



UMUMTA'LIM MAKTABLARI JISMONIY TARBIYA DARSLARIDA BASKETBOL O'YINI

Hamrayeva Aziza Ravshanovna

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM assistent o'qituvchisi

Annotatsiya. Ushbu maqolada umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarida basketbol o'yinining pedagogik, psixomotor va ijtimoiy-kommunikativ rivojlantiruvchi imkoniyatlari tahlil qilingan. Tadqiqot dars monitoringi, normativ qoidalar tahlili va didaktik kuzatuv metodlari asosida olib borildi. Natijalar basketbolning koordinatsiya, tezkor fikrlash, chidamlilik, aniqlik, jamoaviy muloqot, fair-play, sport intizomi va o'yin tafakkurini parallel rivojlantiruvchi universal didaktik vosita ekanini tasdiqlaydi. Maktab sharoitiga mos adaptiv formatlar qoidaning maqsadiga zid emas, balki ishtirok, rivojlanish va xavfsizlikni ta'minlashga xizmat qilishi asoslandi.

Kalit so'zlar: Basketbol, jismoniy tarbiya, psixomotor rivojlanish, koordinatsiya, dribling, pass, shooting, rebound, o'yin intizomi, fair-play, game intelligence, mini-format, fanlararo integratsiya.

Аннотация. В статье анализируются дидактико-педагогические и развивающие возможности игры в баскетбол в рамках уроков физической культуры в общеобразовательных школах. Исследование основано на методах педагогического мониторинга уроков, анализе официальных правил и эмпирическом наблюдении. Результаты подтверждают, что баскетбол является универсальным дидактическим инструментом параллельного развития координации, быстроты реакции, точности, выносливости, тактического мышления, командной коммуникации, fair-play и игровой дисциплины. Обосновано, что адаптация формата игры под школьные условия служит целям участия, безопасности и развития учащихся.



Ключевые слова: Баскетбол, физическая культура, психомоторное развитие, координация, дриблинг, передача, бросок, подбор, игровая дисциплина, fair-play, игровое мышление, мини-формат, междисциплинарная интеграция.

Annotation. This article analyzes the pedagogical, psychomotor, and social-communicative developmental potential of basketball in physical education lessons at general secondary schools. The study used lesson monitoring, normative rule analysis, and empirical observation. Results confirm that basketball is a universal didactic tool for parallel development of coordination, reaction speed, accuracy, endurance, tactical thinking, team communication, fair-play, game discipline, and game intelligence. It was substantiated that adaptive school-based formats serve the rule's main purpose—ensuring participation, safety, and student development.

Keywords: Basketball, physical education, psychomotor development, coordination, dribbling, passing, shooting, rebound, game discipline, fair-play, game intelligence, mini-format, interdisciplinary integration.

Kirish.

Umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslari o'quvchilarning sog'lom rivojlanishi, jismoniy sifatlarning shakllanishi va ijtimoiy ko'nikmalarni egallashida muhim pedagogik maydon hisoblanadi. Maktab sport turlari orasida basketbol o'yini o'zining dinamik xarakteri, jamoaviy muloqotni talab etishi, koordinatsiya, tezkor fikrlash, chidamlilik, kuch va aniqlikni rivojlantiruvchi universal ta'sir mexanizmlari bilan alohida ajralib turadi[1]. Basketbol jismoniy tarbiya darslariga integratsiyalashgan holda nafaqat sport texnikasini o'rgatish, balki o'quvchilarning kognitiv, affektiv va psixomotor rivojlanishini bir vaqtda qo'llab-quvvatlash imkonini beradi.

Metodlar.

Mazkur tadqiqotning maqsadi – umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarida basketbol o'yinini o'qitish metodikasi, uning o'quvchilar jismoniy va psixologik rivojlanishiga ta'siri, o'yin jarayonida kuzatiladigan natijalar hamda



