UDK. 796.071 **DOI: 10.56292/SJFSU/vol29_iss3/a197**

O‘QUVCHI YOSHLARNI BASKETBOLGA O‘RGATISH TEXNIKASINING USULLARI

МЕТОДИКИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ БАСКЕТБОЛА УЧАЩИЙС

METHODOLOGY FOR TEACHING BASKETBALL TECHNIQUE

Tashpulatov Farxad Alisherovich[1]

[1]Tashpulatov Farxad Alisherovich – Toshkent moliya instituti jismoniy madaniyat va sport faoliyati kafedrasi dotsenti

Annotatsiya

Yosh sportchilarni tayyorlashning asosiy shakli – mashg‘ulotlar. Mashg‘ulotlar tizimi orqali maqsadli pedagogik ta'sir ko‘rsatiladi, asosiy sport, sog‘lomlashtirish va tarbiyaviy vazifalar hal qilinadi. Qiziqarli tarzda taqdim etilgan sport mashqlari tizimi ko‘p jihatdan mashg‘ulotlarning muvaffaqiyatini oldindan belgilab beradi, yosh sportchilarni mehnatkash kayfiyatda o‘rnatadi va ko‘pincha mashg‘ulotlardagi tarbiyaviy ishning yakuniy maqsadini belgilaydi. Mashg‘ulotning asosiy maqsadi yosh sportchilarning u yoki bu mashqlar tizimini o‘zlashtirishlari emas, balki ular har qanday sport holatini "yo‘qotishi" mumkin bo‘lgan aniq sport mahoratini o‘zlashtirishning ma'lum naqshlarini ishlab chiqish uchun ma'lum qoidalarni tushunish va o‘zlashtirishdir. .

Ushbu maqolada bo‘lajak basketbolchilarning hujum harakatlarini tashkillashtirishdagi maxsus tayyorgarlik jarayonlarining tutgan o‘rni to‘grisida so‘z yuritilgan. Nazariy va amaliy jihatdan hujum taktikalari va bolalarga ularni o‘rgatish tamoyillari yoritilgan.

Аннотация

Основной формой подготовки юных спортсменов являются тренировки. Через систему занятий осуществляется целенаправленное педагогическое воздействие, решаются основные спортивные, оздоровительные и воспитательные задачи. Интересно представленная система спортивных упражнений во многом предопределяет успех занятий, настраивает юных спортсменов на трудолюбивый лад и нередко определяет конечную цель воспитательной работы на тренировках. Основная цель тренировки не в том, чтобы юные спортсмены освоили ту или иную систему упражнений, а в том, чтобы понять и усвоить определенные правила, чтобы выработать определенные закономерности овладения конкретным спортивным навыком, которые они могут "потерять" в любой спортивной ситуации.

В данной статье рассматривается роль специальных подготовительных процессов в организации атакующих действий будущих баскетболистов. В теоретическом и практическом плане освещаются тактика нападения и принципы их обучения детей.

Abstract

The main form of training young athletes is training. Through the training system, a targeted pedagogical effect is achieved, the main sports, wellness and educational tasks are solved. The system of sports exercises, presented in an interesting way, largely predetermines the success of training, sets young athletes in a hard-working mood and often sets the final goal of educational work in training. The main goal of training is not the fact that young athletes master one or another system of exercises, but to understand and master certain rules for developing certain patterns of mastering specific sports skills, which can "lose" any sporting State.

This article discusses the role of special training processes in organizing offensive actions of future basketball players. Theoretically and practically, attack tactics and the principles of teaching them to children are covered.

Kalit so‘zlar: *Basketbol, hujum tashkil qilish, maxsus tayyorgarlik, taktika, himoya chizig’i, pozitsion hujum.*

Ключевые слова: *баскетбол, организация атаки, специальная подготовка, тактика, линия защиты, позиционная атака.*

Key words: *basketball, offensive organization, special training, tactics, defensive line, positional offense.*

KIRISH

Mamlakatimizda yosh basketbolchilarni tayyorlash umumta’lim maktablari va maktabdan tashqari ta’lim muassasalarida olib borilmoqda. Maktablarda sport seksiyalarida darsdan tashqari sport ishlari olib boriladi. Boshlang‘ich tayyorgarlik guruhlari sport bilan shug‘ullanish istagida bo‘lgan umumta’lim maktablarining o‘quvchilaridan tuziladi.

