarning va ularning sheriklarining shaxsiy imkoniyatlariga shuningdek jamoaning umumiy taktik maqsadlariga qarab musobaqalarda boshlang'ich joylashishning har xil sistemalarini (pozitsiyalarini) qo'llashadi.

To'pni markaziy o'yinchiga uzatgandan keyin shchit tomonga to'g'ri chiziq bo'ylab chiqishdan tashqari, hujum qilayotgan jamoa, pozitsion hujum uchun jamoaning asosiy boshlang'ich joylanishi bilan ikki yoki uch o'yinchilarning ma'lum bo'lgan o'zaro harakatlarining birin-ketin qo'shib ketishiga asoslangan, ilgaridan o'rganilgan taktik kombinatsiyalardan foydalanishi kerak.

Kombinatsiyada deyarli har doim jamoaning hamma o'yinchilari qatnashishadi, ba'zi birlari asosiy hujum qiluvchi harakatlarni amalga oshirishadi, boshqalari – ozod qiluvchi

yoki chalg'ituvchi, uchinchilari – orqa xavfsizligini ta'minlaydigan harakatlarni amalga oshirishadi.

### **Savat oldida turib shchitdan qaytganda to'p tashlash mashqlari.**

*Savat oldida turib shchitdan qaytganda to'p tashlashlar ikkita to'p.*

Bu mashq bo'yicha rejalashtiriladi, u savatga (shchitdan qaytganda) to'p tashlashlar amaliyoti sifatida yaxshi ish beradi. Xonaning har bir tomonida past blokda bittadan to'p qo'yib chiqing. Bir o'yinchi (hujumchi zona bo'ylab) siljib harakatlanadi xamda past blokdan to'pni ko'tarib olib, kuchli to'p tashlashni (shchitdan sapchitib) bajaradi. Ikkita boshqa o'yinchi zonaning har bir tomonidan joy egallaydilar. Ularning vazifasi-hujumchi keyinchalik yana tashlashni bajarish uchun zonalariga uchib kelgan to'pni ko'tarib olish va dastlabki nuqtasiga (pastki blokka) joylashtirish.

Mashq 30 sekund davomida bajariladi, shundan so'ng o'yinchilar vazifalari bilan almashadilar. Savat oldida turib (shchitdan qaytganda) va aldamchi harakat bilan to'p tashlashda ikkita to'p.

Bu mashq xuddi avvalgi mashq sifati bajariladi. Farqi shundaki, hujumchi to'p tashlashni bajarilishdan oldin aldamchi harakatni qo'llaydi. Perimetr bo'ylab to'pni olib yurmasdan kuchli to'p tashlash (shchitdan sapchitib).

Bu mashqning maqsadi-to'pni olib yurmasdan zonada sakrab to'xtashni va kuchli to'p tashlashni amalda sinash har bir o'yinchining qo'lida bittadan to'p va ular erkin zarba chizig'idan boshlashadi. Hujumchi aldamchi harakatni bajaradi o'ng qo'lda to'p olib yurishni oshiradi (raqibning to'pga bir marta tegishidan iborat bo'lishi kerak keyin zonada to'xtaydi va yuqoriga sakrab to'p tashlashni bajaradi Tashlashdan so'ng ikkinchi o'yinchi xuddi shu mashqni



bajaradi mashqni bajarish vaqti 30 sekund keyin ular driblingni chap qo'lga yoki perimeter bo'ylab boshq joyga o'zgartiradilar.

#### Harakatlanishda to'p tashlashlar

Jamoa ikkita qatorga bo'linishadi. Birinchi qatordagi birinchi ikki o'yinchi to'pga ega lik qiladi. 1-o'yinchi to'pni savat tomonga olib boradi chap qatordagi 21-o'yinchi esa u bilan bir vaqtda savatga tomon harakatni boshlaydi 1-o'yinchi 2-sherigiga poldan sapchitib to'p uzatadi.

To'pni qabul qilib olib sherigi deysinib yuqoriga sakraydi va to'pni tashlashni bajaradi 1-o'yinchi qaytgan to'pni ilib oladi va 2-o'yinchiga uzatadi 2-o'yinchi to'p yon chiziq tomonga olib yurishni boshlaydi va o'ng tarafdin qatorda turgan keyingi o'yinchiga to'pni uzatib o'sha erdan joy egallaydi. 1-o'yinchi chap qatorga ketadi 3 va 4-o'yinchilar ham loylarini o'zgartirgan holda shunday yo'l tutadilar.

Aldamchi harakat bilan stullar orasidan o'tib to'p tashlash O'yinchilarni uchta va to'rtta kishidan iborat guruhlariga bo'ling. Guruhlarni savatga qarata joylashtiring va o'yinchilarga bittadan to'p bering Birinchi o'yinchi jarima zarbasi hujumida turadi. Mashq o'yinchining to'pni o'ziga otib berishi va sakragan holda to'xtab uni ilib olishi bilan boshlanadi.

U aldamchi xamlani bajaradi va to'pni stullar orasidan savat tomonga olib bora turib shchitdan sapchitib savatga to'p tashlaydi. Mashqning davomiyligi 2 daqiqa. Keyin to'pni olib yurishni bajaruvchi o'ng qo'lni chap qo'lga o'zgartirish yoki maydondagi stullar joylashishini almashtirish mumkin.

To'pni olib yurishda joyni o'zgartirgan holda to'p tashlashlar

To'rtta o'yinchi savat oldida joylashadi ulardan uchitasi orqa chiziqda, to'rtinchisi esa jarima chizig'ida turadi.

To'p ushlab turgan o'yinchi jarima chizig'ida turgan o'yinchiga ikkala qo'lda ko'krakdan to'p uzatadi. To'p uzatgan o'yinchi to'pni qabul qilib olgan o'yinchining oldiga yuguri chiqib, unga bosim o'tkazishga harakat qiladi. To'pni qabul qilib olgan o'yinchi aldamchi harakat bajarib, to'p tashlash uchun to'pni savat tomonga olib yuradi. To'pni ko'tarib olib, orqa chiziqqa navbatga turadi, himoyachi vazifasini bajargan o'yinchi esa jarima chizig'i yonida xujuchiga aylanadi. Bu mashqni ma'lum bir vaqtda bajarish xamda ijro etish joylarini o'zgartirishi mumkin<sup>14</sup>.

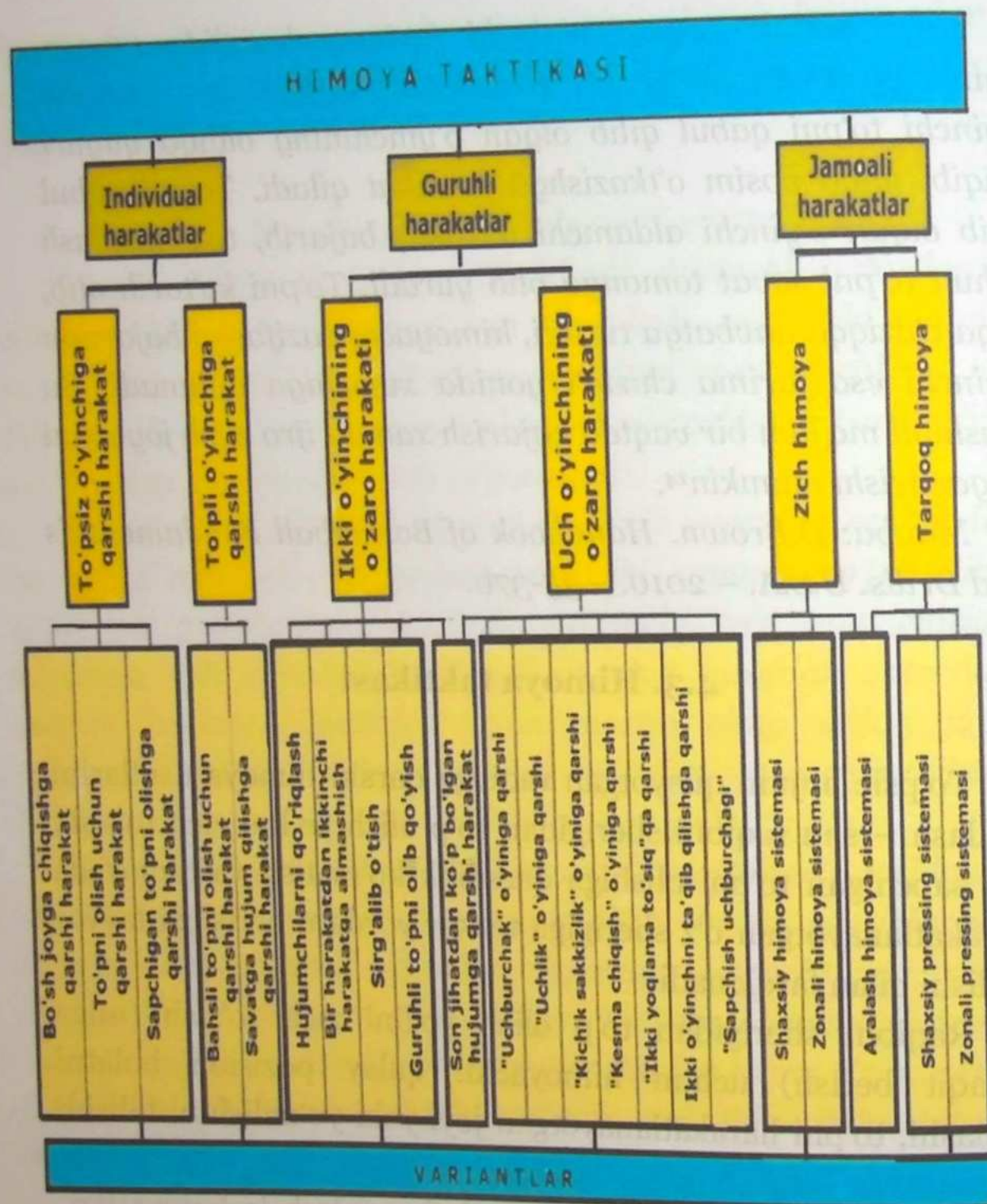
Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 35-37b.

#### 4.3. Himoya taktikasi

To'psiz hujum qilayotgan raqibga qarshi himoya usullarini qo'llash – shu raqibni sherigidan to'p olish yo'lini zich to'sish, uni sapchigan to'pni olishiga qarshilik ko'rsatish va himoyada harakatlanayotgan o'z sherigiga tezkor yordam berishga tayyor bo'lishi bilan farqlanadi.

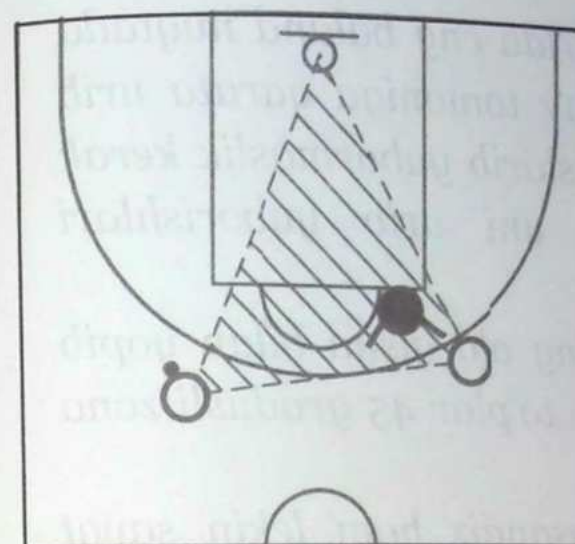
Raqibni sherigidan to'p olish yo'lini zich to'sish (unga halaqit berish) uchun himoyachi: qulay pozision holatni tanlashi, to'pni harakatlanayotgan joyi yoki yo'nalishini bilishi, savatgacha (shchitgacha) bo'lgan oraliqni aniq xis qilishi (bo'lishi) va hujum qilayotgan raqibning taktik imkoniyatlari, hujum usullari va uning sir-asrorlarini bilishi lozim.



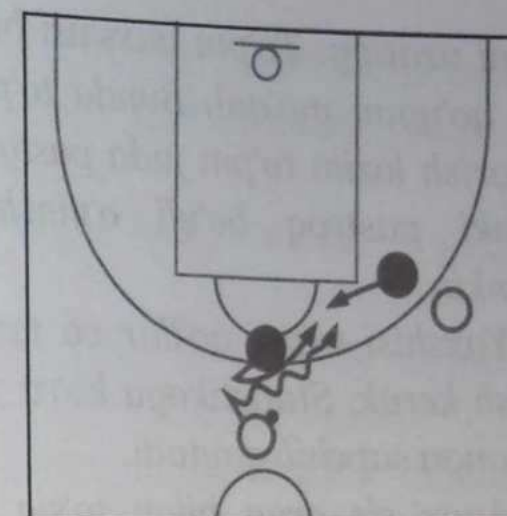


13-andoza

Bunday holatlarda himoyachi quyidagi uch omilga (uchburchak) e'tibor qaratmog'i darkor: to'p, savat va o'zi ta'qib qilayotgan (himoya qilayotgan) hujumchi (83-rasm).



83-rasm.  
To'psiz o'yinchini ta'qib qilishda "uchburchak o'yin himoyasi"



84-rasm. "Qo'riqlash" to'p tomonida himoyachilarning guruhli o'zaro harakatlari

**Aralash himoya** tizimi yuqorida qayd etilgan ikki himoya tizimiga asoslanadi. Bunday tizim raqib jamoasida etakchi ijrochilar (liderlar) mavjud bo'lgan holda qo'llanishi o'ta ahamiyatli bo'lib, ularni shaxsan zich himoyalashga da'vat etadi.

Himoyalayotgan jamoaning harakatlari hujum qiluvchi jamoaning harakatlariga javob bo'lib, raqib texnikasining xususiyatlariga qarab tashkil etiladi.

Himoyalayotgan jamoa oldida to'rtta asosiy vazifa turadi:

- 1) raqib savatga aniq, to'siqsiz to'p tashlashiga yo'l qo'ymaslik;
- 2) raqibdan to'pni olib qo'yish va qarshi hujum uchun sharoit yaratish;
- 3) raqibning ba'zi bir aloqalarini va o'yin liniyalari orasidagi aloqa va o'yinchilar o'zaro harakatlarini buzib, hujum qilish uchun tayyorlov operatsiyalarini o'tkazishga qarshilik ko'rsatish;
- 4) raqibni tez qarshi hujumga o'tishga yo'l qo'ymaslik.

Har bir to'p tashlash amalga oshirilgandan so'ng qaytgan to'p uchun kurash olib boring agar sizga tezkor hujumdan ehtiyotlash vazifasi yuklatilmagan bo'lsa. To'pni olib qo'yganingizdan so'ng uni olib yurishga shoshilmang bir oz to'xtab, savat tomondan o'yinni tashkil qiluvchi o'yinchiga



to'pni uzating. To'pni yaxshisi bir qo'lda eng baland nuqtada olib qo'ygan ma'qul. Bunda to'pni o'z tomoniga qarata urib yuborish lozim to'pni juda pastga tushirib yubormaslik kerak chunki pastroq bo'yli o'yinchilar uni urib yuborishlari mumkin.

Yaxshisi to'pni qo'llar va tananing old qismi bilan yopib turish kerak. Statistika ko'ra 75 % to'plar 45 gradusli zona tomonga sapchib qaytadi.

Agar siz orqa bilan to'siq qo'ysangiz ham lekin savat tagida tursangiz to'p sizning ustingizdan uchib o'tadi. To'qnashuvdan qo'rqmang. To'pni olib qo'yish uchun kurashish har doim maydondagi qora ish hisoblangan va shundayligicha qoladi. O'yin qoidasi doirasida raqibni siqib chiqarish va unga kuchli rebaunder janligining ko'rsatib qo'yish lozim. Keyingi hujumda u sen bilan to'qnashuvda qatnashishga unchalik xoxish bildirmaydi. Jarima chizig'i zonasida to'pni olib qo'yish uchun kurash. Bunda to'p tashlayotgan o'yinchiga yaqin turgan o'yinchi uni chetlatadi<sup>15</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 54-55b

### **Yakka harakatlar**

**Yakka himoya taktikasining** muhim elementlaridan biri o'z shchitidan sapchigan to'pni raqib tomonidan egallashga to'sqinlik qilish yoki uni o'zi egallashdir. O'z shchitidan sapchigan to'pni egallash qayta hujum uyushtirishning yagona va o'ta samarali omilidir.

To'p bilan hujum qilayotgan raqibga qarshi himoya usullarini qo'llash – raqibning faol hujumini bartaraf etish (to'p uzatishda, to'pni urib yorib o'tishda va savatga to'p tashlashda)ga qaratiladi. Aynan to'p bilan hujum qilayotgan raqibga qarshi himoya usullarini qo'llashda shu raqibning taktik rejasini oldindan payqash, to'pni bo'lajak yo'nalishini sezish,

<sup>15</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 54-55b.  
206

uning individual taktik qobiliyatini bilish va shularga asosan eng samarali individual taktik usulni qo'llash muhim ahamiyat kasb etadi.

### **Markaziy o'yinchiga qarshi himoyalaniş – yuqori holat**

**Mashqning maqsadi:** yuqori holatda markaziy o'yinchini ta'qib qilishda oyoqlarning to'g'ri ishlashi ustida ishlash.

**Mashqning bayoni:** O'yinchilarning joylashishi: hujumchi va himoyachi yuqori himoyada va ikki o'yinchi o'yinni tashkil qiluvchi hujumchilar (murabbiy yoki menejerga qarshi) himoyasida turadi, ulardan markaziy o'yinchiga to'p uzatib beruvchilar sifatida foydalaniladi. Himoyachi to'p tomonda "chiziq ustida, chiziqda", to'p uzatish chizig'ida qo'lini oldinga uzatgan holda joylashadi. O'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar orasidan to'p uzatishlarda himoyachi yangi "chiziq ustida, chiziqda" himoyalaniş holatiga tez burilishni bajaradi. Birinchi kuni faqat o'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar orasidan orqaga va oldinga to'p uzatishni bajarishga ruxsat beriladi. Bu ikki o'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar to'pni o'zida saqlab turadi va yuqori himoyadagi markaziy o'yinchiga to'p uzatish ehtimolini qidiradilar. Ikkinchi kuni hujum qiluvchilarga markaziy hujumchiga to'p uzatishga ruxsat beriladi. Himoyachi va hujumchi joy almashadilar. To'p uzatuvchi o'yinchilar markaziy hujumchilar bilan joy almashadilar.