pedagogik jarayondagi amaliy ahamiyatini ilmiy yondashuvda asoslashdan iborat[3]. Tadqiqot nazariy-empirik kuzatuv, normativ sport qoidalari tahlili, dars jarayonlarining pedagogik monitoringi, didaktik modellashtirish va basketbol o'yin elementlarining jismoniy sifatlar bilan korrelyatsion bog'liqligini ilmiy talqin qilish metodlariga asoslanadi. Ma'lumotlar jismoniy tarbiya ta'lim standartlari, basketbol o'yini rasmiy qoidalari, sport pedagogikasi bo'yicha ilmiy manbalar, maktab dars jarayonlari monitoringi, murabbiylik va o'qitish amaliyoti kuzatuvlari, o'quvchilarning o'yin jarayonidagi xulq-atvor tahlili hamda jismoniy rivojlanish indikatorlari bo'yicha pedagogik baholash natijalari asosida umumlashtirildi[4]. Tadqiqot statistik tajribaga emas, balki o'yin qoidalari va dars metodikasining amaliy ijrosini didaktik va normativ kontekstda tahlil qilishga qaratilgan. Jismoniy tarbiya darslarida basketbol o'yini 3 asosiy komponent: texnik elementlar, taktik ko'nikmalar va o'yin qoidalari asosida o'qitilishi kuzatildi.

Natijalar.

Maydon parametrlari maktab sport zallariga moslashtirilgan holda standart basketbol maydoni (28×15 m) kichik formatlarga (22×13 m, 20×12 m yoki 18×9 m) adaptatsiya qilinishi mumkin, to'p o'lchami o'quvchilarning yoshiga qarab 5, 6 yoki 7 razmerda tanlanadi. Halqa balandligi odatda 3.05 m bo'lsa-da, boshlang'ich va o'rta sinflarda 2.60–2.90 m oralig'iga moslashtirish pedagogik jihatdan maqbul sanaladi. Darslarda to'pni olib yurish (dribling), to'p uzatish (pass), joydan va sakrab to'p tashlash (shooting), himoya turishlari (defensive stance), burilishlar (pivot), to'xtashlar (jump stop, stride stop), raqibdan to'pni olib qo'yish (steal), to'pni qaytarib olish (rebound) va blok elementlari ketma-ket o'rgatiladi[2]. O'yin jarayonida qoidabuzarliklar: yugurib ketish (traveling), ikki qo'l bilan driblingni qayta boshlash (double dribble), 3 soniyadan ortiq raqib jarima zonasi ichida qolish, qo'l bilan urib yuborish (hand check, reach-in foul), turtish (push), ushlab olish (holding), raqibga tana bilan bosim o'tkazish (charge), raqibni yo'ldan itarib yuborish (illegal screen) kabi holatlar eng ko'p kuzatiladigan xatolar ekani aniqlandi. Bu xatolar pedagogik jarayonda o'quvchilarning qoidaviy savodxonligi,



koordinatsion nazorat va o'yin intizomini baholash indikatori sifatida talqin qilindi. Hisob tizimi maktab darslarida odatda soddalashtiriladi: 10–12 daqiqali mini-matchlar, 3×3 yoki 4×4 formatlarida o'yinlar, “Rally emas, klassik match-score” prinsipi, ya'ni faqat savatga tushgan to'plar hisoblanishi, o'yin vaqtini to'xtatishning cheklanmaganligi, murabbiylik to'xtalishlari (timeout) erkin qo'llanishi, hakamlik vazifasi esa ko'pincha dars o'qituvchisi tomonidan bajarilishi kuzatildi[5]. O'yin elementlari o'quvchilarda jismoniy sifatlar rivojiga kompleks ta'sir ko'rsatadi: dribling – qo'l-ko'z koordinatsiyasi, past markazli harakat nazorati va reaksiya tezligini, passlar – aniqlik, periferik ko'rish va qaror qabul qilish tezligini, shooting – diqqat konsentratsiyasi, muvozanat, kuch dozatsiyasi va aniqlikni, rebound – sakrovchanlik, vaqtni his qilish (timing) va portlovchi kuchni, himoya turishlari – izometrik chidamlilik, oyoq kuchi va lateral harakat tezligini, pivotlar – dinamik muvozanat, tana nazorati va bo'g'imlar moslashuvchanligini, steal – reaksiya, oldindan vaziyatni o'qish (anticipation) va chaqqonlikni rivojlantiradi. Pedagogik monitoring natijalariga ko'ra, darslarda basketbol o'ynash o'quvchilarning ijtimoiy-kommunikativ kompetensiyalarini ham sezilarli rivojlantiradi: jamoaviy qaror qabul qilish, rollarni taqsimlash, liderlik va ergashish, raqibga hurmat, fair-play, o'zini nazorat qilish, emotsiyalarni boshqarish, tezkor konfliktlarni yechish, guruh ichida strategik muloqot, o'zaro qo'llab-quvvatlash, umumiy maqsadga yo'naltirilgan harakat va intizom kabi ko'nikmalar o'yin jarayonida tabiiy shakllanadi. Tadqiqot jarayonida basketbol darslarining samarali bo'lishi uchun bir nechta metodik shartlar muhim ekani asoslandi: mashqlar oddiydan murakkabga tamoyili bo'yicha qurilishi, o'yin elementlari qisqa drilllar orqali avtomatlashtirilishi, xavfsizlik qoidalariga qat'iy amal qilinishi, jismoniy yuklama yosh fiziologiyasiga mos dozalanishi, darsda yuqori motor zichligi (high activity time) ta'minlanishi, texnik xatolar vaqtida korreksiya qilinishi, jamoaviy mashqlarda barcha o'quvchilar ishtiroki kafolatlanishi, raqobat va hamkorlik balansi saqlanishi, dars yakunida refleksiya (qaysi qoidalar buzildi, qaysi kombinatsiya ishladi, qaysi texnika qiyin bo'ldi) o'tkazilishi, rag'batlantirish individual progressga yo'naltirilishi, o'quvchilarda