Hozirgi vaqtda basketbolning hamma joyda keng tarqalishi munosabati bilan yosh basketbolchilarning jismoniy va texnik-taktik tayyorgarligi metodologiyasining mazmuni muammosi yaqqol namoyon bo‘lmoqda.

Basketbol texnikasini har tomonlama egallash yosh basketbolchilarni o‘rgatishning asosiy vazifalaridan biridir. Sport yutuqlarining hozirgi rivojlanishi bilan, yosh basketbolchilarning to‘g‘ri har

tomonlama texnik tayyorgarligi natijasida ajoyib natijalarga erishish mumkin. Texnikani to‘g‘ri dastlabki sozlash yuqori sport natijalariga erishish uchun asosdir.

Ijobiy natijalar bilan bir qatorda, taqdim etilgan muammolarni hal etishda ma'lum yutuqlarni qo‘lga kiritgan holda, ularni aks ettirish uchun maydon topa olmagan bir qator muammolarni ajratib ko‘rsatish kerak. Birinchidan, yosh basketbolchilarning texnik va taktik harakatlarini shakllantirishda ishonchli texnologik yondashuv ishlab chiqilmagan, shuning uchun “basketbol maktabi” shakllanishining boshlang‘ich bosqichi talablari ko‘pincha bajarilmaydi. Ikkinchidan, o‘yinning asosiy usullarini o‘zlashtirishning hal qiluvchi omillari yetarlicha aniqlanmagan, bu dinamik o‘yin vaziyatlari va o‘rganishning tizimli-mantiqiy sxemalarini loyihalashni sezilarli darajada murakkablashtiradi.

Yuqorida aytilganlar basketbolchilarni tayyorlash jarayonida boshlang‘ich bosqichning yuqori ahamiyati va ushbu bosqich uchun texnik tayyorgarlikning shart-sharoitlari va usullarining etarli darajada ishlab chiqilmaganligi o‘rtasidagi obyektiv qarama-qarshilikni hal qilish dolzarb deb hisoblashga asos beradi.

ADABIYOTLAR TAHLILI

Boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining tafakkuri hissiy-majoziylikdan mavhum-mantiqiygacha rivojlanadi. "Bola shakllar, ranglar, tovushlar, umuman hislar haqida fikr yuritadi", K.D.Ushinskiy maktab ishining boshida bolalar tafakkurining ushbu xususiyatlariga tayanishga chaqirdi. Birinchi bosqich maktabining vazifasi bolaning tafakkurini sifat jihatidan yangi bosqichga ko‘tarish, intellektni sabab-oqibat munosabatlarini tushunish darajasiga ko‘tarishdan iborat. Maktab yoshida L.S. Vygodskiy, bola intellektning nisbatan zaif funksiyasi bilan kiradi (sezgi va xotira funksiyalariga nisbatan ancha yaxshi rivojlangan). Maktabda intellekt odatda boshqa hech qachon rivojlanmagan tarzda rivojlanadi. Bu yerda, ayniqsa, maktab va o‘qituvchining o‘rni katta.

Boshlang‘ich maktab yoshida asab tizimi yaxshilanadi, miyaning katta yarim sharlari funksiyalari intensiv rivojlanadi, korteksning analitik va sintetik funksiyalari kuchayadi. Boshlang‘ich maktab yoshidagi miyaning og‘irligi deyarli kattalar miyasining og‘irligiga etadi va o‘rtacha 1400 grammgacha ko‘tariladi. Bolaning aqli tez rivojlanadi. Qo‘zg‘alish va inhibisyon jarayonlari o‘rtasidagi munosabatlar o‘zgarib bormoqda: inhibisyon jarayoni kuchayadi, lekin qo‘zg‘alish jarayoni hali ham ustunlik qiladi va kichik yoshdagi o‘quvchilar juda qo‘zg‘aluvchan. Sezgilarning aniqligini oshiradi. Maktabgacha yosh bilan solishtirganda rang sezgirligi 45% ga oshadi, qo‘shma-mushak hissiyotlari 50% ga, vizual - 80% ga yaxshilanadi (A.N. Leontiev). Sezgilarning aniqligini oshiradi. Maktabgacha yosh bilan solishtirganda rang sezgirligi 45% ga oshadi, qo‘shma-mushak hissiyotlari 50% ga, vizual - 80% ga yaxshilanadi (A.N. Leontiev). Sezgilarning aniqligini oshiradi. Maktabgacha yosh bilan solishtirganda rang sezgirligi 45% ga oshadi, qo‘shma-mushak hissiyotlari 50% ga, vizual - 80% ga yaxshilanadi (A.N. Leontiev).

