

Date: 9th February-2026

BASKETBALL O'YINI TEXNIKASI VA TAKTIKASINI

Nazarov Bekpo'lat Ergashevich

Xalqaro innovatsion universiteti

“Psixologiya va jismoniy madaniyat” kafedrası o'qituvchisi

Назаров Бекпулат Ергашевич

Преподаватель кафедры «Психология и физическая культура» Международного
инновационного университета, Узбекистан, г. Карши

Annotasiya: Ushbu tezdis basketball o'yini texnikasini o'rgatish xususiyatlari haqida fikr
–mulohazalar bayon etadi.

Shuningdek basketball o'yini texnikasini o'rgatadi va taktikasini rivojlantirishga yordam
beradi.

Kalit so'zlar: basketball o'yini texnikasi va taktikasini rivojlantirish bo'yicha
ko'nikmalarini o'rgatadi.

Аннотация: Данный тезис излагает мнения и рассуждения об особенностях
обучения технике игры в баскетбол.

Также он способствует обучению технике игры в баскетбол и развитию тактических
навыков.

Ключевые слова: Обучает формированию навыков по развитию техники и тактики
игры в баскетбол.

Annotation: This thesis presents views and reflections on the features of teaching
basketball techniques.

It also contributes to learning basketball techniques and developing tactical skills.

Keywords: Teaches the development of skills for improving basketball technique and
tactics.

Kirish. Bugungi kunda jismoniy tarbiya va sport millat genofondini shakllantirish
va sog'lom, barkamol avlodni tarbiyalash vositasi ekanligi isbot talab qilmaydi. Lekin
ko'plab mutaxassis-olimlarning fundamental tadqiqotlariga asosan ta'kidlash joizki, har
qanday jismoniy tarbiya va sport vositalari (mashqlari) ham jismoniy va psixofimksional
imkoniyatlarga ijobiy ta'sir etavermaydi. Boshqacha qilib aytganda shug'ullanuvchilaming
yoshi, jinsi va psixojismoniy imkoniyatlariga muvofiq me'yorlangan hamda
tabaqalashtirilgan katta hajmli va o'ta shiddatli jismoniy yuklamalar organizmda zo'riqish
holatlarini yuzaga keltiradi, natijada sog'liqqa putur yetkazishi ehtimoldan holi
emas.jismoniy sifatlar poydevorini yaratishi shart. 1891-yilda amerikalik Djeys Neysmit
tomonidan ixtiro qilingan basketbol bugungi kunda dunyoning barcha qit'alarida nihoyatda
keng ommalashgan sport turlari tarkibiga mansubdir. Zamonaviy basketbol o'zining
shiddatli, serqirra va keskin o'zgaruvchan yo'nalishlarda ijro etiladigan jozibali hatti-
harakatlari, texnik-taktik kombinasiyalari bilan nafaqat bolalar va o'smirlar, balki turli
yosh va ijtimoiy tabaqaga mansub, hatto nihoyatda band mansabdor rahbarlar hamda
tadbirkor insonlar diqqatini o'ziga rom qilib, ularni mashg'ulot maydonlariga

Date: 9th February-2026

yetaklamoqda. Basket - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida «savat» ma'nosini bildiradi. Ball - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida «to'p» ma'nosini bildiradi.

Basketbolga o'xshab ketadigan o'yin to'g'risidagi dastlabki ma'lumotlar eramizdan avvalgi VI asrga oiddir. Meksikadagi ilk qabilasiga mansub bo'lgan indeeslar “pok-to-pok” deb atalgan o'yinni qiziqib o'ynashgan. Ushbu o'yinmg butun mohiyati o'yinchilarning to'pni halqa ichiga tushirishdan iborat boigan “to'p” o'mida kauchukdan tayyorlangan dumaloq shardan foydalanishgan, uni halqaga “tushurish” uchun faqat tirsaklar bilan yoki son bilan shami urish lozim bo'lgan. Bunga halqaning xiyol baland joyiga o'matilganligini va buning ustiga yerga nisbatan tik ya'ni perpendekulyar tarzda joylashtirilganligini qo'shadigan bo'lsak, u holda halqaga tushirilgan birgina “to'p” — shar butun o'yinning taqdirini hal qilgan bo'lsa kerak 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 xos barcha xususiyatlari 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 iunksiya 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. Xuddi shu davrda dastlabki basketbol bo'yicha xalqaro tumir — musobaqalar o'tkaziladi. bosqich 1932—1947-yillarni o'z ichiga oladi. Bu davr butun dunyo bo'yicha basketbol o'yini har tomonlama rivojlanganligi bilan karakterlidir. 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'adi. Shu davrda sobiq sovet basketbolchilari ham xalqaro maydoniga chiqadilar.

Basketbol taktikasi 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 taktikasi va texnikasida ancha murakkab priyomlar paydo bo'ladi, Mini-basketbol o'yini vujudga kelib, dunyo bo'ylab tarqala boshlaydi. V bosqich 1986-1990-yillarda milliy Federatsiyalar soni ortadi. Milliy professional basketbol uyushmalari (NBA) paydo bo'ladi. Basketbolchilarning xalqaro aloqalari mustahkamlanadi, o'yin taktikasi va texnikasida yangiliklar vujudga keladi. Musobaqalar qoidasi va hakamlar metodikasi takomillashtiriladi. Basketbol bo'yicha oliy ma'lumotli o'qituvchi-trener shu sport turi nazariyasi va uslubiyatida qo'llaniladigan barcha atamalar hamda tushunchalar etimologik mohiyatini bihshi va ulami o'rgatish jarayonida shug'ullanuvchilar tasavvuriga yetkazmog'i lozim. “Sport” tushunchasi inglizcha “sport” so'zidan olingan bo'lib, juda keng ma'noga egadir. Jumladan “Sport” ning birinchi ma'nosi jismoniy madaniyatning tarkibiy qismini anglatadi. Uning maqsadi shug'ullanuvchi organizmini rivojlantirish va mukammallashtirish, ma'naviy-madaniy va axloqiy xislatlarni tarbiyalash hamda mashg'ulot va musobaqalarda yuksak natijaga