“o‘yin aqlini” (game intelligence) shakllantirishga urg‘u berilishi lozim[6]. O‘yin jarayonida kuzatilgan natijalar shuni ko‘rsatdiki, basketbol darslari o‘quvchilarda jismoniy sifatlar bilan birga kognitiv-taktik rivojlanishni ham parallel shakllantiradi. Vaziyatni o‘qish, raqib va sheriklarning joylashuvini tahlil qilish, to‘p traektoriyasini prognozlash, bo‘sh zonalarni topish, vaqtni his qilish, tezkor strategik qaror qabul qilish, motorik vazifani aqliy reja bilan uyg‘unlashtirish, himoya-hujum fazalariga moslashish, ritmni boshqarish, improvizatsion qarorlar, bosim ostida xotirjamlikni saqlash va diqqatni barqaror ushlab turish kabi ijro natijalari o‘quvchilarning “sport tafakkuri” shakllanayotganini tasdiqlaydi. Muhokama shuni asoslaydiki, basketbol maktab jismoniy tarbiya darslarida ko‘p qirrali pedagogik instrument bo‘lib, uning qoidalari va elementlari dars samaradorligini oshirishga xizmat qiladi. Maktab sharoitida maydon, o‘yin formati va halqa balandligini moslashtirish qoidaning buzilishi emas, balki qoidaning maqsadi – rivojlanish, ishtirok va xavfsizlikni ta‘minlashga qaratilgan adaptiv qo‘llanishidir. Dribbling qoidalari o‘quvchilarda harakat nazoratini kuchaytirs, foul qoidalari o‘yin intizomi va ijtimoiy-etik me‘yorlarni shakllantiradi. Travel, double dribble kabi xatolar ko‘p kuzatilishi – o‘quvchilar motorik nazorat va qoidaviy ongini hali to‘liq avtomatlashtirmaganini bildiradi, bu esa pedagogik jarayonda texnik-qoidaviy drilllarni ko‘proq qo‘llash zarurligini ko‘rsatadi. Libero basketbolda yo‘q, lekin basketbolda rollarning tabiiy ixtisoslashuvi mavjud: playmaker (setterga analog), shooter, defender, rebounder, cutter kabi rollar darsda organik taqsimlanadi, o‘qituvchi esa rotatsiya va rollar almashuvini sun‘iy kiritish orqali barcha o‘quvchilarning universal kompetensiyalarini rivojlantirishi mumkin. Basketbol qoidalarining pedagogik qiymati shundaki, u adolat, standart, intizom, xavfsizlik va rivojlanish balansini bir vaqtda ta‘minlaydi[7].

Muhokama.