TADQIQOT METODOLOGIYASI

Tadqiqot muammolarini hal qilish ilmiy bilishning muayyan usullarini qo‘llash orqali amalga oshirildi. Trener-o‘qituvchi uchun tadqiqot usullari, eng avvalo, ishtirokchilar shaxsining individual psixologik xususiyatlarini o‘rganish usullari sifatida muhimdir. Jismoniy madaniyat nazariyasida bir qator tadqiqot usullari mavjud bo‘lib, ularni tanlash tadqiqotning maqsad va vazifalariga bog‘liq.

O‘rganishni tashkil etish. Tadqiqotni tashkil etish vazifalarni hal qilish mantig‘i bilan belgilandi. Barcha tadqiqot ishlari uch bosqichda qurilgan va o‘tkazilgan.

Birinchi bosqich - qidiruv, uning davomida adabiy manbalar o‘rganildi, ilmiy muammo shakllantirildi va takomillashtirildi, ishchi farazlar shakllantirildi, boshlang‘ich tayyorgarlik guruhi basketbolchilarining texnikasini (hujumda) o‘rgatishning mavjud va istiqbolli usullari. o‘quv mashg‘ulotlari jarayoni tahlil qilindi.

Ikkinchi bosqich - eksperimental (sentyabr-may 2007-2008), bu jarayonda boshlang‘ich tayyorgarlik guruhi basketbolchilarining texnikasini (hujumda) o‘rgatishning asosiy nazariy va uslubiy qoidalari ishlab chiqilgan, pedagogik tajribaning boshlanishi, eksperimental dasturni joriy etish.

Uchinchi bosqich yakuniy (2008 yil aprel-may) bo‘lib, uning natijasida tadqiqot natijalari umumlashtirildi, qayta ishlandi va shakllantirildi, amaliy tavsiyalar ishlab chiqildi.

1 ta tajriba va 1 ta nazorat guruhi tashkil etildi. Har bir guruhda 15 nafar yosh sportchi, 9-11 yoshli o‘g‘il bolalar bor edi. O‘quv mashg‘ulotlari jadvalga muvofiq – haftasiga 3 marta 90 daqiqadan kunduzgi trener – o‘qituvchilar tomonidan o‘tkazildi. Eksperimental guruhning o‘quv va o‘quv mashg‘ulotlari Toshkent shahridagi 4-sonli umumta’lim maktabi bazasida, nazorat guruhining mashg‘ulotlari Toshkent shahridagi 4-sonli maktab sport zali bazasida o‘tkazildi.

Eksperimental guruhda mashg‘ulotlar o‘quv rejasiga muvofiq eksperimental dastur yordamida o‘tkazildi.

Eksperimental dasturning mohiyati shundan iborat ediki, biz boshlang‘ich tayyorgarlik guruhidagi basketbolchilarni texnik tayyorlashga qaratilgan hujum usullarini o‘rgatishning eksperimental metodologiyasini ishlab chiqdik.

Nazorat guruhida mashg‘ulotlar umumiy qabul qilingan metodika bo‘yicha tavsiya etilgan mashqlar to‘plamini hisobga olmagan holda amalga oshirildi.

Dastlabki o‘quv guruhidagi mashg‘ulotlarning tuzilishini tushunish va psixofizik qobiliyatlarni o‘rganish uchun aniqlovchi va shakllantiruvchi pedagogik tajribalar o‘tkazish kerak edi.

Maqsadga muvofiq va tadqiqot vazifalarining o‘ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda ilmiy bilishning quyidagi usullaridan foydalandik: adabiy manbalarni nazariy tahlil qilish va umumlashtirish; nazorat sinovlari (sinovlari) usuli; pedagogik eksperiment; matematik statistika usullari.