**Murabbiyning ko'rsatmalari:** eng asosiy vazifa – bu oyoqlarning tez harakatlanishi va himoyada matonat bilan o'ynash ustida ishlashdir. yuqoridagi markaziy o'yinchi holatida o'yinchini ta'qib qilish himoyachilardan ko'p kuch berishni talab qiladi, chunki hujum uchun to'pni shu holatga yetkazib berish juda foydali hisoblanadi. Markaziy himoyachi ushbu to'p uzatishni bartaraf etish lozim<sup>16</sup>.

<sup>16</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 70b.  
207



To'pli yoki to'psiz hujumchiga qarshi harakatlar turlicha, garchand, ikkala holda ham raqibning kuzatish va u bilan faol kurashish kerak.

To'psiz hujumchiga qarshi harakatlar. To'psiz hujumchini ta'qib qilganda, himoyachi:

a) hujumchiga savatga hujum qilish uchun qulay pozitsiyaga chiqib ishga yoki shu pozitsiyada to'pni qabul qilib olishga yo'l qo'ymaslik;

b) raqib hujumchisi yoki lideriga yo'naltirilgan to'pni olib qo'yish;

v) raqibning o'zaro harakat qilish uchun siljishlarga, ayniqsa maydonning o'rtasidan shchit tomonga keskin qo'yiladigan blokirovkaga e'tibor bergan holda qarshilik ko'rsatish kerak.

Himoyachi o'zi ta'qib qilayotgan hujumchilar va o'zining savati ostida shunday joylashishi kerakki, bunda u hujumchini ham, to'pni ham ko'rishi lozim. Himoyachining hujumchiga nisbatan holati va ular orasidagi masofa har qanday aniq vaziyatga raqibning tezligi, bo'yi va og'irligi hisobga olingan holda aniqlanishi kerak. Raqibning markaziy o'yinchisini ta'qib qilayotgan himoyachi, u bilan qulay pozitsiya va to'pni olish uchun kurashishi kerak. Markaziy o'yinchiga to'pni shchitdan uzoqlashib, u qo'shimcha harakat qilgan holdagina to'pni egallashiga yo'l qo'yish mumkin. Agar u shchitning yaqinida bo'lsa, himoyachi uning oldida to'pni uzatishiga halaqit berish uchun turadi.

O'zining raqibini ta'qib qilayotgan vaqtda maydondagi umumiy vaziyatni ham kuzatib turishi shart. Bu esa o'zgarib borayotgan holatni o'z vaqtida baholash va o'z sheriklari bilan muvaffaqiyatli o'zaro harakat qilish imkonini beradi.

Markaziy o'yinchiga qarshi himoyalaniş – yuqori holat  
Mashqning maqsadi: Yuqori holatda markaziy o'yinchini ta'qib qilishda o'yinlarning to'g'ri ishlashi ustida ishlash.

Mashqning bayoni: O'yinchilarning joylashishi: hujumchi va himoyachi yuqori himoyada va ikki o'yinchi o'yinni tashkil qiluvchi hujumchilar (murabbiy yoki menejerga qarshi) himoyasida turadi, ulardan markaziy o'yinchiga to'p uzatib beruvchilar sifatida foydalaniladi.

Himoyachi to'p tomonda "chiziq ustida, chiziqda", to'p uzatish chizig'ida qo'lini oldinga uzatgan holda joylashadi. O'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar orasidan to'p uzatishlarda himoyachi yangi "chiziq ustida, chiziqda" himoyalaniş holatiga tez burilishni bajaradi.

Birinchi kuni faqat o'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar orasidan orqaga va oldinga to'p uzatishni bajarishga ruxsat beriladi. Bu ikki o'yinni tashkil qiluvchi o'yinchilar to'pni o'zida saqlab turadi va yuqori himoyadagi markaziy o'yinchiga to'p uzatish ehtimolini qidiradilar. Ikkinchi kuni hujum qiluvchilarga markaziy hujumchiga to'p uzatishga ruxsat beriladi. Himoyachi va hujumchi joy almashadilar. To'p uzatuvchi o'yinchilar markaziy hujumchilar bilan joy almashadilar.

Murabbiyning ko'rsatmalari: Eng asosiy vazifa – bu oyoqlarning tez harakatlanishi va himoyada matonat bilan o'ynash ustida ishlashdir. Yuqoridagi markaziy o'yinchi holatida o'yinchini ta'qib qilish himoyachilardan ko'p kuch berishni talab qiladi, chunki hujum uchun to'pni shu holatga etkazib berish juda foydali hisoblanadi. Markaziy himoyachi ushbu to'p uzatishni bartaraf etish lozim<sup>17</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 70b.

### Guruhli himoya harakatlari

Himoyadagi guruh harakatlari deganda o'yin vaziyatida hujumchilarga qarshi harakat uchun yo'nalgan ikki yoki uch o'yinchining o'zaro harakati ko'zda tutiladi. Ikki o'yinchining



o'zaro harakati usullariga straxovka qilish, o'yinchi almashish, sirg'anib o'tish, chekinish (sherigiga yo'l berish); uch o'yinchining o'zaro harakat usullariga maxsus tashkil etilgan ikki o'yinchiga to'qnashtirishga qarshi qaratilgan, ikki basketbolchi qo'ygan to'siqqa qarshi harakatlar, "uchlik", "kichik sakkizlik", "kesib chiqish"ga qarshi o'zaro harakatlar kiradi. Shchitdan sapchigan to'p uchun qarshi texnika masalasi alohida ko'riladi.

Ikki o'yinchining o'zaro harakati. Himoyachilarning o'zaro yordam usullaridan biri – straxovka qilish. O'yinchilar doim bir-biriga yordam berishga hamda himoyachini aldab o'tish, savatga xavf solayotgan hujumchini ta'qib qilishga tayyor turishlari kerak. Straxovka qilish to'pni savatga aniq ota oladigan, tez o'tib keta oladigan, har xil chalg'ituvchi harakatlarni qullay biladigan, tezkor hujumchilarga qarshi qo'llaniladi.

Huddi shunga o'xshash raqibning yaqindagi baland bo'yli markaziy o'yinchisi to'pni egallab olmasligi uchun ta'qib etib yurgan himoyachiga ham yordam beriladi.

Agar to'p markaziy o'yinchiga tekkan taqdirda straxovka qilayotgan o'yinchi to'pni uning qo'lidan urib chiqarishga yoki to'p bilan oldinga o'tishga, to'pni savatga otishga halaqit berishga urinib ko'rishi kerak. Odatda straxovkani savatga xavf sola olmaydigan masofada turgan o'yinchini ta'qib qilishni bo'shashtiriboq yoki raqibning savatga juda kam va beqaror xavf solayotgan kamroq ta'qib etish bilan amalga oshiriladi.

Chekinish va sirg'alib o'tish. Tez almashish hech qachon ham himoyalanoyatgan jamoa uchun foydali emas, chunki ba'zi hollarda u yakka kurashdagi kuchlar muvozanatini buzatadi (baland bo'yli hujumchi past bo'lib himoyachi bilan, tez hujumchi esa, tezligi kichik o'yinchiga qarshi bo'lib qolishi va h.k.), raqib jamoa o'yinchilariga chalg'ituvchi va aldovchi harakat o'tkazish imkonini beradi.

Shuning uchun himoyachilar bor kuch va bilimlarini blokirovka qilish va har xil harakatlar qilish yo'rdamida

raqibning o'zaro harakat qilishini mushkullashtirishga, to'siq qo'yishga yo'l qo'ymaslikka sarflashlari kerak. Va faqat shchitga to'g'ridan-t'g'ri xavf tug'dirilayotgan paytdagina o'yinchilarni almashishlari kerak.

Hujumchilar o'zaro harakatlari maydonda ko'ndalang bo'lib to'psiz yoki savatga uzoqdan harakat qilayotganda to'siq qo'yilgan himoyachilar ta'qib qilayotgan o'yinchilarni almashtirish o'rniga himoyachi tez chekinib, to'siq o'yinchini aylanib o'tib sherigi bilan yaqinlashib olishi kerak. To'siq shchit yaqinidagi to'pli o'yinchiga qo'yilganda, chekinish qisman xavf bilan bog'liq – bu vaqtda hujumchi hech qanday to'siqsiz to'pni savatga otishi mumkin.

Guruh bo'lib to'pni olib qo'yish. O'zaro harakat qilishninh bu usulini ko'proq pressingda, ya'ni to'p bo'lgan o'yinchini bir vaqtda ikki himoyachi hujum qilayotganda ishlatiladi. Guruh bo'lib to'pni olib qo'yishning ikkita varianti bor. Birinchisida, to'p bolgan o'yinchini ta'qib qiluvchi himoyachi uni burchak tomon yoki yo'n chiziq yoniga to'pni olib borishga, keyin esa maydonga orqa tomoni bilan burilishga majbur qiladi.

Shu paytda ikkinchi himoyachi unga qarshi harakatga qo'shiladi. Ikkala himoyachi hujumchini to'pni nianiq uzatishga yoki "Besh sekund" qoidasini buzishga majbur qiladi. Ikkinchi usulda esa to'qnashtirish va kesib o'tish prinspi o'zaro harakat qilish uchun to'pni olib kelayotgan o'yinchini boshqa himoyachi to'xtatadi, ta'qib qilayotgan o'yinchi esa uning yonidan yoki orqasidan to'pni urib chiqarib yuborishga harakat qiladi.

Markaziy o'yinchi holatida to'pni qabul qilib olgan o'yinchini ushlab turish homoyachiga qiyinchilik tug'diradi, zero hujumchi bir nechta texnik taktik harakatlarni: holatli to'p tashlash: hujumkor to'p uzatish yoki urib borib to'p tashlashlarni bajarish imkoniyatlariga ega.

Ushbu vaziyatda aldamchi harakatlardan foydalanib va keyinchalik tayyorlab qo'yilgan munosib himoya harakatlarini amalga oshirib yoki to'pdan uzoqroqdagi maydon tomonidan sheriklariga o'z vaqtida yordam ko'rsatib,



hujumchini bartaraf etish mumkin. Lekin savatga yaqin joyda to'pni qabul qilib olish imkoniyatini yo'qqa chiqaruvchi faol harakatlar katta samara beradi.

Himoyachining birinchi galdagi vazifasi: «Ta'qibingda turgan o'yinchiga to'pni qabul qilib olishiga yo'l qo'yma». Ayni paytda to'pni egallab turgan o'yinchini ta'qib qilayotgan himoyachi hujum harakatlari oldidan bajariladigan fintlar va to'siqlarga tayyor turish lozim. U yetarlicha matonatga, intuisiyaga va «o'yinni his qilish» sezgilariga ega bo'lishi kerak.

Asosiysi – hujumchidan tashabbusni olib qo'yish, uni himoyalayotgan o'yinchi uchun qulay tarzda harakatlanishga yani to'pni bo'sh qo'lda olib yurishga majbur qilish, yon chiziqqa siqib chiqarish sheriklari yordam berishi mumkin bo'lgan zonaga ko'paytirish lozim. Musobaqa sharoitlarida himoyachi nafaqat yakama-yakka olishuvlarda ishtirok etadi balki hujumchilar son jihatdan ustunlikka ega bo'lganlarida ham ularni harakatlariga qarshilik ko'rsatadi himoyachi to'pni egallab turgan o'yinchining savat tomonga yurishini halqadan ancha uzoqroqda to'xtatib qolishining uzoq masofadan turib uni to'p tashlashga majbur qilishining udasidan chiqa olsa, uning bu qarshi harakatlari muvaffaqiyatli sanaladi. Bunga 2x1 bo'lgan vaziyatlarda uch ochkoli zarbalar yoy chizig'i atrofida to'pni egallab turgan o'yinchi tomonga aldamechi harakat bajarish hamda ketidan boshqa hujumchi tomonga tezda o'tib olish hisobiga erishish mumkin.

To'pni egallab turgan hujumchiga qarshi himoyada individual taktik harakatlarni o'rgatishni shug'ullanuvchilar hujumdagi tegishli texnik-taktik harakatlarni o'zlashtirib borganlari sari amalga oshirib borish zarur<sup>13</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 60-61b.

Har qanday guruh bo'lib to'pni olib qo'yishda qolgan himoyachilar srtaxovka qilish va to'pni olib qo'yish bilan bog'liq harakatlarni amalga oshirilishi tushunarli.

Uch o'yinchining o'zaro harakati. Uch o'yinchining himoyadagi o'zaro harakati «uchlik», «sakkizlik», «kichik sakkiz» ikki basketbolchi qoyadigan juft to'siq, ikki o'yinchiga to'qnashtirishni bartaraf qilishning konkret usuli.

Buning uchun yaxshi tashkil etilgan, himoyachilarni hamjihat kuchlari zarur.

«Kichik sakkizlik»ka (ayniqsa markaziy o'yinchi atrofida o'tkazilayotgan bo'lsa), va almashish yo'rdamida ikki basketbolchiga to'qnashtirishga qarshilik ko'rsatish har qachon ham samarali bo'lavermaydi. Shuning uchun bunday o'zaro harakatga qarshi kurashda hujumchilarni shaxsiy ta'qib qilishdan voz kechish va onda-sonda himoyachilarning zona prinsipini qo'llash maqsadga muvofiq.

Himoyachilar (uch kishi) to'rt kishi hujumiga qarshi harakat qilayotgan paytda, ular jarima otish maydonchasiga muntazam chekinib, zona prinsipiga asoslanib uchburchak hosil qilib mudofaa tashkil etadi.

Ko'pincha o'yin paytida to'pni yo'qotib qo'ygandan so'ng orqaga chekinayotgan himoyachilar soni jihatdan kamchilik bo'lib qoladilar. To'pni uzatishda xatoga yo'l qo'ygan o'yinchi to'pni darhol qayta olib qo'yishga harakat qilgan holda to'p tomonga harakatlanish bilan bu xatosini yanada chuqurlashtirib yubormasligi kerak. Bu vaziyatda eng aqlli yo'l-bu darhol orqaga chekinishdir.

Agar himoyachi to'p tomonga harakatlana boshlasa, unda hujumchiga savatga erkin chiqib borishga imkon beradi, bu vaziyatda esa himoyaning yagona umidi savat tagidan to'p tashlanganda hatoga yo'l qo'yish bo'ladi, zero bunday bo'lish ehtimoli juda kam.

To'pni egallab turgan himoyachiga qarshi himoyachining harakatlari natija keltiruvchi hujum usullari; to'p uzatish, dribling bilan o'tib borish, to'p tashlashni oldini olishga

<sup>13</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 60-61b.



qaratilgan. Raqib to'pga egalik qilayotgan vaziyatda himoyachining vazifasi qiyinlashadi, chunki hujumchining mumkin bo'lgan harakatlari chegarasi kengayadi va u savatni ishg'ol qilishga bevosita xavf solib turadi. Optimal qarshi usulni tanlashda hujumchining imkoniyatlarini uning savatga va maydon chegaralariga nisbatan pozitsiyasini, texnik imkoniyatlarini, ikkala qo'lda usullarni bajara olish darajasini, avvalgi harakatlarini, boshqa raqiblar va o'z sheriklarining joylashuvini baholash zarur.

To'pni egallab turgan hujumchiga qarshi muvaffaqiyatli harakat qilishda himoyachi tomondan optimal tik turish holatining tanlanishi muhim shart – sharoit hisoblanadi. Parallel tik turish holatini driblingni bajarayotgan o'yinchini maydonning ko'ndalangiga kuzatib borayotganda yoki u to'pni u olib yurishni yakunlagan paytda uni olib qo'yishga urunish chog'ida qo'llash maqsadga muvofiq.

Qolgan vaziyatlarda oyoqni oldinga chiqargan xolda tik turishdan foydalaniladi. Himoyalaniшни hujum orqa chizig'ida to'pni egallab bo'lgan o'yinchini taqib qilayotgandagi to'pni olib yurishni qo'llamagan yoki tugatmagan paytdagi tik turish holati o'ziga xos hisoblanadi. O'yinni o'ziga xos qirralarini bu bukilgan oyoqlar tananing oldinga ko'proq bo'lishi orqa polga deyarli parallel xolda va oldinga uzoqqa qo'yilgan qo'l oldinga chiqarilgan oyoqqa mos xolda shu bilan himoyachi raqibga maksimal tarzda yaqin turgan xolda va uning har qanday harakatlariga faol qarshilik ko'rsata turib ayni paytda uning og'irlik markaziga nisbatan ancha uzoqda turadi, bu to'pli o'yinchining kutilmaganda bajariladigan fintlarni (aldamchi harakat) to'xtatib qolish uchun qo'shimcha hudud beradi. To'pni egallab turgan o'yinchini markaziy o'yinchi holatida taqib qilayotganda himoyachining to'pga yaqin turgan qo'li yuqoriga ko'tarilgan oyoqlari esa aksincha tekislangan va muvozanat saqlash uchun tana og'irligi ikkala oyoq kaftining uchki qismiga taqsimlangan, oyoq tagini qo'yish kengligi maksimal tez va yuqori sakrashga (bunda qo'llar pastga

tushirilmaydi) imkon berish kerak. To'pni egallab turgan o'yinchini markaziy o'yinchining o'rta va past pozitsiyalarida shuningdek hujumchi joyida (maydon burchagida yoki savatga nisbatan burchak ostida) taqib qilayotganida o'yinchilar uchun asosiy talablardan biri sirt chizig'iga o'tib olishning oldini olish xisoblanadi, zero bu yerda sheriklar o'z vaqtida yordamga etib kela olmaydilar.