Date: 9th February-2026



erishishga qaratiladi. Pok-ta-pok - qadimda Maya qabilasi o'ynagan, basketbolga o'xshash o'yinni. Texnika — 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 1 D.Brown. Handbook of Basketball Fundamentals and Drills. U.S.A. - 2010.-5b. 13 usullarining tuzilish shakli, mazmuni va ijro etish tartibini ifodalaydi. Texnik tayyorgarlik — texnik mahoratni shakllantirishga qaratilgan pedagogik jarayon. Ushbu jarayonning natijasi texnik mahoratni o'sganlik darajasini ko'rsatadi. “Kryuk” - qo'lni baland holatida yarim aylanma harakatda uzatish va otish tushuniladi. Element — lotin so'z bo'lib «elementum» butun narsaning qismlarini anglatadi. Step — ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida qadam ma'nosini bildiradi. Dribbling - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida to'pni olib yurish ma'nosini bildiradi va maydonda to'pli harakat qilish uchun qo'llaniladi. Blok — ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida to'siq qo'yish ma'nosini bildiradi. Double-dribbling — ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida ikki qo'llab to'pni sapchitib olib yurish ma'nosini bildiradi. Guarding - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida qo'riqlash, himoyalash ma'nosini bildiradi. Offence - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida hujum qilish ma'nosini bildiradi. Footwork - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida oyoqlar harakati ma'nosini bildiradi. Lay ups - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida tez yorib o'tish ma'nosini bildiradi. Taktika — yunoncha “taktikus” so'zdan olingan bo'lib, o'zbek tilida “tartiblashtirish” ma'nosini anglatadi. Taktik tayyorgarlik — taktik mahoratni shakllantirishga qaratilgan pedagogik jarayon. Taktik kombinatsiya - bu bir o'yinchiga hujum qilishi uchun qulay sharoit yaratib berishga qaratilgan bir necha o'yinchining harakat faoliyatidir. Fint - chalg'ituvchi harakatlar ma'nosini anglatadi. Pressing - himoya harakatlarida raqiblarga zieh qarshi harakat ko'rsatish ma'nosini ifodalaydi. Pozitsion - hujumni barcha taraflama uyushtirish harakatlariga aytiladi. Assist - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida taktik harakatlarni bajarib to'p uzatish. No-look pass - ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida sherigiga qaramasdan to'p uzatish. Drive — ingliz tilidan olingan bo'lib o'zbek tilida tez, shiddat bilan, to'g'ri savatga hujum qilish. Backboard - ingliz tilidan olingan bo'lib shot taxtasi ma'nosini bildiradi. Fol - jazoli va tanbehli xatolar tushuniladi. Game clock - ingliz tilidan olingan bo'lib o'yin vaqti, soati ma'nosini bildiradi. Hoop - ingliz tilidan olingan bo'lib halqa ma'nosini bildiradi. Overtime — ingliz tilidan olingan bo'lib qo'shimcha vaqt ma'nosini bildiradi. Personal foul - o'yinda qilingan qo'polliklar uchun shaxsiy ogohlantirish. Referees — lotin tilidan olingan bo'lib hakam ma'nosini bildiradi. Technical foul — texnik yunon , foul ingliz tilidan olingan o'yin mobaynida qilingan qo'polliklar uchun jazo. Time-out — ingliz tilidan olingan bo'lib daqiqah tanaffus ma'nosini bildiradi.

Mazkur ta'lim yo'nalishi bo'yicha oliy ma'lumotga ega jismoniy tarbiya o'qituvchisi va basketbol treneri DTSda qayd etilgan quyidagi ta'lim, sport va sog'lomlashtirish muassasalarida faoliyat ko'rsatish haqlidir: - maktabgacha ta'lim-tarbiya muassasalari; - o'rta umumta'lim maktablari; - o'rta maxsus ta'lim muassasalari; - olimpiya zahiralar KHKlari; - BO'SMlar; - bolalar va o'smirlar olimpiya zahiralar maktablari; - oliy sport mahorat maktablari; - sport va sog'lomlashtirish klublari; -

Date: 9th February-2026

ko'ngilli sport ja'miyatlari; - terma jamoalar; - xususi sog' lomashtirish va sport markazlari; - oromgohlar va profilaktoriyalar.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Баскетбол. Теория и методика обучения / под общ. ред. Д.С. Нестеровского. - М.: Академия, 2004. - 336 с.
2. G'aniyeva F.V. Basketbol. // Oliy o'quv yurtlari umumiy kurs talabalari uchun o'quv qollanma. T.: 2009. — 69 b.
3. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола. // Учебное пособие для студентов вузов. М.: “Академия”, 2010. - 336с.
4. Портнов Ю.М. Баскетбол // Учебник для вузов физической культуры. М: Астра семь. 1997. — 480 с.
5. Расулев А.Т. Баскетбол. II Олий укув юртлари учун дарслик. УзДЖТИ нашриёт булими 1998. - 278 б. 6. Теория и методика спортивных игр: учебник для студ. высш. учеб. Заведений // [Ю.Д. Железняк, Д.И. Нестеровский, В.А. Иванов и др.]; под ред. Ю.Д. Железняка. isg8-e изд., перераб. — М.: Издательский центр «Академия», 2013feg- 464 с.