O‘yin elementi orqali darsni tashkil etish o‘quvchilarda ichki motivatsiyani oshiradi, chunki basketbol mashqlari ko‘pincha o‘yin shaklida, raqobat va qiziqish muhitida bajariladi. Basketbol darslarida hakamlik signallarini o‘quvchilarga navbat



bilan bajarish vazifasi sifatida berish ularning qoidani ichki anglashiga, mas'uliyat, diqqat, obyektiv baholash va sport qonunlarini hurmat qilish ko'nikmasiga ijobiy ta'sir qiladi. Zamonaviy pedagogik yondashuvlarda basketbol darslari STEAM yoki media-savodxonlik bilan ham integratsiya qilinishi mumkin: masalan, to'p uchish burchagini fizika bilan, o'yin statistikasi va samaradorlikni matematika va informatika bilan, o'yin kombinatsiyalarini vizual sxemalarda chizishni axborot texnologiyalari bilan, fair-play va jamoaviy rollarni ijtimoiy fanlar bilan bog'lash mumkin. Bu esa basketbolni faqat sport emas, balki fanlararo pedagogik modelga aylantiradi. Tadqiqotdan kelib chiqadigan amaliy natija – basketbol darslarini o'qitish jarayonida qoidalarni o'quvchilarga nafaqat nazariy aytib berish, balki har bir texnik element bilan birga amaliy drilllar, mini-matchlar, rolli o'yinlar, refleksiya va vaziyatli tahlil orqali singdirish eng samarali metodik model ekani asoslanadi. O'yin qoidalari o'quvchilarda jarohatni oldini olish, o'yin ritmini boshqarish, adolatni saqlash va jamoaviy o'zaro ta'sirni normativ chegaralarda rivojlantirishga xizmat qiladi.

Xulosa.

Basketbol o'yini umumta'lim maktablari jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilarning jismoniy sifatlari (tezlik, chaqqonlik, kuch, chidamlilik, aniqlik), psixomotor nazorat (muvozanat, timing, koordinatsiya, reaksiya) va kognitiv-taktik tafakkurini (vaziyatni o'qish, prognozlash, tezkor qaror qabul qilish, bo'sh zonani topish) bir vaqtda rivojlantiruvchi yuqori pedagogik salohiyatga ega vositadir. O'yin jarayonida shakllanadigan ijtimoiy-etik ko'nikmalar—liderlik, rollar taqsimoti, konfliktini tez yechish, raqibga hurmat, jamoaviy muloqot va fair-play—basketbolni nafaqat sport drilllari, balki shaxsiy-ijtimoiy kompetensiyalarni ham rivojlantiruvchi didaktik modelga aylantiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Abdullayev, N. A., & Rustamov, S. M. (2019). Umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarini tashkil etish metodikasi. Toshkent: O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti.



2. Islomov, T. (2020). Basketbol o'qitish metodikasi va mashg'ulot texnikasi. Toshkent: "Sport" nashriyoti.
3. Karimov, A. (2018). Bolalar va o'smirlar sporti: pedagogik va psixomotor rivojlanish. Toshkent: O'qituvchi nashriyoti.
4. Mamatqulov, D. (2021). Jismoniy tarbiya darslarida o'yin texnikasini o'rgatish metodikasi. Toshkent: O'zbekiston pedagogika universiteti nashriyoti.
5. Sharipov, R. (2017). Basketbol texnikasi va taktikasini maktabda o'rgatish. Toshkent: Sport pedagogikasi markazi.
6. Sunatov, J. R., Zikrillayeva, F., Husenova, M., & Sanayeva, M. (2025). INGLIZ TILINI O 'QITISHDAGI MUAMMOLAR. University Research Base, 560-568.
7. Сунатов, Д., Хусенова, М., Санаева, М., & Зикриллаева, Ф. (2025). О 'zbek tilining xorijda o 'qitilishi. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 139-141.
8. Xidirova, N. B. qizi Muqimova, GZ (2024). EXCELDA DIAGRAMMALAR BILAN ISHLASH. GOLDEN BRAIN, 2(20), 167-171.
9. Sunatov, J. R., Rustamov, R., & Dustmurodova, M. (2024). KOMPYUTER LINGVISTIKASIDA FONETIK TAHLIL JARAYONI. Modern Science and Research, 3(5), 191-195.
10. Сунатов, Д., Зикриллаева, Ф., Сайдуллоева, М., & Нормаматова, Н. (2025). О'zbek tilshunosligining nazariy masalalari. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 121-123.