Buning uchun himoyalaniyotgan o'yinchi oldinga uzatilgan qo'lga teng masofada raqibdan nari turgan holatdan sirt chizig'i tomonga tanasining yarmi bilan siljiydi, unga yaqin yaqin turgan oyog'ini oldinga chiqaradi va shunga mos qo'lini pastga tushuradi.

Agar himoyalaniyotgan jamoaning arsenalida en chizig'iga o'tib olishini samarali bartaraf etish uchun guruhli va jamoaviy harakatlar bor bo'lsa, unda himoyachi driblingini uch sekundli zona o'rtasiga yorib kirishini oldini olish uchun shunga o'xshash harakatlarni bajarilishi shart. Turli xil holatlarda to'pli o'yinchiga qarshi harakat qilish ko'p jihatdan bir biriga o'xshash.

Himoyachining vazifasi shundan iboratki raqibning ushbu vaziyatda kuchli yoki xavfli qo'li va oldinga chiqarilgan oyog'i tomonga tanasining yarim qismi bilan siljigan xolda uni kerakli yo'nalishga yoki yon chiziqqa yoki sherigidan yordam kutilajak tomonga borish hisoblanadi. To'pli o'yinchi to'p olib yurishni to'xtatishga yoki uning harakat yo'nalishiga orqasi bilan burulishiga majbur qilish ham himoyaning muvoffaqiyatli harakatlari hisoblanadi.

Shu orqali to'pni urib yurish yoki guruh bo'lib to'pni olib qo'yishni tashkil etish uchun sharoit yaratiladi. Basketbolga zamonaviy himoya taktikasining konsentual ko'rsatmalaridan biri to'pga muntazam bosim o'tkazishni tashkil qilish hisoblanadi. U turgan joyda egallab turgan o'yinchi oldida o'ta aniq to'p uzatishni yoki to'pni aniq nishonga tashlashni bajarishga halaqit berish maqsadida qo'llar bilan faol siltashlar orqali amalga oshiriladi.



Agar hujumchi to'pni olib yurgan bo'lsa unga bosim o'tkazish to'pni urib yuborish va olib qo'yish uchun sharoit yaratuvchi shuningdek hujumchining u uzun kuchli bo'lmagan tomonga (maydon o'rtasiga en chizig'iga to'siq qo'yilgan tomonga va h.k.) o'tib olishga to'sqinlik qiladigan qarshi harakatlari hisobiga bajariladi.

To'pli o'yinchi asosiy nuqtasiga va to'p olib borishni to'xtashga majbur qilish imkoni yuzaga kelgan paytda himoyachi bir zum hujumchiga yaqinlashishi va uni o'zining faolligi bilan engib xato qilishga majbur etishi shart. Bunda raqibdan to'pni olib qo'yish shart emas uni xato qilishga majbur etish lozim. Hujumchi to'p tashlash harakatiga bevosita tayyorlanayotganda va uni bajarayotganda tajovuzkor qarshilik ko'rsatuvchi harakat bilan to'pga «bosim o'tkazish»ga erishiladi.

U to'ptashlashni bajarish paytida to'pni yopib qolish va hujumchida ishonchsizlik xissini uyg'otishga mo'ljallangan. To'pni olib yurishdan hali foydalanmagan o'yinchini taqib qilish uchun himoyachining oldinga uzatilgan qo'lga teng masofa optimal hisoblanadi. Ta'qib qilinayotgan hujumchidan bevosita u to'p uzatayotganida to'pni olib qo'yish o'ta qiyin sanaladi. To'pga tegib uning uchish yo'nalishini o'zgartirish yoki to'pni kerakli yo'nalishda uzatilishiga majbur qilish, shu orqali sherigiga to'pni egallab olish uchun qulay sharoit yaratish haqiqatga yaqinroq.

Maydon ichkarisiga to'p uzatishlarni qiyinlashtirishi va hujumchilarga to'pning maydon ko'ndalangiga harakatlanish uchun imkoniyat berish maqsadga muvofiqdir. Ko'ndalangiga to'p uzatishlardan tashqari ishuningdek to'pni olib qo'yish uchun maydon burchagidan yon chiziq bo'ylab qayta to'p uzatishlar «osilmachiq» havolatib to'p uzatishlar poldan sapchitib sekin uzoq va o'rta masofalarga sekin to'p uzatishlar ham samaralidir.

To'pni tashlashlarga qarshilik ko'rsata turib to'pni yopib qo'yish yoki urib yuborish uchun yani blok-shotni bajarish

uchun o'zvaqtida yaxshi joy egallash zarur. Raqib to'p tashlayotgan qo'lga monand qo'lda blok-shotni bajarish va hujumchiga burilib qarab uning yakundagi oyog'i tomonga burulib to'sib qo'yish juda foydali xisoblanadi. Hujum qilayotgan o'yinchini noqulay holatlardan shoshilib to'p tashlashga yoki to'p tashlashni bo'sh qo'lda bajarishga majbur qilish harakatlari ham oqilona hisoblanadi<sup>19</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 60-61b.

Shchitdan sapchigan to'p uchun kurash. O'zining shchiti oldida sapchib qaytgan to'p uchun kurash musobaqaning o'tishi va uning natijasiga kuchli ta'sir etuvchi muhim holdir. Bu kurashning muvaffaqiyati raqibning shchitga boradigan yo'lini kesib qo'yishga urinib jarima otish maydonchasida "shchitdan sapchigan to'p uchun kurash uchburchagi"ni tashkil qilgan uch himoyachining o'zaro harakatiga bo'g'liq.

Bundan tashqari to'rtinchi himoyachi to'pning shchitdan uzoqqa sapchib ketishi holatiga qo'shimcha straxovkani ta'minlaydi.



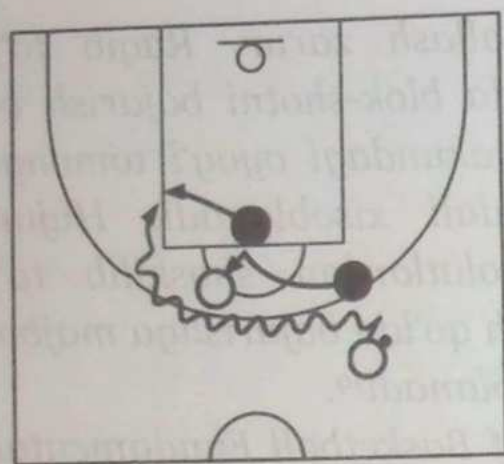
85-rasm.  
To'pdan uzoq tomonda  
"qo'riqlash" himoyachilarning  
guruhli o'zaro harakatlari



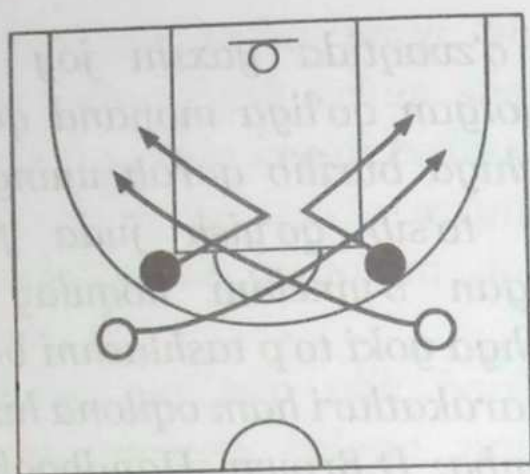
86-rasm.  
To'siq qo'yishda "almashish"  
himoyachilarning guruhli  
o'zaro harakatlari

<sup>19</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 58-60b.





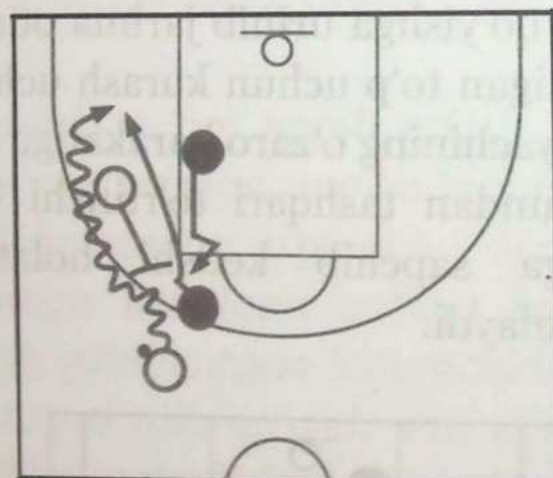
**87-rasm.**  
**Ta'qib qilishda "almashish"**  
**himoyachilarning guruhli**  
**o'zaro harakatlari**



**88-rasm.**  
**Kesib chiqishda "almashish"**  
**himoyachilarning guruhli**  
**o'zaro harakatlari**



**89-rasm.**  
**Ikki hujumchining o'rtasidan**  
**yorib o'tishda "sirg'alib o'tish"**  
**himoyachilarning guruhli**  
**o'zaro harakatlari**



**90-rasm.**  
**O'z sherigi va hujumchi**  
**yonidan yorib o'tib "sirg'alib**  
**o'tish" himoyachilarning**  
**guruhli o'zaro harakatlari**

Ikki himoyachidan iborat o'yinchilarning raqib hujumchilarga qarshi o'zaro harakatlari (qo'riqlash, himoyachilarni o'zi ta'qib qilayotgan hujumchilarni "signal" – kelishgan holda almashib ta'qib qilish va o'z sherigi yoki hujumchi yonidan yorib o'tib, hujumchi raqiblarni ta'qib qilish – himoyalash).

Uch himoyachidan iborat o'yinchilarning raqib hujumchilarga qarshi o'zaro harakatlari uch hujumchining

quyidagi harakatlariga qarshi ijro etiladi: "uchlik", "kichik sakkiz", "kesib chiqish", "juftlikda to'sish", "ikki hujumchiga sanchigan to'pga hujum uyushtirish".

Markaziy o'yinchi holatida to'pni qabul qilib olgan o'yinchini ushlab turish himoyachiga qiyinchilik tug'diradi, zero hujumchi bir nechta texnik taktik harakatlarni: holatli to'p tashlash: hujumkor to'p uzatish yoki urib borib to'p tashlashlarni bajarish imkoniyatlariga ega. Ushbu vaziyatda aldamchi harakatlardan foydalanib va keyinchalik tayyorlab qo'yilgan munosib himoya harakatlarini amalga oshirib yoki to'pdan uzoqroqdagi maydon tomonidan sheriklariga o'z vaqtida yordam ko'rsatib, hujumchini bartaraf etish mumkin.

Lekin savatga yaqin joyda to'pni qabul qilib olish imkoniyatini yo'qqa chiqaruvchi faol harakatlar katta samara beradi. Himoyachining birinchi galdagi vazifasi: «Ta'qibingda turgan o'yinchiga to'pni qabul qilib olishiga yo'l qo'yma». Ayni paytda to'pni egallab turgan o'yinchini ta'qib qilayotgan himoyachi hujum harakatlari oldidan bajariladigan fintlar va to'siqlarga tayyor turish lozim. U etarlicha matonatga, intuisiyaga va «o'yinni his qilish» sezgilariga ega bo'lishi kerak

Asosiysi – hujumchidan tashabbusni olib qo'yish, uni himoyalayanayotgan o'yinchi uchun qulay tarzda harakatlanishga yani to'pni bo'sh qo'lda olib yurishga majbur qilish, yon chiziqqa siqib chiqarish sheriklari yordam berishi mumkin bo'lgan zonaga ko'paytirish lozim. Musobaqa sharoitlarida himoyachi nafaqat yakama-yakka olishuvlarda ishtirok etadi balki hujumchilar son jihatdan ustunlikka ega bo'lganlarida ham ularni harakatlariga qarshilik ko'rsatadi himoyachi to'pni egallab turgan o'yinchining savat tomonga yurishini halqadan ancha uzoqroqda to'xtatib qolishining uzoq masofadan turib uni to'p tashlashga majbur qilishining udasidan chiqa olsa, uning bu qarshi harakatlari muvaffaqiyatli sanaladi.

Bunga 2x1 bo'lgan vaziyatlarda uch ochkoli zarbalar yoy chizig'i atrofida to'pni egallab turgan o'yinchi tomonga



aldamchi harakat bajarish hamda ketidan boshqa hujumchi tomonga tezda o'tib olish hisobiga erishish mumkin. To'pni egallab turgan hujumchiga qarshi himoyada individual taktik harakatlarni o'rgatishni shug'ullanuvchilar hujumdagi tegishli texnik-taktik harakatlarni o'zlashtirib borganlari sari amalga oshirib borish zarur<sup>20</sup>.

### **Jamoaviy himoya harakatlari**

**Jamoa harakatlari.** Jamoaning himoyada o'zaro kelishilgan, yagona maqsad sari muvofiqlashtirilgan harakatlari uning o'z "savati" (shchiti)ni himoyalash, dahlsizligini ta'minlash va qayta hujumni samarali tashkil qilishga asos bo'ladi. Jamoaning himoyada amalga oshiriladigan harakatlari barcha o'yinchilar faolligi, shu jumladan individual va guruh ishtirokida amalga oshiriladigan taktik usullar mukammalligi hamda ularning serqirraligi bilan belgilanadi.

Jamoaning himoya harakatlari uch hil yo'nalishda amalga oshiriladi:

- birlashtirilgan (konsentrasiyalashtirilgan);
- maydon bo'ylab teng taqsimlangan;
- aralash himoya tizimi.

To'pni olib qo'yishda butun jamoa bilan kurashish lozim. Bu yerda bu vazifa faqat orqa chiziq o'yinchilarining zimmasida va yana qandaydir boshqacha fikrlar yo'q. Gap shundaki butun jamoa uyushqoq holda kurash olib borgan taqdirdagina to'pni olib qo'yishlar bo'yicha raqibdan o'zib ketish mumkin.

Himoyada to'pni olib qo'yish uchun to'p tashlangan paytda o'yinchi uning chiroyli uchishiga qarab qolishi yoki to'p halqa yonidan o'tib ketishini samodan iltijo qilib turishi kerak emas. Bu vaziyatda himoyachida refleks ishga tushishi kerak. Yani orqasini qo'yishi lozim. O'ziga yaqin turgan o'yinchini topib uni savatdan to'sishi kerak.

Buning uchun raqib tomonga qadam tashlanadi unga orqamacha burilib oyoqlar keng qo'yiladi tirsaklar biroz yonga chiqariladi va raqib harakatlari to'sib qo'yiladi. eng muhimi uni harakatlantirmaslik itarmaslik kerak, balki turgan joyida to'sib qo'yish o'zi uchun qulay vaziyatda qolish zarur. Ba'zan to'liq orqamacha to'sib qolish uchun vaqt etishmay qoladi shunda yaqinda turgan o'yinchiga oddiy to'siq qo'yish ham mumkin.

To'p pastga tusha boshlagandan so'ng qarshisiga harakatlanish unga kesgin hujum qilish kerak. Agar har bir himoyachi bittadan hujumchini shchit tagidan to'pning o'zi qo'ldan chiqib ketadi yoki o'yinchi yugurib kelib uni ko'tarib oladi. Biroq bari-bir keskin tashlanish harakatini bajarish lozim. Hujumda hamma o'yinchilar to'p tashlangandan so'ng savat tomonga bormaydilar. chunki yorib o'tish holatidan ehtiyotlanish zarur bo'ladi. Shuning uchun himoyaning ustuvor vazifasi to'pni olib qo'yish uchun savatga yaqin turgan 3 ta hujumchini to'sishdan iborat. Agar hujumchi savatdan uzoqda turgan bo'lsa (masalan – metrda) unga orqamacha to'siq qo'yish oqilona emas unda manyovr qilish himoyachidan o'tib ketish uchun katta hudud bor.

Bunday o'yinchilarni bartaraf etish uchun savatdan to'siq qo'yish va to'p sapchigan tomonga qarab turish lozim. Agar raqib to'pni olib qo'yishda umuman ishtirok etmagan bo'lsa. jamoa himoyasini ehtiyotlay turib sherigingizga to'pni olib qo'yishga yordam bering<sup>21</sup>.

**Birlashtirilgan himoya tizimi** – raqiblarni shchitdan uzoqroq oraliqdan savatga to'p tashlashga majbur qilishni anglatadi. Bunday taktik yo'nalish raqibni yakkama-yakka himoyalash (ta'qib etish) va zonali himoyani tashkil qilishga asoslanadi.

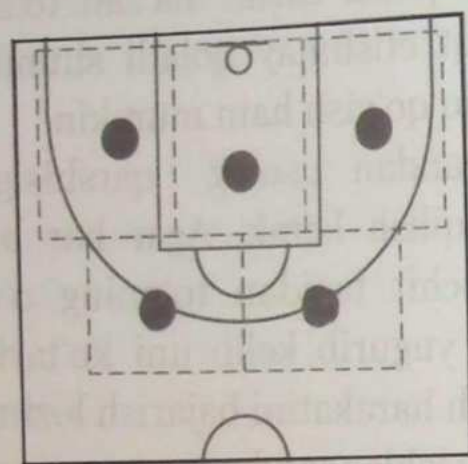
Raqibni yakkama-yakka (shaxsiy) himoyalashda har bir o'yinchi "o'z raqibini" ta'qib qiladi. Bunday harakatlar uch ochkoli chiziq atrofida amalga oshirilishi lozim.

<sup>20</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 60-61b.  
220

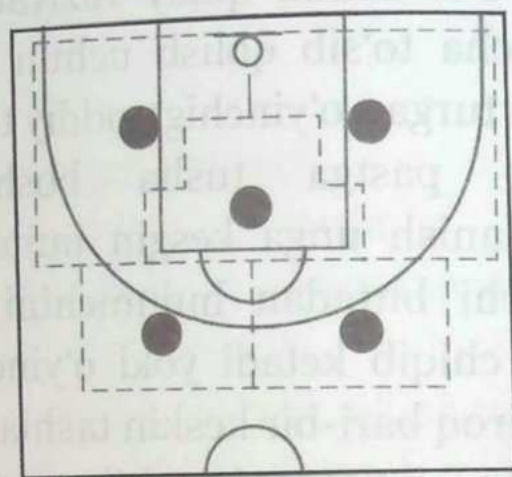
<sup>21</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 53-54b.  
221



**Zonali himoyani** tashkil qilish xududiy prinsipga asoslanadi. Boshqacha qilib aytganda har bir himoyachi o'zi uchun belgilangan xududni himoya qiladi.

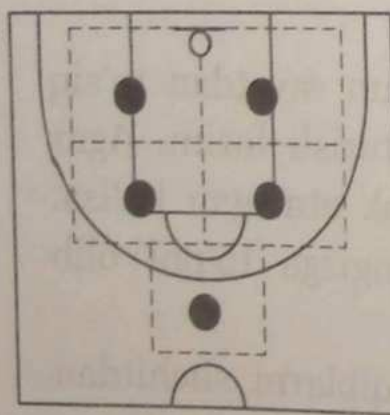


**91-rasm.**  
**2-3 tizim**



**92-rasm.**  
**2-1-2 tizim**

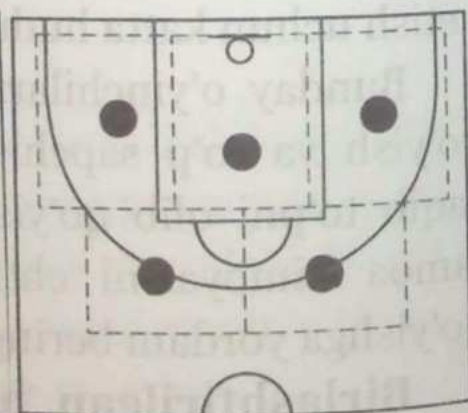
Ushbu himoya tizimi bir necha yo'nalishlarda amalga oshiriladi:



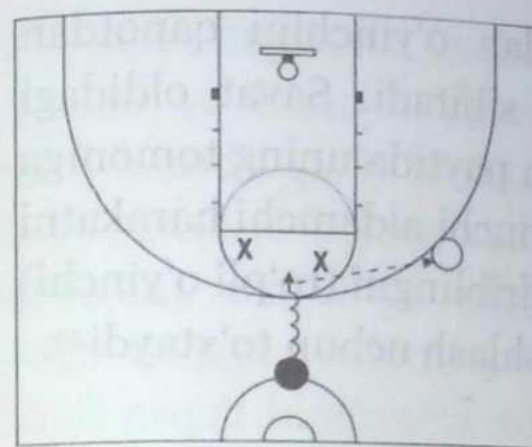
**93-rasm**  
**1-2-2 tizim**



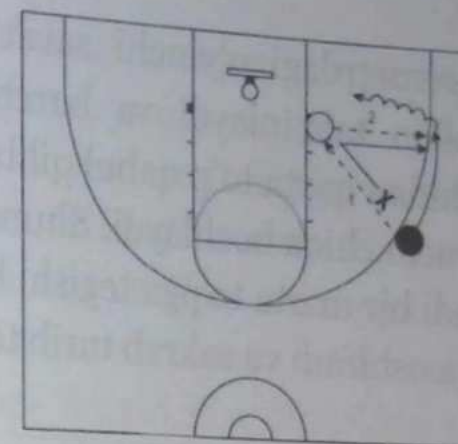
**94-rasm**  
**1-3-1 tizimi**



**95-rasm**  
**3-2 tizimi**



**96-rasm.**  
**Zonaga kirib borish va erkin jarima chizig'idan qanotga to'p uzatish.**



**97-rasm.**  
**Orqa pozitsiya va aldamchi harakat bilan siljib harakatlanish**

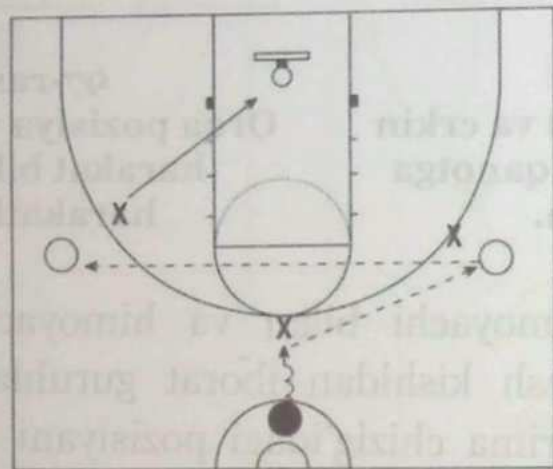
Bu mashqni himoyachi bilan va himoyachisiz bajarish mumkin. Jamoa besh kishidan iborat guruhlariga bo'linadi. Ikkita himoyachi jarima chizig'idagi pozitsiyani egallaydi, to'p ushlab turgan o'yinchi qanotlardan birida tugaydigan erkin jarima chizig'ida turadi. To'p ushlagan o'yinchi ikkita himoyachi zonasiga kirib boradi. Zonaga kirib u to'pni otib yuboradi yoki sakrab turib to'p tashlash uchun qanotga yoki burchakka to'p uzatadi.

Hujum qilayotgan o'yinchilar belgilangan miqdorda shunday usullarni amalga oshirishlari lozim shundan so'ng ular himoyachilar bilan joy almashadilar. Bu hujum qilish tushunchalarini o'rganish hamda to'p tashlashlar ustida ishlash uchun yaxshi mashq hisoblanadi. Undan tashqari, bu mashq maydonning turli xil qismlariga bo'lib yuborilishi va turli xil zonalardan hujum qilish usullarini o'rgatish uchun qo'llanilishi mumkin. Masalan himoyachilar markaziy chiziqdan va zonadagi himoyachilarning ikkita yon chizig'iga ishora qiluvchi ba'zaviy chiziqdan turib ishlashi mumkin<sup>22</sup>.

Bu mashq avvalgi mashq singari bajariladi, faqat bu mashqda himoyachi paydo bo'ladi.



Peremetrdagi o'yinchi savat oldidan o'yinchini qanotdan to'p bilan ta'minlaydi va burchakka siljitadi. Savat oldidagi o'yinchidan qayta to'p qabul qilib olgan paytida uning tomoniga himoyachi chiqa boshlaydi. Shunda o'yinchi aldamchi harakatni bajaradi bir marta to'pga tegishi bilan driblingni (to'pli o'yinchi) amalga oshiradi va sakrab turib to'p tashlash uchun to'xtaydi<sup>23</sup>.



98-rasm.

### Yorib kirish va erkin chiziq qanotga to'p uzatish

Kirib borish va to'p uzatmasdan to'p tashlash. Yorib kirish ham to'siqlarni bartaraf etish uchun mo'ljallangan o'zaro harakatlari hisoblanadi. Himoyachilar uchun to'pni bir-biriga uzatib o'ynash noqulay bo'lgan paytda uning qo'llanilishi maqsadga muvofiq. Ta'qib qilinayotgan o'yinchilar bilan almashgandan ko'ra yorib kirish himoyadagi o'yinchilarga raqiblarini muntazam ta'qib qilib turishga imkon beruvchi harakatlarni nazarda tutadi.

Buning ikki xil yo'li mavjud: a) ikkita hujumchi orasidan yorib kirish, b) o'z sherigi va to'siq qo'yayotgan hujumchi orasidan yorib kirish.

Birinchi usul ancha samaraliroq lekin amalga oshirish qiyinroq.

Undan hujumchi yaqindan ta'qib qilayotganda foydalanish mumkin va himoyachidan vaziyatni yaxshi nazorat qilishni tezkor hamda qat'iy harakatlarni taqazo etadi. Ikkinchi usulda yorib kirishni bajarishda o'zaro harakatlar muvaffaqiyatini sherikning o'zi ta'qib qilayotgan o'yinchidan o'z vaqtida bir qadam orqaga chekinishi belgilab beradi. Aynan bo'sh qolgan hudud orqali himoyachi «o'zining» hujumchisi orqasidan o'tib oladi va pozision ustunlikka ega bo'lishiga yo'l qo'ymaydi. Sherigining yorib kirishidan so'ng orqaga chekingan himoyachi o'zining dastlabki holatini tiklashi kerak. Hujumchilarning bir-biriga qarshi harakatlanishida to'p ushlab turgan o'yinchi orqasidan yurgan himoyachi yorib kirishni amalga oshirish zarur<sup>24</sup>.

Maydon bo'ylab teng taqsimlangan tizim – himoyachilarni raqiblar boshlagan hujumidan oldinroq faol ta'qib qilinishi anglatadi. Bu tizimda ham shaxsiy va zonali pressing (siqib ta'qib qilish) qo'llaniladi.

To'pni olib qo'yishda butun jamoa bilan kurashish lozim. Bu erda bu vazifa faqat orqa chiziq o'yinchilarining zimmasida va yana qandaydir boshqacha fikrlar yo'q. Gap shundaki butun jamoa uyushqoq holda kurash olib borgan taqdirdagina to'pni olib qo'yishlar bo'yicha raqibdan o'zib ketish mumkin. Himoyada to'pni olib qo'yish uchun to'p tashlangan paytda o'yinchi uning chiroyli uchishiga qarab qolishi yoki to'p halqa yonidan o'tib ketishini samodan iltijo qilib turishi kerak emas.

Bu vaziyatda himoyachida refleks ishga tushishi kerak. Yani orqasini qo'yishi lozim. O'ziga yaqin turgan o'yinchini topib uni savatdan to'sishi kerak. Buning uchun raqib tomonga qadam tashlanadi unga orqamacha burilib oyoqlar keng qo'yiladi tirsaklar biroz yonga chiqariladi va raqib harakatlari to'sib qo'yiladi.

Eng muhimi uni harakatlantirmaslik itarmaslik kerak, balki turgan joyida to'sib qo'yish o'zi uchun qulay vaziyatda

<sup>23</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 48b.  
224

<sup>24</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 50b.  
225



qolish zarur. Ba'zan to'liq orqamacha to'sib qolish uchun vaqt etishmay qoladi shunda yaqinda turgan o'yinchiga oddiy to'siq qo'yish ham mumkin.

To'p pastga tusha boshlagandan so'ng qarshisiga harakatlanish unga kesgin hujum qilish kerak. Agar har bir himoyachi bittadan hujumchini shchit tagidan to'pning o'zi qo'ldan chiqib ketadi yoki o'yinchi yugurib kelib uni ko'tarib oladi. Biroq bari-bir keskin tashlanish harakatini bajarish lozim. Hujumda hamma o'yinchilar to'p tashlangandan so'ng savat tomonga bormaydilar. chunki yorib o'tish holatidan ehtiyotlanish zarur bo'ladi. Shuning uchun himoyaning ustuvor vazifasi to'pni olib qo'yish uchun savatga yaqin turgan 3 ta hujumchini to'sishdan iborat. Agar hujumchi savatdan uzoqda turgan bo'lsa (masalan – metrdan) unga orqamacha to'siq qo'yish oqilona emas unda manyovr qilish himoyachidan o'tib ketish uchun katta hudud bor.

Bunday o'yinchilarni bartaraf etish uchun savatdan to'siq qo'yish va to'p sapchigan tomonga qarab turish lozim. Agar raqib to'pni olib qo'yishda umuman ishtirok etmagan bo'lsa, jamoa himoyasini ehtiyotlay turib sherigingizga to'pni olib qo'yishga yordam bering<sup>25</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 53-54b.

Jamoa butun tarkibi bilan taktik maqsadga muvofiq jamoa harakatlari orqali mohirlik bilan himoyalayotganda, eng qiyin masalani ham muvaffaqiyatli echishning yetarlicha imkoniyatiga ega bo'ladi. Jamoa harakatlari u yoki bu asosiy vazifani echishga qaratilgan mo'ljaliga qarab himoyaning ikkita turiga bo'linadi: zichlashtirilgan va tarqoq himoya.

**Zichlashtirilgan himoya.** Bu avallo raqibga shchitga yaqin kelishi va to'pni yaqin yoki o'rta masofadan tashlash imkoniyatini bermaslikka qaratilgan. Shuning uchun hamn hujumchilar biqlan kurash odatda himoyaning barcha

o'yinchilari to'planadigan jarima otish maydonchasi yaqinida bo'ladi. Zichlashtirilgan himoya ikkita sistemada tashkil etiladi: shaxsiy va zonali himoyada. Shuningdek, o'z ichiga shaxsiy va zonali himoyani, ba'zan esa shaxsiy pressing elementlarini oluvchi aralash himoya sistemasi ham bor.

**Shaxsiy himoya sistemasi.** Himoyaning bu universal sistemasida jamnoaning har bir raqibni ta'qib etish topshiriladi. "O'yinchi-o'yinchini" ushlash shaxsiy ta'qib prinsipi yakka himoya hissini tarbiyalashga yordam beradi, himoyadagi o'yinchilarni shaxsiy xususiyatlariga qarab taqsimlash imkonini beradi: baland bo'yli hujumchiga qarshi, tezkor o'yinchi tezkorga qarshi, sekin harakatlanuvchi qarshi va har bir o'yinchi ta'qib qilayotgan o'yinchini o'rganish, ko'rashga moslashish uning nozik tomonlaridan foydalanishga qodir.

Bu sistemaning kamchiligi shundaki, hujumchilar erkinroq harakat qilaoladilar, oldindan o'ynalgan va tayyorlangan hujumchilarni amalga oshirish uchun yetarli vaqt va imkoniyatiga ega bo'ladilar.

Himoyachi to'pdan uni bir yoki bir nechta uzatish narida joylashgan paytda to'psiz himoya qo'llaniladi. To'psiz himoyalashda qo'llaniladigan ikki xil turish holati mavjud: yopiq turish va uzoq tomondagi turish (ochiq). To'pni egallab turgan o'yinchidan bitta to'p uzatishli pozitsiyada turgan hujumchiga qarshi o'yinchi yopiq turgan holatini qo'llaydi. Undan tashqari, bitta o'yinchi tajovuskorona yoki sust himoyalashni mumkin. Raqiblarning tayyorgarligiga qarab, qanchalik faol himoyalash kerakligi aniqlanadi.

Agar raqib o'z tarkibida yaxshi to'p tashlaydigan o'yinchilarga ega bo'lsa, faol turish qo'llaniladi, va aksincha agar raqib jamoa to'p tashlashlarga zo'r bermasa, sust turish qo'llaniladi. Undan tashqari, ayrim murabbiylar o'z o'yinchilaridan har qanday to'p uzatishga qarshi keskin o'ynashni talab qiladilar. Shu bilan birga, ba'zi murabbiylar faqat ma'lum bir to'p uzatishlarni yopish kerakligini

<sup>25</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 53-54b.



ishonadilar. Shunday qilib, murabbiy jamoasi nimani yaxshiroq uddalay olishini yaxshi aniqlab olishi va shundan so'ng tegishli malakalarni mashq qildirishi zarur. O'yinchi yopiq turish holatida perimetrda o'ynayotgan paytda u quyidagi ko'rinishga ega bo'lishi kerak: birinchi navbatda, u o'zining o'yinchisi va to'p o'rtasida joylashishi lozim. U to'pga orqamacha turadi va shunday holatni egallaydiki, uning to'pga yaqin turgan qulog'i raqib ko'kragi darajasida turadi.

Himoyachining ichkaridagi qo'li va panjasi (halqa chizig'iga yaqini) qo'l kafti keng ochilgan to'pga qaratilgan xolda to'p uzatish chizig'ida turadi, bosh barmoq polga qaratilgan. Boshqa qo'l hujumchiga ancha yaqin joylashtiriladi va uning ko'kragiga qaratilgan. Himoyachi o'z o'yinchisini qo'lida to'pni ko'tarib burishi uchun peridirik ko'rishdan foydalanishi lozim. Agar hujum qilayotgan o'yinchini to'p tomonga harakatlansa, himoyachi orqaga turgan oyog'ida deysinib, oldinda turgan oyog'ida qadam tashlagan holda oldinga siljishi kerak.

Himoyachi oldinga qadam tashlayotganda burilmasligi va oyoqlarini yonma-yon qo'ymasligi lozim. Agar u burilsa, u shunday holatga tushib qoladiki, bunda hujumchi uning orqasiga o'tib olishi mumkin. Agar hujumchi to'pdan harakatlanayotgan bo'lsa himoyachi oldinda turgan oyog'ida orqaga deysinib, orqada turgan oyog'ida qadam tashlagan xolda orqaga chekinib qadam qo'yishi kerak<sup>26</sup>.

Manba: D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 65-66b.

**Zonali himoya sistemasi.** Bu sistema ham himoyalayotgan jamoa o'yinchilarini jarima otish maydonchasi atrofida to'playdi. Har bir o'yinchi shchit yaqinidagi ma'lum zonani qurqlaydi, o'yin davomida uning zonasiga kirgan har qanday raqib hujumchisini ta'qib qiladi.

Bunday himoya asosan nisbatan sekin harakat qiladigan markaziy o'yinchilarini shchit yaqinida ishlatishga harakat qilayotgan va o'rta va uzoq masofadan to'pni savatga aniq tashlayolmidegan hamda to'pni tez va aniq uzata olmaydigan baland bo'yli o'yinchilari ko'p bo'lgan jamoaga qarshi qo'llaniladi.

Sistemaning ijobiy tomonlari shundaki, u raqibning orqasidan tinmay yugurishni talab qilmaydi, o'zining shchiti yaqinida shchitdan sapchigan to'p uchun kurashga yengillashtiradi, rejali ravishda tez qarshi hujumga o'tish imkonini beradi, raqibning oldindan o'rganilgan to'siq, to'qnashtirish, kesishib o'tish bilan bo'g'liq kombinatsiyalarini amalga oshirishini qiyinlashtiradi.

Sistemaning salbiy tomonlari shundaki, qurqlanayotgan uchastkadan tashqarida to'pni egallash uchun kurashning faolligini susaytiradi, tashabbus hujum qilayotgan jamoaga o'tadi, to'siqsiz savatga to'p otishga yo'l qo'yiladi va birinchi hujumchining bir ikki qatnashuvchi doyrasiga gruppirovka bo'lsa, himoyaning balansi ta'minlanmaydi.

**Tarqoq himoya.** Avvaliga bu himoya raqiblarni o'zini shchitidan uzoqda har qanday huqtada kurash olib borishga majbur qiladi, shu bilan birga o'yinchilar to'pni olib qo'yishga yoki hujumchilarning rejalangan kombinatsiyali o'yinini buzishga, ularni shoshilishiga, ma'lum bir rejasiz harakat qilishga majbur etishadi.

Tarqoq himoya ikkita sistemada amalga oshiriladi; shaxsiy pressing va zonali pressingda.

Shaxsiy pressing himoyaning eng faol sistemasidir. Buning mohiyati shuki, to'p raqibning qo'lga o'tishi bilan himoyalayotgan jamoaning har bir o'yinchisi "o'zini" hujumchisini butun maydon bo'ylab unga erkin harakat qilishga yo'l bermay, to'pni olish va o'zi xohlagan yo'nalishda uzatishga yo'l qo'ymay ta'qib qila boshlaydi. Pressing yo'rdamida hujumkor o'yin olib boorish sur'atni ko'tarish, raqibni o'yinini

<sup>26</sup> D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. – 2010. – 65-66b.  
228



olib boorish uchun mo'ljallangan rejadan voz kechishga majbur qilish mumkin.

Agar hujum qilayotgan jamoa pressinga qarshi hujumni jarima otish maydonchasining yarim doyrasiga chiqarilgan markaziy o'yinchi orqali o'tkazishga harakat qilsa, markaziy o'yinchini to'p olishiga yo'l qo'ymay, uni orqa – yo'n tomondan ta'qib qila boshlash kerak. Himoyachi tepasidan hujumchiga yuqoridan uzatilgan to'pga qarshi straxovkani shu paytda to'pdan ancha uzoqdagi o'yinchini ta'qib etib yurgan o'yinchi amalga oshirishi kerak.

**Zonali pressing.** Buning mohiyati shundaki, to'p bilan bo'lgan o'yinchini doim ikki kishi bo'lib hujum qilib, to'pni uzatishi mumkin bo'lgan yo'nalishlarni tosib, zona prinspi asosida asosan raqib maydonida jamoaviy faol himoya tashkil etadi. Maydon burchaklarida to'pli hujumchiga guruh bo'lib to'pni olish uchun hujum qilinadi.

Zonali pressingning afzalligiga qo'yidagilarni kiritish mumkin:

- a) raqib uchun kutilmaganlik;
  - b) raqib jamoaning to'pni juda yaxshi olib yuruvchi etakchi o'yinchilariga butun maydon bo'ylab qarshi harakat imkoniyati;
  - v) o'yinchiga ta'sir etib to'pni noto'g'ri uzatish, qoida buzishga olib keluvchi, to'pni guruh bo'lib olib qo'yishni muntazam qo'llash;
  - g) bir-birini straxovka qilishni yengillashtiruvchi va to'pni olib qo'yishga chiqqanda tavakkalga yo'l qo'yuvchi butun maydon bo'lab barqaror himoya muvozanati;
  - d) aniq paytda (vaziyatda) hamjihatlik va harakat qilish qoidalarining oddiy va oydin tushunarli.
- O'z maydonidagi faol himoya. Bu sistemada jamoa harakatlarining zichlanish va taqoqo prinsplari birlashadi, shu bilan birga qarshi harakatlarning struktira va intensivligi o'yinchining shchit va maydonning to'p bo'lgan tomonga, yoki to'psiz tomonga nisbatan egallagan pozisiyaga bog'liq ravishda

farqlanadi. To'p turgan tomonga to'p bilan bolgan o'yinchiga qattiq va doymiy ta'sir ko'rsatiladi, qolgan sheriklari to'pni uzatilishgi mumkin bo'lgan yo'nalishlarda raqibni zich ta'qib qiladi: markaziy o'yinchi – oldidan yoki yonidan, kanot hujumchisi – to'pni olish imkonini bermaslik va raqib burilib mo'ljallovchi aloqani yoqotmasdan orqaga o'yib olganda, uning orqasidan yugurib ulgurish uchun yo'piq turishda (yuzma-yuz) turishi kerak.

**Shaxsiy zonali pressing.** Jamoali himoyaning intensivligini oshirish uchun aralash shaxsiy-zonali pressingni qo'llab erishish mumkin.

Musobaqa amaliyotida ba'zida bir to'pni o'ynab maqsadga erishish uchun o'yinchilarni almashib pressing qilish qo'llaniladi; jamoa o'z oldiga maydonning o'rta qismini yaxshi berkitish, 1x2 tuzog'ini qo'yish vazifasini qo'yib, sof zonali pressing bilan boshlaydi; tuzoq ishga tushganda jamoa aralash pressing va hihoyat, o'z maydonida faol shaxsiy himoyaga o'tadi.

Shuni e'tiborga olish kerakki, maydon o'rta qismini to'sish uchun 2-2-1 zona pressingini ochiqdan-ochiq juda toraytirib yuborish raqibga yon chiziq bo'ylab o'tib himoyani yo'rib kirishiga imkon yaratishi mumkin.

Keyin barcha himoyachilarning tuzoq hosil qilish uchun yo'n chiziqlardan biriga harakat qilganda, raqibning to'pni qarama-qarshi kanotga uzatishi himoyachilarni qiyin ahvolga solib qo'yishi mumkin.

Shiddatli hujumga qarshi himoya. Shiddatli hujum qilishni yaxshi egallab olgan jamoaga qarshi o'yinda raqib uchun qulay bo'lgan o'yin sur'atini pasaytirishga harakat qilish kerak. Buning uchun pozitsion hujumni odatdagidan sekinroq o'tkazish bilan o'ynash, qaltis to'p uzatish va tayyorlanmasdan to'pni savatga otishdan saqlanish kerak. O'zining orqa zonasini kamida ikki o'yinchi kuchi bilan juda ham etiborlik bilan straxovka qilish kerak. Shchitdab sapchigan to'p uchun



kurashda yoki boshqa paytda to'pni egallab olgan o'yinchini himoyani yorib o'tish maqsadida birinchi to'pni uzatishiga halaqit berishi uchun unga qurmasdan hujum qilish kerak. Raqibning ijobiy natijali to'p otgandan so'ng hujumchilar vaqti-vaqti bilan maydon bo'ylab ta'qib qilish va yana o'zining jarima to'pi otish maydonchasiga qaytib kelish kerak.

### **O'yin taktikasi asoslari mavzusi bo'yicha nazorat test savollari**

#### **Hujum taktikasi qanday harakatlarga bo'linadi?**

- a) guruhli va to'rtta o'yinchi haraktlariga
- b) yakka va ikkita o'yinchi harakatlari
- c) yakka, guruhli va jamoa harakatlari
- d) jamoa harakatlari

#### **Taktika so'zi qaysi tildan olingan?**

- a) rus
- b) yunon.
- c) lotin
- d) o'zbek

#### **Taktika so'zi nimani anglatadi?**

- a) taktika
- b) siyosat
- c) o'rgatish
- d) tartiblashtirish

#### **O'yin taktikasi nechta bo'limga bo'linadi?**

- a) 4
- b) 2
- c) 3
- d) 1

#### **Taktikaning vositasi nima?**

- a) taktika
- b) texnika va taktika
- c) jismoniy qobiliyatlar
- d) texnika

#### **O'yin taktikasi bo'limlari qanday ataladi?**

- a) hujum va o'yin taktikasi
- b) hujum va himoya taktikasi
- c) himoya va o'yin taktikasi
- d) guruh va jamoa o'yin taktikasi

#### **Xujumda ikki o'yinchining o'zaro harakatlarining asosiy usullari?**

- a) maydon yoni bo'ylab tez yorib o'tish.
- b) "to'pni uzat va chiq" to'siqlar "to'qnashtirish".
- c) yondagi xujumchi va orqa chiziqdagi ikki o'yinchining o'zaro harakatlari.
- d) markaziy o'yinchi va orqa chiziqdagi ikki o'yinchining o'zaro harakatlari.

### **4.4. Texnik-taktik malakalarga o'rgatish uslubi**

Sport amaliyotida dastlabki o'rgatish jarayoni ko'p yillik sport trenirovkasining fundamental bosqichi bo'lib, ushbu bosqichda o'rgatish uslublari va vositalaridan to'g'ri foydalanish keyingi bosqichlarda sport mahoratini samarali shakllanishiga imkon yaratadi.

Dastlabki o'rgatish jarayonini rejalashtirish va tashkil qilishda bolaning ontogenetic hamda biopsixologik xususiyatlari e'tiborga olinishi zarur. Boshqacha qilib aytganda dastlabki o'rgatish jarayonida o'tkaziladigan mashg'ulotlar yuklamalari shug'ullanuvchi bolalarning jismoniy va funksional imkoniyatlariga qarab me'yorlanishi va qo'llanilishi lozim.

Ma'lumki, harakat (yuklama) hajmi va shiddati inson salomatligi, uning jismoniy va funksional shakllanishida muhim ahamiyatga egadir. Lekin barcha harakat turlari, jumladan sport to'garaklarida ijro etiladigan jismoniy va texnik-taktik mashqlar hajmi hamda shiddati shug'ullanuvchining funksional imkoniyatlariga mos kelishi yoki hiyolgina yuqori bo'lishi lozim.



Demak, bolalar sportiga oid mashg'ulotlarni tashkil qilishda pedagogik va tibbiy nazoratga asoslanish sog'lom, barkamol avlodni tarbiyalash jarayonining ajralmas qismidir. Shunday ekan, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha o'tkaziladigan mashg'ulotlar (jismoniy tarbiya darsi, trenirovka mashg'uloti, sport musobaqalari) mazmunini maqsadli rejalashtirish va boshqarish har bir mutaxassis (o'qituvchi, murabbiy, tashkilotchi, uslubchi, yo'riqchi) va rahbar shaxsga qayta mas'uliyat yuklashi, ular jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish, jismoniy tayyorgarlik va sport masalalariga oid bilimlarni o'zlashtirishlari, muvofiq kasbiy-pedagogik malaka va ko'nikmalarni puxta egallashlari zarurligi isbot talab qilmaydi.

Alohida e'tibor qaratish muhimki, bolalar sportini samarali tashkil qilish, ko'p yillik sport trenirovkasi jarayonida shug'ullanuvchilar sog'ligi va ularning sport mahoratini shakllantira borish ustuvor jihatdan jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlariga bog'liqdir.

Jismoniy tayyorgarlik va uning salohiyatini ifoda etuvchi kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik kabi sifatlar ilmiy ob'ekt sifatida azaldan ko'pdan-ko'p tadqiqotchi olimlar diqqatini jalb qilib kelgan. Ularning tadqiqotlarida jismoniy sifatlarning mohiyati, mazmuni, ularni jismoniy tarbiya va sport hamda boshqa jarayonlardagi ahamiyati va rivojlantirish muammolari atroflicha yoritilgan.

Sport amaliyotida (kasbiy amaliyotda ham) jismoniy tayyorgarlik, odatda, ikki bir-biriga chambarchas bog'liq bo'lgan – umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik turlariga bo'linadi.

Hayot davomida inson sog'ligi, uning aqliy va jismoniy faolligi, ko'p yillik sport trenirovkasi davomida sport mahoratining shakllana borishi ustuvor jihatdan shu ikki tayyorgarlik turlari mazmuni va darajasi bilan belgilanadi.

Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarida qo'yiladigan asosiy maqsad – sog'liqni mustahkamlash hamda yuqori sport

natijalariga erishish avvalambor yoshlikdan boshlab umumiy jismoniy sifatlarni rivojlantirish muhimligiga e'tibor qaratadi. Aksariyat olimlarning ta'kidlashicha, muayyan sport turi bo'yicha muntazam o'tkazib boriladigan hamda hajm, shiddat va mazmun jihatdan to'g'ri tashkil qilingan mashg'ulotlar bolalar va o'smirlar organizmiga ijobiy ta'sir ko'rsatar ekan.

Lekin, umumiy jismoniy tayyorgarlikka asoslangan va tor doirada ixtisoslashtirilgan mashg'ulotlar salbiy oqibatlarga olib kelishi kuzatilgan. Binobarin, dastlabki o'rgatish bosqichida jismoniy va texnik-taktik mashqlar nisbatini to'g'ri rejalashtirish bolalar sport mahoratini samarali shakllantirish imkoniyatini yaratadi.

Sport malakalariga dastlabki o'rgatish jarayoni ko'p yillik sport tayyorgarligi tizimining poydevori bo'lib hisoblanadi. Dastlabki o'rgatish o'z tashkiliy, uslubiy, ilmiy va moddiy-texnikasi nuqtai nazaridan qanchalik puxta asoslangan bo'lsa, sifatli bo'lsa, shunchalik sport o'rinbosarlarini tayyorlash yo'li qisqaroq va osonroq bo'ladi. Ammo bu, albatta, mutaxassisning bilimiga, kasbiy ko'nikma va malakalariga bevosita bog'liq bo'ladi.

Shuning uchun mutaxassislarni tayyorlashga mo'ljallangan o'quv dasturining eng e'tiborli va asosiy bo'limlaridan biri boshlang'ich o'rgatish uslubiyati (texnologiyasi) bo'lib hisoblanadi.

Har qanday darajada ishlayotgan murabbiyning bevosita vazifasi basketbolchi oyoqlari ishlashini rivojlantirishga yo'naltirilgan mashqlardan foydalanishdan iborat. Boz ustiga, u murabbiy har doim shuni yodda tutishi kerakki, u o'yinchilariga bajarish uchun berayotgan har bir hujum va himoyalashtirish mashqlari, birinchi qavatda, oyoqlarni ishini takomillashtirishga mo'ljallangan mashqlardir. Ushbu bobda hujumda basketbolchi oyoqlari ishlashining uchta tmoni ko'rib chiqiladi: sakrab turib to'xtash, burilishlar, bo'sh joyga tez

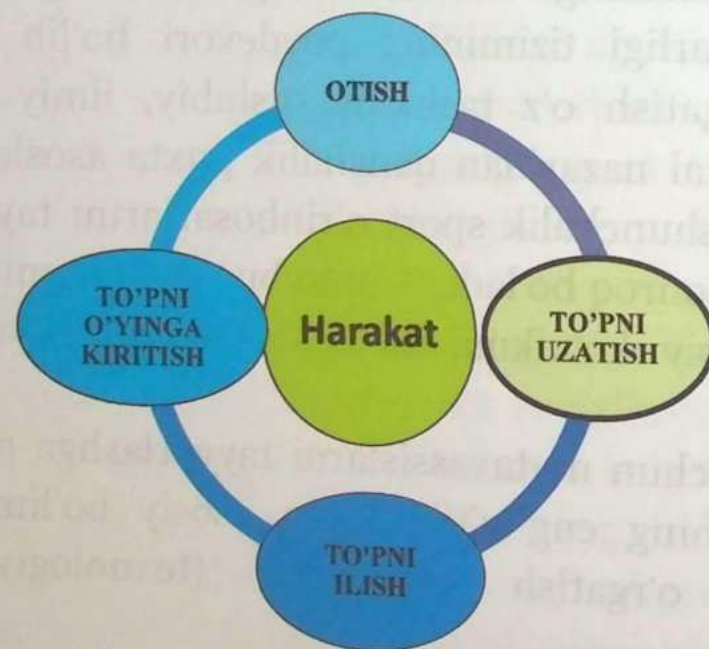


chiqish yoki harakat suratini o'zgartirish, harakat yo'nalishini o'zgartirish<sup>27</sup>.

Manba: D.Brown. *Handbook of Basketball Fundamentals and Drills*. U.S.A. – 2010. – 6b.

Mazkur ma'ruzada boshlang'ich o'rgatish jarayonini maqsad vazifalari, uslub va vositalari hamda mavzuga oid bo'lgan ma'lumotlar talqin etiladi.

Musobaqa jarayonida samarali natijaga erishishning asosiy shart-sharoitlaridan biri – bu basketbolchining texnik tayyorgarligi, texnik mahorati takomillashgan darajada bo'lishidir. Demak, o'rgatish jarayonining dastlabki va asosiy maqsadi bu o'yin texnikasini mukammal o'zlashtirishdir.



11-andoza.

**Harakat – (o'yin) malakalari – to'pni uzatish, qabul qilish (himoya), to'pni o'yinga kiritish, otish, to'siq qo'yish – belgilangan bosqichlarda, ma'lum uslublar va vositalar yordamida o'zlashtiriladi, mukammallashtiriladi, takomillashtiriladi.**

<sup>27</sup> D.Brown. *Handbook of Basketball Fundamentals and Drills*. U.S.A. – 2010. – 6b.  
236

Mazkur jarayon pedagogik, biopsixologik va biomexanik qonuniyatlar asosida amalga oshiriladi.

O'rgatish jarayoni – bu pedagogik jarayon bo'lib, murabbiydan, o'qituvchidan katta mahorat, kasbiy tayyorgarlikni talab qiladi. Lekin shunday bo'lsada, harakatni (o'yin malakasini) ijro etish texnikasiga o'rgatish boshqa ahamiyatli sabablarga ham bog'liqdir: bolaning faolligi, mashg'ulotlarning soni, sifati, davom etish muddati, yordamchi texnik uskunalar, mashg'ulot o'tkaziladigan joyning shart-sharoitlari, bolaning qiziqish, harakat «boyli»<sup>28</sup>, tajribasi va hokazo.

Shuni ham aytish zarurki, harakat texnikasini o'zlashtirish muddati bolaning oilaviy sharoitiga, uning ijtimoiy va iqtisodiy imkoniyatiga hamda ruhiy holatiga bog'liqdir.

Yuqorida keltirilgan ma'lumot va o'rgatish jarayonida e'tiborga olinadigan omillar ma'lum uslubiy tartibda asoslangan rejalashtiruv hujjatlardan joy olishi kerak. Bundan tashqari bolaning ichki «sirli» imkoniyatlarini hamda mavjud omillarni aniqlash tanlov dasturi va mashqlari yordamida amalga oshirilishi zarur. Olingan natijalar o'rgatish uslublarini, bosqichlarini va texnologiyasini qo'llashda tayanch omil bulib xizmat qilishi kerak.

Dastlabki o'rgatish jarayoni bir necha bosqichlarda amalga oshiriladi va bu bosqichlarni har biri o'ziga xos uslub va vositalarni o'z ichiga oladi.

Umumiy rivojlantiruvchi mashqlar o'yinchida jismoniy barkamollik va o'yinchi uchun zarur bo'lgan harakat ko'nikmalari va malakalarini sayqallash uchun foydalaniladi.

Barcha mashqlar o'z yo'nalishiga mos ravishda birlashgan holda mashq qilishning maxsus tayyorgarligi asosiy qismlarini tashkil etadi: umumiy jismoniy, maxsus jismoniy, texnik, taktik, o'yin tayyorgarligi. Har bir tayyorgarlik turida o'zining etakchi omillari borki, ular yordamida ko'zlagan maqsadga erishiladi.



Shu bilan birga barcha turdagi tayyorgarliklar bir-biri bilan uzviy bog'liq.

#### **4.5. Basketbolga o'rgatish bosqichlari, uslublari, vositalari va prinsiplari**

Basketbolga xos o'yin usullari (ko'nikmalari) texnikasiga o'rgatish jarayoni quydagi tartibda amalga oshirilishi maqsadga muvofiq:

- holat va harakatlanishlarga o'rgatish;
- hujumda to'pni boshqarishga o'rgatish;
- himoyada qarshilik ko'rsatish va to'pni egallashga o'rgatish;
- hujum va himoyada o'ynash usullariga o'rgatish.

Odatda o'rgatish jarayoni kamida 4 ta shartli bosqich davomida amalga oshiriladi:

**1-bosqich** – o'rganiladigan harakat texnikasi bilan tanishish.

Ushbu bosqichda aytib berish, ko'rsatish va tushuntirish uslublariidan foydalaniladi. O'qituvchi shaxsan ko'rsatish bilan birga ko'rgazmali qurollardan foydalanadi: kinofilm, tasviriy film, sxema, maydon maketi va hokazo.

Namoyishni tushuntirishlar bilan qo'shib olib borish kerak. O'qituvchilarning dastlabki urinishlari ularda birlamchi harakat sezgisini shakllantiradi.

Vositalari: ravon va obrazli so'zlar bilan tushuntirish, o'zaro suhbat, muhokama, tahlil, muzokara va h.

**2-bosqich** – muayyan usul texnikasiga oddiy sharoitda (ortiqcha vazifalarsiz sekin shiddatda) o'rgatish.

Mazkur o'rganish bosqichida muvaffaqiyat ko'p holatlarda yondostiruvchi mashqlarning to'g'ri tanlanganligiga bog'liqdir. Ular o'zining tuzilishi shakliga ko'ra o'rganilayotgan harakat texnikasiga yaqin va o'quvchilar bajara oladigan bo'lishi kerak.

Bu bosqichda boshqarish uslublariidan foydalaniladi (buyurish, ko'rsatma berish, ko'rish va eshitish, ko'rib ilg'ash, texnik vositalar va hokazo) hamda ko'rgazmali harakat (o'qituvchining bevosita yordami, yordamchi jihozlarni qo'llash).

Qo'llaniladigan o'rgatish uslublari: ko'rsatilgan usul mazmunini eslab qolish va uni to'liq holda bajarish, usulni qism, element va fazalarga bo'lib o'rgatish, ularni "oyna" usulida takrorlash (shug'ullanuvchilarning biri bajaradi, ikkinchisi trener rahbarligida kuzatadi, tahlil qiladi, xatolarni tuzatadi va baholaydi);

**3-bosqich** – muayyan usul texnikasini murakkablashtirilgan sharoitda o'rgatish. Bunda quyidagilar qo'llaniladi: takroriy usul, harakatni murakkab sharoitlarda bajartirish, o'yin va baholash uslubi, qo'shma uslub, davra aylana mashqlari. Takrorlash uslubi bu bosqichda eng asosiydir. Ko'p marotaba takrorlashgina malakani shakllantiradi. Malaka hosil qilish uchun takrorlash turli sharoitlarda mashq bajarishni (harakat sharoitini o'zgartirishni, asta-sekin murakkablashishni) takazo etadi. Hattoki charchaganda ham mashqlar bajartiriladi, qo'shma va o'yin uslublari bir vaqtning o'zida texnikasini sayqallashtirishga hamda maxsus jismoniy sifatlarni o'stirish masalalarini xal qilishga, hamda texnik-taktik tayyorgarlik va o'yin mahoratini takomillashtirishga qaratilgan bo'ladi.

**4-bosqich** – harakatni o'yin jarayonida mustahkamlashni ko'zda tutadi. Bunda bajarilgan harakatlarni talqin qilish uslubi qo'llaniladi (rasmlar, jadvallar, o'quv filmlari, tasviriy filmlar), o'yin jarayonida texnik-taktik, maxsus tayyorgarlik topshiriqlari, o'yin va «bellashish» usullari.

Qo'llaniladigan o'rgatish va takomillashtirish uslublari: barcha bosqichlarda ko'llaniladigan uslublari, o'yin uslubi, musobaqa uslubi, videotasvir uslubi.



Yuqorida qayd etilgan barcha bosqichlarga xos o'rgatish uslublari quyidagi vositalar (mashqlar) yordamida ko'llaniladi: tayyorlov, yordamchi, yondoshtiruvchi, taqlidiy, asosiy (o'yin usullarining o'zi), o'yin va musobaqa mashqlari, yordamchi uskunalar, texnik vositalar va trenajerlar.

O'yin texnikasiga o'rgatish, uni takomillashtirish va mukammallashtirish samaradorligi nafaqat o'rgatish uslublari hamda vositalari bilan belgilanadi, balki muayyan mantiqiy tartibda ko'llaniladigan pedagogik (didaktik) prinsiplarga ham bog'liqdir. Ushbu jarayonda quyidagi pedagogik prinsiplardan foydalanish maqsadga muvofiqdir: ilmiylik, ko'rgazmalilik, onglilik va faollik, muntazamlilik, uzluksizlik, uzviylik va mutanosiblik, mukammallik, o'rgatuvchi-takomillashtiruvchi mashqlar hajmi va shiddatini "to'lqinsimon" yunalishda oshira borish, o'rgatish va tarbiyalash.

O'rgatish bosqichlari, uslublari, vositalari va prinsiplarining ko'llanish tartibi 7-jadvalda keltirilgan.

### O'RGATISH BOSQICHLARI, USLUBLARI VA VOSITALARI

7-jadval

| O'rgatish bosqichlari va ularning nomi                                                      | O'rgatish uslublari                                                                                                                     | O'rgatish vositalari                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1-bosqich<br>O'rgatilayotgan malaka (harakat) haqida tushuncha hosil qilish                 | Tushuntirish-tahlil qilish, ko'satish-izoh berish                                                                                       | So'z, suhbat, muloqat, munozara, rasmlar, andozalar, videofilmlar                   |
| 2-bosqich<br>Malakalarga oddiy sharoitda o'rgatish (yakka tartibda ko'shimcha vazifalarsiz) | Qismlarga bo'lib, element va fazalarga bo'lib o'rgatish, malakani to'liq holda o'rgatish, xatolarni tuzish, rag'batlantirish, qaytarish | Tayyorlov-yondoshtiruvchi, yunaltiruvchi turdosh taqlidiy va asosiy texnik mashqlar |

| O'rgatish bosqichlari va ularning nomi                                                                                    | O'rgatish uslublari                                                                                                                                                                                                    | O'rgatish vositalari                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3-bosqich<br>Malakalarni murakkablashtirilgan sharoitda o'rgatish (vaziyatli vazifalar berish, juftlikda, uchlikda va h.) | Malakalarni to'liq holda o'rgatish, tezlik va aniqlikni kuchaytirib o'rgatish, turli yunalishdagi harakatlardan so'ng ijro etish, reproduktiv qaytarish asosida o'rgatish, o'zaro tahlil va baholash asosida o'rgatish | 1-2-bosqichlardagi vositalar, umumiy va maxsus mashqlar katta tezlik va aniqlikda qo'llaniladi, juftlik, uchlikda qo'llaniladigan mashqlar, trenajer va texnik vositalar |
| 4-bosqich<br>O'rgatishni davom ettirish, takomillashtirish va mukammallashtirish                                          | Barcha uslublari                                                                                                                                                                                                       | Barcha vositalar va jamoa o'yinlari                                                                                                                                      |

Tayyorgarlik va o'quv o'yinlarida har bir usulni (malakani) o'rganish, uni takomillashtirish va mukammallashtirish ko'zda tutiladi. Malakani mustahkamlashning eng yuqori vositasi – bu musobaqalashishdir.

O'qitish (o'rgatish) da faol uslublari katta imkoniyatlarga egadir. Ularning orasida – muammoli o'qitish (muammoli vazifalarni qo'yish) va o'zining o'zlashtirishini baholash uslubi alohida ahamiyatga ega. Muammoli vazifalarni qo'yish, uning echimini qidiruvchi holatni, vaziyatni vujudga keltiradi, o'zini baholash esa harakatlanish faoliyatini yana ham faollashtirishga olib keladi, bu o'quvchi qiziqishini yana ham orttiradi hamda ijodiy fikrlashga o'rgatadi. Yuqorida aytilganlarni basketbolga qo'llash muhim ahamiyatga ega bo'lib, pirovardida asosiy mohiyati shundaki, natijalarni ko'rib turish, tushunish, maqsadga yaqinlashayotganligini aniq sezib tarishdir.



O'yin texnikasiga o'rgatish jarayonida har bir usul (holat-harakatlanish turlari, o'yin usullari) texnikasining quyidagi xususiyatlariga e'tibor qaratiladi:

- turg'unlik;
- o'zgaruvchanlik;
- mukammallik;
- serqirralik;
- barqarorlik;
- individuallik.

**Texnikaning turg'unlik xususiyati** – bu demak muayyan usul texnikasi qayta-qayta takrorlanish davomida shu texnika turg'un ijro etilishi bilan ta'riflanadi.

**Texnikaning o'zgaruvchanlik xususiyati** muayyan usul texnikasini o'yin vaziyati (o'z sheriklari va raqiblarning joylashishi, ularning harakat yunalishi, tezligi, to'pning yo'nalishi, tezligi va baland-pastligiga qarab) talablariga mos tartibda o'zgartirishni anglatadi.

**Texnikaning mukammallik xususiyati** har bir usul texnikasi mukammal o'zlashtirilgandan keyin boshqa usul texnikasiga o'rgatishni aniqlaydi.

**Texnikaning serqirralik xususiyati** har bir o'yin usulini keng doirada ko'pyoqlama va turli yunalishlarga ijro etilishini anglatadi. Masalan, to'pni o'ng qo'lda ham, chap qo'lda ham bir xil mahorat baland urib yurish (yugurish) qobiliyati.

**Texnikaning barqarorlik xususiyati** har bir usul texnikasi o'zgaruvchan vaziyatlar tasirida, ichki (endogen-toliqish, salbiy ruhiy holatlar) va tashqi (ekzogen-iqlim, ob-havo, kun-tun tartibining o'zgarishi, tomoshabinlar olqishi va x.) omillar tasirida ham turg'un va barkaror ijro etilishini anglatadi.

**Texnikaning individuallik xususiyati** – bu har bir shug'ullanuvchini o'z imkoniyatlari (bo'yi, qaddi-qomati,

harakat tajribasi harakat zahirasi va x.) dan kelib chiqib, o'rganilayotgan usulni "model texnika" nusxasiga asosan uziga xos mazmunda ijro etish tartibini ifodalaydi.

Sport texnikasi nazariyasida "model (etalon) texnika", "maqbul (rasional) texnika" va "individual texnika" tushunchalari mavjud. Sport texnikasiga o'rgatish jarayoni bu "model" yoki "rasional" texnika nusxasini ko'chirish, uni qanday bo'lsa, shunday mazmunda o'zlashtirishga qaratilmaydi, aksincha bu "nusxalar" namuna sifatida xizmat qilishi lozim, shu "nusxalarga" mo'ljallangan holda o'rganilayotgan usulni o'z imkoniyatiga qarab "shaxsiy mazmunda" ijro etilishini (yoki o'rganishni, o'zlashtirishni) anglatadi.

### Hujum o'yin texnikasiga o'rgatish

Hujumga xos o'yin usullari texnikasini o'zlashtirish samaradorligini ta'minlash uchun ularni quyidagi ketma-ketlikda o'rgatish muhimdir:

- tayyorlik holatlari va harakatlanish usullari;
- ikki qadamli usulda to'xtash;
- joyida va harakat davomida burilish – aylanish;
- to'pni ushlash (qo'lda joylashishi) va muvofiq holat;
- joyida uzatish va ilish usullari;
- to'pni ilish davomida ikki qadamda to'xtash;
- joyida uzoq oraliqlardan savatga to'p tashlash;
- harakat davomida bir qo'llab (o'ng va chap qo'llab) savatga to'p tashlash usullari;
- to'pni o'ng va chap qo'lda urib yurish – yugurish;
- to'pni yurishdan so'ng ikki qadamda to'xtash;
- sakrab to'xtash: to'psiz, to'p ilish bilan to'pni urib yurish va yugurishdan so'ng;
- joyidan harakat davomida sakrab to'g'ri hamda o'nga-chapga, burilib – aylanib savatga to'p tashlash usullari;



-to'psiz va to'p bilan bajariladigan fintlar (chalg'itish harakatlari);

-musobaqa talabida bajariladigan o'yin usullari.

Ushbu o'yin usullari texnikasiga o'rgatishda tayyorlov, yordamchi, yondoshtiruvchi, taqlidiy, asosiy va aralash mashqlar to'psiz va to'p bilan qo'llaniladi. O'rgatish jarayonida turdosh, moslashtirilgan va ixtisoslashtirilgan harakatli o'yinlardan foydalanish o'zlashtirish samaradorligini kuchaytiradi ("To'p kapitanga", "Nomer chaqirish", "Dasta qulaguncha ushlab ol", "Quvlashtirish", "Ovchilar va o'rdaklar", "Qarmoqcha", "Xo'rozlar jangi" va "Oqsoq qarg'a" va h.).

### **To'p bilan ijro etiladigan usullar texnikasiga o'rgatish**

**To'pni ilish.** Ushbu ko'nikma turli usullardan iborat bo'lib, dastlab joyida turib ikki qo'l bilan to'pni ilish texnikasiga o'rgatiladi. So'ng to'pni ilish holatlari modellashtirilgan vaziyatlar talablariga mos holda harakat davomida, harakatdan keyin ikki qadamli to'xtash va sakrab to'xtash, sakrab bir va ikki qo'lda ilish usullariga o'rgatiladi. Keyingi bosqichda – qayd etilgan ilish usullari mukammal o'zlashtirilgandan so'ng to'p uzatish usullariga o'rgatiladi.

**To'p uzatish.** Mazkur ko'nikmaga usullari quyidagi tartibda:

- ko'krak oldidan ikki qo'llab;
- elkadan o'ng va chap qo'llab;
- bosh ustidan ikki qo'llab;
- bosh ustidan o'ng va chap qo'llab;
- bir qo'llab o'ng va chap yon tomondan;
- o'ng va chap qo'l bilan bosh ustidan yarim aylana (kryuk) usulida;
- ikki qo'l o'ng va chap bilan pastdan;
- erga urib uzatish;

-to'pni dumalatib uzatish;

-“berkitma” uzatish usullari: qo'lni o'ng va chap orqa tomonga (belga) o'tkazib, qadam tashlayotgan oyoq o'rtasidan va h.

Ushbu uzatish usullari oddiy, murakablashtirilgan va modellashtirilgan o'yin vaziyatlarida (raqiblar qarshiligida) o'rgatilishi ustuvor ahamiyat kasb etadi.

### **To'pni urib yurish–yugurish texnikasiga o'rgatish**

To'pni urib yurish-yugurish ko'nikmasi turli usul, holat, yo'nalish va vaziyatlarida ijro etiladi. Binobarin, mazkur usullar texnikasiga o'rgatish quyidagi tartibda amalga oshirish tavsiya etiladi:

- joyida turib erdan har xil balandlikda qo'l bilan to'pni urish;
- shu usulni joyda o'ng va chap tomonlarga burilib – aylanib bajarish;
- to'g'ri yo'nalishda to'pni o'ng va chap qo'l bilan urib yurish;
- to'g'ri yo'nalishda to'pni o'ng va chap ko'l bilan urib yugurish;
- to'g'ri yo'nalishda to'pni o'ng qo'l bilan urib chap yonlama yurish-yugurish;
- to'g'ri yo'nalishda to'pni chap qo'l bilan urib o'ng yonlama yurish-yugurish;
- to'pni o'ng va chap qo'l bilan ortga yurish-yugurish;
- keskin o'zgaruvchan yo'nalishda to'pni o'ng va chap qo'l bilan urib yurish-yugurish (ustunlararo, 8 shaklda va h.);
- yuqorida qayd etilgan usullarni raqib qarshiligida bajarish.



### **Savatga to'p tashlash texnikasiga o'rgatish**

Savatga to'p tashlash ko'nikmasi turli usul, holat va oraliqlardan ijro etiladi. To'p tashlash usullari texnikasiga ko'ydagi ketma-ketlikda o'rgatish ijobiy samara beradi:

- shchitga nisbatan to'g'ri turib har xil oraliqlardan to'pni pastdan ikki qo'llab savatga tashlash;

- shu usul, faqat to'p ko'krak oldidan tashlanadi;

- shu usul, faqat to'p bosh ustidan tashlanadi;

- qayd etilgan usullar shchitga nisbatan o'ng va chap tomonlardan diogonal holatda turib bajariladi;

- qayd etilgan usullar o'ng va chap ko'l bilan ijro etiladi;

- qayd etilgan usullar harakat yakunida to'xtash usullarini qo'llash asosida bajariladi;

- qayd etilgan usullar sakrab o'ng va chap qul bilan to'pni tashlash asosida ijro etiladi;

- qayd etilgan usullar shchitga nisbatan o'ng yonlama, chap yonlama va orqa bilan turgan holatlardan burilib-aylanib bajariladi;

- qayd etilgan usullar (pastdan tashlash bundan istisno) sakrab havoda  $90^{\circ}$ ,  $180^{\circ}$ ,  $360^{\circ}$ da o'ng va chap tomonlarga burilib-aylanib bajariladi;

- yugurib borib shchit tagidan sakrab o'ng va chap qo'l bilan to'pni savatga tashlash;

- yugurib borib shchit tagidan sakrab to'pni ikki qo'llab savatga tashlash;

- to'pni urib yugurib borib, 2,5-3,0m. oraliqdan diogonal yo'nalishda (yoysimon) sakrab to'pni o'ng va chap qo'l bilan savatga tashlash.

### **Himoya o'yin texnikasiga o'rgatish**

Zamonaviy basketbol musobaqalarida maqsadga muvofiq va samarali tashkil qilingan himoya harakatlari o'z savatini dahlsiz qoldirish va qayta hujumni ijobiy natija bilan yakunlash

imkoniyatini yaratadi. Buning uchun himoyaga xos o'yin usullarini texnik jihatdan keng doirada, serqirrali va mukammal o'zlashtirish zarur bo'ladi. Faqat yuksak shakllangan himoya texnikasi "hujumchi-himoyachi" raqobatida ustunlikka erishish chorasini beradi.

Himoyada foydali o'yin ko'rsatish himoyasidan raqib hujumchi yoki hujumchilarning (raqib jamoaning) psixojismoniy va texnik-taktik imkoniyatlari, taktik-strategik rejalari va sir-asrorlarini bilishi, qarshi qo'llaniladigan hujum harakatlarini tez payqashi (bashorat qila olishi) va unga qarama-qarshi uyushtiriladigan himoya harakatlarini faol amalga oshirishni talab qiladi.

Bugungi basketbolga xos himoyachi-o'yinchida maydondagi vaziyatni eslab qolish, shunga nisbatan tezkor fikrlash, tahlil qilish, chaqqon harakat ko'rsatish, keng ko'rish doirasiga ega bo'lish va raqib hujumchiga qarshi foydali natija beruvchi eng maqbul usulni qo'llash qobiliyatlari yuksak darajada o'zlashtirilgan bo'lmog'i lozim.

Himoya usullari texnikasiga o'rgatishda, hujum texnikasiga o'rgatishda, hujum texnikasini shakllantirishda qo'llaniladigan o'rgatish uslublari, vositalari va pedagogik prinsiplardan foydalaniladi.

Ushbu jarayonda himoya usullariga quyidagi tartibda o'rgatiladi:

- qoida doirasida to'pni tortib olish;

- hujumchi to'pni ilayotganda, uzatish va savatga tashlayotganda uni urib chiqarish;

- ilinayotgan, uzatilgan va savatga tashlanayotgan to'p yo'nalishini to'sib, urib yuborish yoki olib qo'yish;

- ilinayotgan, uzatilayotgan yoki savatga tashlanayotgan to'pni "yopish";

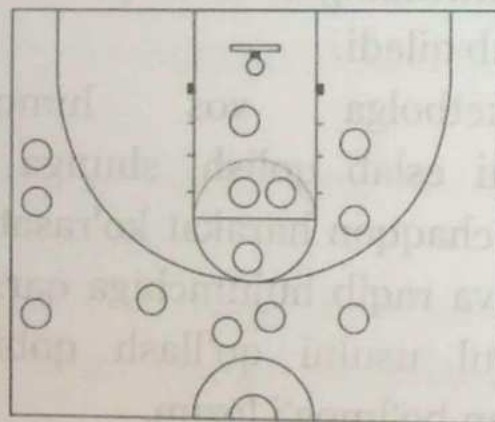


-o'z shchiti yoki halqadan sapchigan to'pni o'z sherigiga urib berish, olib qo'yish yoki maydon tashqarisiga chiqarib yuborish.

Himoya usullari texnikasiga o'rgatishda ham tayyorlov, yordamchi, yondoshtiruvchi, taqlidiy, asosiy mashqlar va texnik vositalar an'anaviy hamda modellashtirilgan tartib-vaziyatlarda qo'llaniladi.

### **To'pni urib chiqarish (99, 100, 101-rasmlar)**

*Mashqning maqsadi:* Himoyalash va ta'qib ostida nazorat qilish uchun barcha o'tkazishlar texnikasi ustida ishlash.



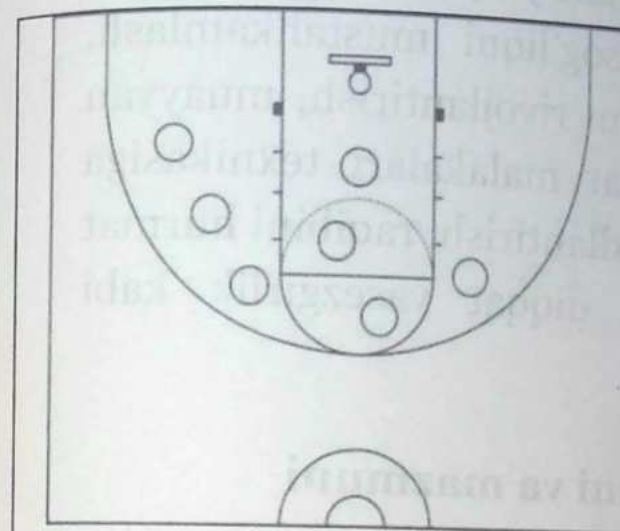
99-rasm.

#### **O'yinchilarni yarim maydonda harakatlanish**

*Mashqning bayoni:* Barcha o'yinchilar to'pga ega va chegaralangan hududda joylashadilar (masalan: o'yinchilar maydonning yarmida yoki 3 ochkoli maydon ichida joylashadilar va h.). Belgilangan maydon ichida o'yinchilar to'pni olib yurgan holda o'z sheriklarini to'pini urib chiqarishga harakat qiladi. O'yinchilar soni kamaygan sari belgilangan hudud ham kichrayib borishi kerak (masalan: markaziy doira yoki 3 soniyali zona).

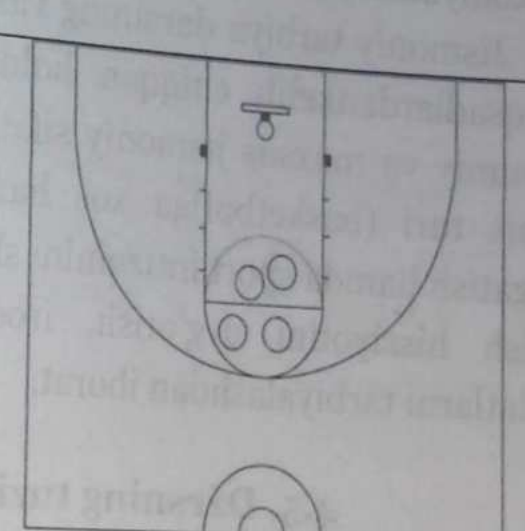
*Murabbiy ko'rsatmalari:* O'yin jarayonida o'yinchilar past holatda va boshlarini tik tutgan holda to'p olib yurishni bajarayotganligiga ishonch hosil qilish kerak. Yutgan jamoa

rag'batlantirilishi kerak (masalan: ular birinchi suv ichishlari yoki tezlanib yugurishlarni bajarmasliklari mumkin)<sup>28</sup>.



100-rasm.

**O'yinchilar soni kamaygani sari ular 3 ochkoli chiziq ichida harakatlanishadi**



101-rasm.

**O'yinchilar soni 2 yoki 4 taga kamayganda ular 3 soniyali zona ichida harakatlanishadi**

**Jismoniy tarbiya darsining maqsadi va vazifalari**  
**Jismoniy tarbiya darsining asosiy maqsadi «jismoniy madaniyat» va uning tarkibiy yo'nalishlari (jismoniy tarbiya, sport, jismoniy va funksional tayyorgarlik, jismoniy sifatlar va hokazo) haqida dastlabki bilim berish, hayotiy zarur harakat malakalri va ko'nikmalarni shakllantirish, asosiy jismoniy sifatlarni tarbiyalashdan iborat.**

O'z salomatligi va jismoniy qudratini mustahkamlash o'quvchi yoshlarning nafaqat shaxsiy ishi, balki bu mas'uliyat ularning jamiyat oldidagi burchi ekanligini ongiga singdirish o'qituvchi tomonidan hal etiladigan muhim masalalardan biri bo'lishi lozim. Ushbu maqsadga erishish yosh avlodni «katta» hayotga tayyorlash, bo'lajak kasbiy faoliyatni samarali tashkil qilish, turmush qiyinchiliklarini engib o'tish va O'zbekiston



Qurolli Kuchlari safida harbiy xizmatni sharafla ado etish imkoniyatini yaratadi.

Jismoniy tarbiya darsining vazifalari yuqorida qayd etilgan maqsadlardan kelib chiqqan holda sog'liqni mustahkamlash, umumiy va maxsus jismoniy sifatlarni rivojlantirish, muayyan sport turi (basketbol)ga xos harakat malakalari texnikasiga o'rgatish hamda sport intizomini shakllantirish, raqibini hurmat qilish hissiyatini uyg'otish, iroda, diqqat vasezgirlik kabi xislatlarni tarbiyalashdan iborat.

#### 4.5. Darsning tuzilishi va mazmuni

Basketbol bo'yicha o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darsi, shu jumladan basketbol darsi 3 qismdan tashkil topadi.

#### NAMUNAVIY DARS BAYONNOMASI SHAKLI

«TASDIQLAYMAN»

O'quv ishlari bo'yicha direktor muovini

/Ikromov A.T./

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2023-yil

7-sinf o'quvchilari uchun  
1-sonli dars bayonnomasi

Dars vazifalari:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

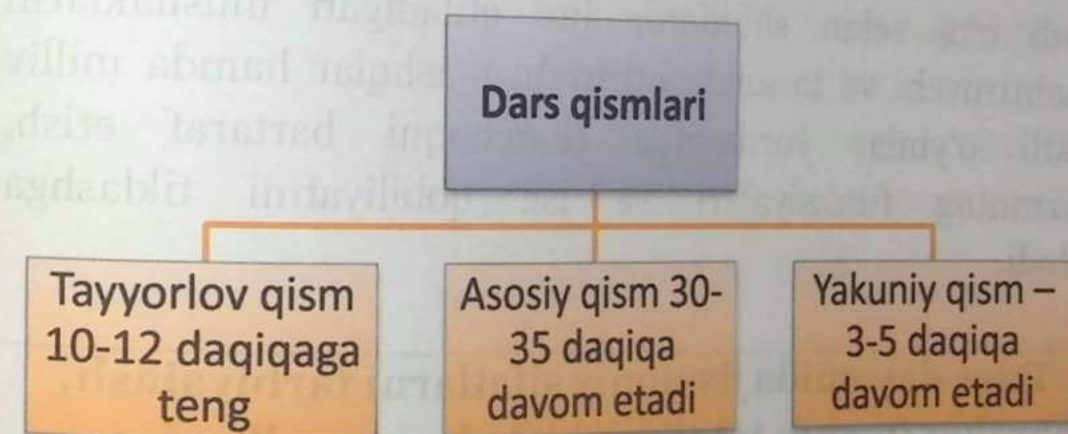
Dars o'tkazish joyi: \_\_\_\_\_

Anjomlar: \_\_\_\_\_

| Dars qismlari | Dars mazmuni | Mashqlar<br>miqdori<br>ash | Tashkiliy va<br>uslubiy<br>ko'rsatmalar |
|---------------|--------------|----------------------------|-----------------------------------------|
|               |              |                            |                                         |



14-andoza



15-andoza

**Tayyorlov qism** – 10-12 daqiqaga teng bo'lib, o'z ichiga sinfni tashkil etish (saflanish, navbatchi o'quvchini o'qituvchiga davomat haqida axborot berishi, dars vazifalari bilan tanishtirish), saf mashqlari, umumiy va maxsus mashqlarni kiritadi. Darsni tayyorlov qismida beriladigan mashqlar shu darsni maksad vazifalarini echishga qaratilgan bo'lishi lozim. Tayyorlov mashqlari tana muvozanatini saklash, qaddi-qomatni shakllantirish, yurish, yugurish, sakrash, kuch, tezkorlik, chaqqonlik, chidamkorlik va egiluvchanlik sifatlarini tarbiyalashga mo'ljallanadi. Darsning tayyorlov qismi o'quvchilar organizmini «qizitish» va uni funksional jihatdan shu darsning asosiy qismiga tayyorlashdan iborat.



Darsning ushbu qismini o'tkazish shiddati dastlab sekin-asta oshirilib, shu qismni o'rtasidan yana sekinlashtirilishi kerak.

**Asosiy qism** 30-35 daqiqa davom etadi. Mazkur qismda darsni asosiy maksad va vazifalari echiladi. Texnik-taktik malakalar o'zlashtiriladi. Buning uchun o'rganiladigan o'yin malakalariga oid taqlid va to'p bilan bajariladigan mashqlar qo'llaniladi. Malakalarga o'rgatish va ularni shakllantirish yakka tartibda yoki kichik guruhlar va barcha o'quvchilar ishtirokida amalga oshiriladi. Bu qismda o'rgatish jarayoni sekin shiddatda, takomillashtirish jarayoni esa katta tezlikda kechishi lozim.

**Yakuniy qism** – 3-5 daqiqa davom etadi. Bu qismning maqsadi o'ta sekin shiddatda ijro etiladigan mushaklarni bo'shashtiruvchi va taranglashtiruvchi mashqlar hamda milliy harakatli o'yinlar yordamida charchoqni bartaraf etish, organizmning funksiyalari va ish qobiliyatini tiklashga qaratiladi.

**Dars davomida jismoniy sifatlarni tarbiyalash, harakat (texnik-taktik) malakalari texnikasiga o'rgatish va ularni takomillashtirish turli pedagogik uslublar yordamida amalga oshiriladi. Bu uslublar quyidagilardan iborat:**

- tushuntirish;
- ko'rsatish (namoyish etish);
- muayyan malakani qismlarga bo'lib o'rgatish;
- malakani to'liq holda sekin va katta tezlikda o'rgatish;
- qaytarish;
- o'yin uslubi;
- musobaqa uslubi va hokazo.

O'rgatish jarayonida, bundan tashkari, rag'batlantirish va jazolash, ishontirish kabi usullar ham o'rin oladi.

Har bir uslubni qo'llashda o'ziga xos vositalar (mashqlar)dan foydalaniladi.

Basketbol bo'yicha o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darsi yakunida, aksariyat hollarda, o'quvo'yini o'tkaziladi. Bunday uyinlarni o'tkazish davomida o'yin qoidalarini o'zlashtirishga va hakamlilik qilish sirlarini o'rgatishga alohida e'tibor qaratiladi.

O'rgatish va takomillashtirish jarayonida beriladigan vazifa, shu jumladan qo'llaniladigan mashqlar «oddiydan murakkabga», «o'tilganidan o'tilmaganiga» va «yengilidan og'iriga» (nagruzka jihatidan) kabi didaktik tamoyillarga rioya qilish shart.

### **Dars jarayonini rejalashtirish, unga tayyorgarlik ko'rish va o'tkazish tartibi**

Darsning sifati va samaradorligi nafaqat o'qituvchining mahorati hamda tajribasiga bog'liq, balki uni muayyan darsga qanday tayyorgarlik ko'rishiga ham bog'liqdir.

**Darsga tayyorgarlik ko'rish quyidagi tadbirlarni amalga oshirishdan iborat:**

- dars jarayonini loyihalash (rejalashtirish);
- darsni samarali va sifatli o'tkazish modelini ishlab chiqish;
- darsning foydali zichligini ta'minlash imkoniyatlarini aniqlash;
- o'quvchilar tarkibidan yordamchilar tayinlash;
- tayyorlangan va tasdiqlangan dars bayonnomasini ko'rib chiqish, agar zaruriyat bo'lsa, o'zgartirish kiritish (dars bayonnomasi ilova qilingan);
- o'quvchilar tomonidan bilim, malaka va ko'nikmalarni o'zlashtirish darajasini aniqlash (baholash) mezonlarini ko'rib chiqish;



- dars o'tkazish joyi, foydalaniladigan asbob, anjom va uskunalari tayyorligini ko'zdan kechirish;
- darsdan so'ng navbatdagi dars qanday fandan ekanligini aniqlash;
- o'qituvchining o'z tashqi qiyofasi va sport kiyimiga e'tibor berishi;
- muayyan darsda ishtirok etadigan sinf o'quvchilarining jismoniy va funksional imkoniyatlarini e'tiborga olish.

Bundan tashqari o'qituvchi quyidagi rejalashtiruv hujjatlari bilan qurollangan bo'lishi shart:

- ta'lim standarti va klassifikatori;
- o'quv dasturi bo'limlari bo'yicha yillik o'quv soatlarining taqsimlanish rejasi;
- sinflar, choraklar va darslar bo'yicha yillik reja-jadvali;
- choraklar bo'yicha o'quv materiallarini taksimlanish jadvali;
- dars mavzulari aks ettirilgan chorak ish rejasi;
- dars bayonnomasi;
- sinf jurnali

« Texnik-taktik malakalarga o'rgatish uslubi » mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va nazorat test savollari

## AMALIY TOPSHIRIQLAR

“Chalkashtirilgan mantiqiy zanjirlar ketma-ketligi” metodi

Mavzu: O'yin texnikasi va taktikasi asoslari, o'yin qoidasi va musobaqalarni tashkil qilish asoslari.

|                                          |                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 1. Yon va yuz chiziqlar                  | 17. Uchburchak, uchlikka qarshi         |
| 2. Shchit                                | 18. Zonali himaya sistemasi             |
| 3. Buriqish                              | 19. Holat va harakatlanish              |
| 4. Guruhli                               | 20. Ilish                               |
| 5. Xalqa                                 | 21. Otish                               |
| 6. Maydon o'lchami                       | 22. To'p bilan bajariladigan harakatlar |
| 7. Yakka                                 | 23. Urib chiqarish                      |
| 8. To'pni yerga urib yurish              | 24. Sakrash                             |
| 9. 5 soniya                              | 25. Shchitdan qaytgan to'p uchun kurash |
| 10. Galma-gallik                         | 26. To'htash                            |
| 11. Uzatish                              | 27. To'p                                |
| 12. 1x1                                  | 28. Fol                                 |
| 13. Olib qo'yish                         | 29. Xakam                               |
| 14. Tez yorib o'tish                     | 30. O'yinchilar                         |
| 15. Jamoa                                |                                         |
| 16. To'pni egallash va qarshi harakatlar |                                         |

| O'yin texnikasi                        | O'yin taktikasi | O'yin qoidalari          |
|----------------------------------------|-----------------|--------------------------|
| 3,7,8,11,13,14,16,19,21,22,23,24,25,26 | 4,12,15,17,18   | 1,2,5,6,9,10,27,28,29,30 |

O'yin texnikasiga boshlang'ich o'rgatish samaradorligi qanday aniqladi?

- texnikaning ko'rish va taxlil qilish yo'li bilan.
- texnika bo'yicha nazorat me'yorlari yo'li bilan.



- c) shug'ullanuvchilarni fikrini aniqlash yo'li bilan.
- d) BO'SM raxbariyati qarori yo'li bilan.

**Texnik o'yin malakalari shug'ullanuvchilarda qaysi uslublar yordami bilan shakllanadi?**

- a) mashq uslubi bilan.
- b) ishontirish uslubi bilan.
- c) ko'rsatish va bayon qilish usuli bilan.
- d) majburlik usuli bilan.

**O'rgatish uslubiga nimalar kiradi?**

- a) yordamchi va maxsus vositalar.
- b) o'quv va nazorat o'yinlari.
- c) og'zaki ko'rgazmali, amaliy.
- d) shug'ullanuvchilarni tashkil qilish uslubi.

**Tashkil qilish uslubiga nima kiradi?**

- a) guruhli, frontal aniqlashtirilgan.
- b) yakka vazifalar, pedagogik nazorat.
- c) frontal, amaliy vazifalar.
- d) og'zaki, guruhli uslub.

**Basketbol bo'yicha dars tuzilishi qanday?**

- a) tayyorlov qism, aylanma trenirovka.
- b) asosiy qism, o'quv trenirovka yig'inlari.
- c) yakunlov qism, yakka trenirovka.
- d) tayyorlov, asosiy, yakunlov.

**Darsning tayyorlov qismida qanday vazifalar echiladi?**

- a) zalda o'qituvchini joyini tanlashi.
- b) terminlarni to'g'ri, aniq qo'llash.
- c) xatolarni vaqtida to'g'rilash.
- d) asosiy qism vazifasini echishga tayyorgarlik.

**Darsni o'tkazishda qanday prinsiplardan qo'llaniladi?**

- a) sekin-astalik prinsipi maxsus
- b) texnika bo'yicha mashqlar, sekin-astalik.
- c) didaktik prinsiplar.
- d) yakkalilik prinsipi, yordamchi mashqlar.

**O'rgatish uslublariga nima kiradi?**

- a) yordamchi va maxsus vositalar.
- b) o'quv va nazorat o'yinlari.
- c) o'yin malakalarini bo'lib va to'liq bajarish.
- d) og'zaki, ko'rgazmali, amaliy.

**Basketbol bo'yicha dars tuzilishi qanday?**

- a) tayyorlov qism, aylanma trenirovka.
- b) asosiy qism, o't.y.
- c) yakunlov qism, yakka trenirovka.
- d) tayyorlov, asosiy, yakunlov.



**GLOSSARIY**  
**Tushunchalar va atamalar mohiyati**

|    |                                                                                                                                                                                            |                                                                         |                                                                                                       |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | <b>Basket</b> – ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida «savat» ma'nosini bildiradi.                                                                                                   | <b>Basket- С</b> англ.языка означает слово «корзина».                   | <b>Basket-.</b> 1.a container used to hold or carry things 2. a net fixed on a hoop used as the goal. |
| 2. | <b>Ball</b> – ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida «to'p» ma'nosini bildiradi.                                                                                                      | <b>Ball- С</b> англ.языка означает слово «мяч»                          | <b>Ball-</b> An English word and it means round object                                                |
| 3. | <b>Pok-ta-pok</b> – qadimda Maya qabilasi o'ynagan, basketbolga o'hshash o'yin nomi                                                                                                        | <b>Пок-та-пок-</b> древняя игра в которую играли племя Мая              | <b>Pock ta pock-</b> Ancient Maya tribe played such kind of game that looks like basketball.          |
| 4. | <b>Texnika</b> – yunoncha “tehnus” so'zdan kelib chiqqan bo'lib, o'zbek tilida “san'at” ma'nosini anglatadi. Sport amaliyotida va xususan, basketbolda “texnika” harakat malakalari, o'yin | <b>Техника- С</b> греческого языка “tehnus” означает слово “искусство”. | <b>Tehnique</b> - word of Greek origin (tehnus) -means art, mastery of movement (in the sport)        |

|    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                             |                                                                   |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
|    | usullarining tuzilish shakli, mazmuni va ijro etish tartibini ifodalaydi.                                                                                                 |                                                                                                             |                                                                   |
| 5. | <b>Texnik tayyorgarlik</b> – texnik mahoratni shakllantirishga qaratilgan pedagogik jarayon. Ushbu jarayonning natijasi texnik mahoratni o'sganlik darajasini ko'rsatadi. | <b>Техническая подготовка-</b> это педагогический процесс, которая направлена на подготовку баскетболистов. | <b>Technical preposition</b> – it is formation of Technical skill |
| 6. | <b>“Kryuk”</b> – qo'lni baland holatida yarim aylanma harakatda uzatish va otish tushuniladi.                                                                             | <b>Крюк-</b> это технический элемент, означает слово «крюк»                                                 | <b>Hook</b> – it is element of passing and shot                   |
| 7. | <b>Dribbling</b> - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida to'pni olib yurish ma'nosini bildiradi va maydonda to'pli harakat qilish uchun qo'llaniladi.               | <b>Dribbling-</b> с англ.языка означает слово «ведение мяча»                                                | <b>Dribbling</b> - means to dribl a ball on the court             |



|     |                                                                                                                                                           |                                                                                                             |                                                                                           |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8.  | <b>Blok</b> - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida to'siq qo'yish ma'nosini bildiradi                                                              | <b>Block</b> -с англ. языка означает слово «блокирование мяча»                                              | <b>Block</b> -to stop the movement of an opponent, or stop an opponent's pass or shot     |
| 9.  | <b>Taktika</b> – yunoncha “taktikus” so'zdan olingan bo'lib, o'zbek tilida “tartiblashtirish” ma'nosini anglatadi.                                        | <b>Tactics</b> - с греческого языка «taktikus» означает слово «порядок»                                     | <b>Tactics</b> -A Greek word” Tacticus” and in Uzbek it means “order smth”                |
| 10. | <b>Taktik tayyorgarlik</b> – taktik mahoratni shakllantirishga qaratilgan pedagogik jarayon.                                                              | <b>Tactical preparation</b> - это педагогический процесс, направлен на подготовку мастерства баскетболистов | <b>Tactical preparation</b> - A process that improve tactic process                       |
| 11. | <b>Taktik kombinatsiya</b> – bu bir o'yinchiga hujum qilishi uchun qulay sharoit yaratib berishga qaratilgan bir necha o'yinchining harakat faoliyatidir. | <b>Tactic combination</b> - это тактические действия направлены на результативную атаку                     | <b>Tactic combination</b> - To give a chance for a player attacking by some his teammate. |

|     |                                                                                                        |                                                                                                     |                                                                                                      |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12. | <b>Fint</b> – chalg'ituvchi harakatlar ma'nosini anglatadi.                                            | <b>Fint</b> - с англ. языка означает слово «обманное движение», используется для обыгрывание игрока | <b>Fint</b> – A confusion activity of a player                                                       |
| 13. | <b>Pressing</b> – himoya harakatlarida raqiblarga zich qarshi harakat ko'rsatish ma'nosini ifodalaydi. | <b>Pressing</b> - тактическая работа, и ещё один смысл «вплотную»                                   | <b>Pressing</b> -An activity for activity of players                                                 |
| 14. | <b>Pozitsion</b> – hujumni barcha taraflama uyushtirish harakatlariga aytiladi.                        | <b>Possession</b> - направлена на всестороннюю атаку                                                | <b>possession</b> - to be holding, or be in control of, the ball                                     |
| 15. | <b>Fol</b> – jazoli va tanbehli xatolar tushuniladi.                                                   | <b>Foul</b> - с англ. языка означает слово «нарушение»                                              | <b>foul</b> -a violation resulting from illegal contact with an opposing player                      |
| 16. | <b>Overtime</b> - ingliz tilidan olingan bo'lib qo'shimcha vaqt ma'nosini bildiradi                    | <b>Overtime</b> - с англ. языка означает слово «дополнительное время»                               | <b>overtime</b> -a five-minute extra period that is played when the game is tied after four quarters |



|     |                                                                                      |                                                        |                                                                                                                       |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17. | <b>personal foul-</b> o'yinda qilingan qopolliklar uchun shahsiy ogohlantirish       | <b>personal foul-</b> персональный фол                 | <b>personal foul-a</b> foul that involves illegal physical contact such as blocking, charging, elbowing or holding    |
| 18. | <b>Referees-</b> lotin tilidan olingan bo'lib hakam ma'nosini bildiradi              | <b>Referees-</b> с лат.языка означает слово «судья»    | <b>referees-</b> officials who call violations and fouls, give penalties, signal field goals, and stop and start play |
| 19. | <b>time-out-</b> ingliz tilidan olingan bo'lib daqiqali tanaffus ma'nosini bildiradi | <b>time-out-</b> с англ.языка означает слово «перерыв» | <b>time-out-</b> clock stoppage requested by a coach for a short meeting with the players                             |

## Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbaalari

### Asosiy adabiyotlar

1. Pulatov A.A., Ganiyeva F.V., Miradilov B.M., Xusanova D.T., Pulatov F.A. Basketbol nazariyasi va uslubiyati. // Darslik. T.: 2017.

2. Miradilov B.M, Ganiyeva F.V., Xusanova D.T., Karimov B.Z., Pulatov F.A. //Sport va harakatli o'yinlar (basketbol). // O'quv qo'llanma. 2019.

3. Miradilov B.M., Karimov B.Z., Umbetova M.A. Sport pedagogik mahoratini oshirish (Basketbol).// O'quv qo'llanma. 2019.

4. D.Brown "Handbook of Basketball Fundamentals and Drills". 2010 U.S.A. - 109 p.

5. Morgan Wootten. Coaching basketball successfully. / Morgan Wootten with Dave Gilbert - 2<sup>nd</sup> ed. USA: Human Kinetics. 2003. - 225p.

6. Официальные правила баскетбола. 2020.

### Qo'shimcha adabiyotlar

7. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoevning 2018 yil 5 martdagi "Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora tadbirlari to'g'risida"gi PF-5368-sonli Farmoni.

8. O'zbekiston Respublikasi Prezidentiining 2020 yil 24 yanvardagi "Jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5924-sonli Farmoni.

9. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 10 avgustdagi "Nufuzli xalqaro sport musobaqalarida yuksak natijalarga erishgan sportchilarni va ularning trenerlarini rag'batlantirish to'g'risida"gi PQ-3196-son Qarori.



10. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 3 iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli qarori. Xalq so'zi gazetasi, 4 iyun.

11. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz. – Toshkent "O'zbekiston" NMIU, 2017. – 48 b.

12. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo'ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo'nalishlariga bag'ishlangan Vazirlar mahkamasining kengaytirilgan majlisidagi ma'ruza, 2017 yil 14 yanvar. – Toshkent: "O'zbekiston", 2017. – 104 b.

13. «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonun. // O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish haqida/ O'zbekiston Respublikasi Qonuni. "Xalq so'zi" gazetasi, 2015 yil 5 sentyabr, №174, - B.1

14. Баскетбол: 100 упражнений и советов для юных игроков: пер. с англ./ Ник Сортэл. – М.: АСТ: Астрель, 2005. – 237 с.

15. Баскетбол. Теория и методика обучения / под общ. ред. Д.С. Нестеровского. – М.: Академия, 2004. – 336 с.

16. Соколова Н.Д. Новые подходы при отборе детей в ДЮСШ в группы начальной подготовки по баскетболу. // Методическая разработка. Т.: 2007. – 27с.

17. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. // Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. М.: Академия, 2004. – 520 с.

15. Сууркаск В., Гейз Л. Правила соревнований. М.: 2004. – 101 с.

### Internet saytlari

16. [www.lex.uz](http://www.lex.uz) - O'z.Respublikasi qonun xujjatlari, ma'lumotlari milliy bazasi

17. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz) - Ziyonet milliy ijtimoiy - ta'lim axborot tarmog'i

18. [www.natlib.uz](http://www.natlib.uz) - A.Navoiy O'zbekiston milliy kutubxonasi portal

19. [www.edu.uz](http://www.edu.uz) - Oliy ta'lim tizimida interaktiv xizmatlar va axborot tizimlar portal

20. [www.fiba.org](http://www.fiba.org) - Halqaro basketbol federatsiyasi portali



## MUNDARIJA

|            |                                                                              |            |
|------------|------------------------------------------------------------------------------|------------|
|            | <b>KIRISH .....</b>                                                          |            |
| <b>1</b>   | <b>JAHONDA VA O'ZBEKISTONDA BASKETBOLNI</b>                                  |            |
| <b>BOB</b> | <b>RIVOJLANISH TARIXI.....</b>                                               |            |
| 1.1.       | Basketbolni paydo bo'lishi.....                                              |            |
| 1.2.       | Halqaro Basketbol Assoatsiyasining (HBA) tashkil etilishi .....              |            |
| 1.3.       | O'zbekistonda basketbolning paydo bo'lishi va rivojlanish tarixi.....        |            |
| 1.4.       | Mustaqillik davrida o'zbek basketbolining rivojlanishi...                    |            |
|            | Mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va nazorat test savollari .....       |            |
| <b>2</b>   | <b>O'YIN QOIDASI VA MUSOBAQALARNI TASHKIL</b>                                |            |
| <b>BOB</b> | <b>QILISH ASOSLARI.....</b>                                                  |            |
| 2.1.       | O'yin mazmuni, maydon va uskunalar o'lchamlari.....                          |            |
| 2.2.       | Hakamlar tarkibi va vazifalari, hakamlar imo-ishoralari.                     |            |
| 2.3.       | Musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish uslubi.....                        |            |
|            | Mavzu bo'yicha nazorat test savollari.....                                   |            |
| <b>3</b>   | <b>O'YIN TEXNIKASI ASOSLARI.....</b>                                         |            |
| <b>BOB</b> |                                                                              |            |
| 3.1.       | O'yin texnikasining tasnifi.....                                             |            |
| 3.2.       | Hujum texnikasi.....                                                         |            |
| 3.3.       | Himoya texnikasi.....                                                        |            |
|            | Mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va test nazorat savollari.....        |            |
| <b>4</b>   | <b>O'YIN TAKTIKASI ASOSLARI.....</b>                                         |            |
| <b>BOB</b> |                                                                              |            |
| 4.1.       | O'yin taktikasi va uning tasnifi.....                                        |            |
| 4.2.       | Hujum taktikasi.....                                                         |            |
| 4.3.       | Himoya taktikasi .....                                                       |            |
|            | Mavzu bo'yicha nazorat test savollari.....                                   |            |
| 4.4.       | Texnik-taktik malakalarga o'rgatish uslubi.....                              |            |
| 4.5.       | Basketbolga o'rgatish bosqichlari, uslublari, vositalari va prinsiplari..... |            |
| 4.6.       | Darsning tuzilishi va mazmuni.....                                           |            |
|            | Mavzusi bo'yicha pedagogik texnologiya va nazorat test savollari.....        |            |
|            | <b>GLOSSARIY.....</b>                                                        |            |
|            |                                                                              | <b>223</b> |

UMBETOVA M.A.

## SPORT TURLARINI O'RGATISH METODIKASI (BASKETBOL)

(o'quv qo'llanma)

Muharrir: S. Abdunabiyeva  
Badiiy muharrir: K. Boyxo'jayev  
Kompyuterda sahifalovchi: B. Muxtorov

Nashr. lits. AA № 0038.  
Bosishga ruxsat etildi: 25.09.2022 yil.  
Bichimi 60x84 1/16. Ofset qog'ozi.  
"Georgia" garniturasini.  
Shartli b/t 16.6 Nashr hisob t 16.9  
Adadi 50 dona. 2-buyurtma.

"O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI" nashriyotida tayyorlandi.  
100012, Toshkent sh. Sirg'ali tum. 5-mavzei, Yangi Qo'yliq, 24.  
«DAVR MATBUOT SAVDO» bosmaxonasida chop etildi.  
100198, Toshkent, Qo'yliq 4 mavze, 46.



189415e



ISBN 978-9943-9215-8-0



9 789943 921580