Adabiy manbalarni nazariy tahlil qilish va umumlashtirish: Adabiy manbalarning nazariy tahlili boshlang‘ich o‘yinchilarning texnik tayyorgarligidagi kamchiliklarga olib keladigan qarama-qarshiliklarni aniqlashga, mashg‘ulotlarning eng samarali usullarini, vositalarini va usullarini tanlashga imkon berdi. Umuman olganda, bu usul nazariya va amaliyot qoidalarini taqqoslash, o‘rganilayotgan ilmiy muammo bo‘yicha mutaxassislarning bir xil qarashlari va turli nuqtayi nazarlarini aniqlash, tadqiqotning nazariy asoslari, maqsadi va gipotezasini aniqlashtirish imkonini berdi.

Nazorat test usuli (testlar): Yosh basketbolchilarning psixofizik va texnik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan tavsiya etilgan o‘yin vositalari va usullarining samaradorligini aniqlash uchun nazorat testlari usuli qo‘llanildi.

Ushbu usul yosh basketbolchilar uchun zarur bo‘lgan harakat sifatlarining rivojlanish dinamikasini va darajasini aniqlash va baholash imkonini berdi.

Pedagogik eksperiment usuli:Ma'lumki, ilmiy ma'lumotlar va faktlarning ishonchliligi va axborot mazmuni ularni eksperimental sharoitda va ish sharoitida qayta-qayta takrorlash sharti bilan belgilanadi. Pedagogik eksperimentdan biz o‘rganilayotgan hodisalarni batafsil takrorlash uchun foydalandik.

Pedagogik eksperiment o‘ziga xos tadqiqot usullari majmuasi bo‘lib, u tadqiqot boshida asoslab berilgan gipotezaning to‘g‘riligini ilmiy va obyektiv tekshirishni ta'minlash va o‘quv va tarbiya jarayonining samaradorligini baholash imkonini berdi. Eksperiment pedagogik edi, chunki uning asosiy vazifalarini amalga oshirish pedagogika fanida va amaliyotida qo‘llaniladigan usullar, vositalar va usullar yordamida amalga oshirildi.

Pedagogik eksperimentning mazmuni quyidagicha edi:

1. Aniqlash bosqichi: uning maqsadi an’anaviy pedagogik tizimda o‘smirlar sport maktabi va sport to‘garaklarida o‘quv mashg‘ulotlarining holati va natijalarini aniqlash, pedagogik hodisa va faktlar o‘rtasida muntazam bog‘lanish, bog‘liqlik va munosabatlarni o‘rnatish, original pedagogik innovatsiyalarni izlash yo‘nalishi va strategiyasi.

2. Shakllantiruvchi bosqich: uning maqsadi an’anaviy tizimdagi o‘quv ma’lumotlari bilan solishtirganda ta’lim mazmuni, mezonlari, usullari va natijalarini aniqlashdan iborat. Nazorat testi, sub'ektlarning jismoniy potentsialining muhim xususiyatlarini, har bir guruhda uning shakllanishi va rivojlanishining qonuniyatlarini aniqlash, ontogenezning tashqi va ichki stimullarining birligi bo‘yicha uslubiy ko‘rsatmalarga muvofiq qurilgan. Bu ko‘rsatilgan pozitsiyaga mos keladigan testlar va usullardan foydalanishni talab qildi.

Biz foydalanadigan barcha testlar boshqa mualliflar tomonidan bolalar va o‘smirlar uchun umumiy ta'lim va sport maktablari sharoitida ko‘plab tadqiqotlarda sinovdan o‘tgan, ularda instrumental hisoblagichlar mavjud, o‘lchov natijalarini osongina solishtirish mumkin.

Texnik tayyorgarlik test dasturi basketbol o‘ynash texnikasini tavsiflovchi ko‘rsatkichlarni o‘z ichiga oladi.

Tezlikni boshqarish. O‘yinchi oldingi chiziq orqasida, signalga ko‘ra, subyekt chap qo‘li bilan to‘pni birinchi gol yo‘nalishi bo‘yicha (ikki qo‘shni ustun) o‘tkaza boshlaydi, to‘pni o‘ng qo‘liga uzatadi, darvoza ichidan o‘tadi va hokazo. . Oxirgi beshinchi darvozadan o‘tib, o‘yinchi o‘ng qo‘li bilan driblingni va ikki qadamdan (zarba bilan) harakatda otishni amalga oshiradi. Otishdan keyin o‘yinchi to‘pni olib, qarama-qarshi yo‘nalishda harakat qila boshlaydi, shunchaki o‘ng qo‘li bilan driblingni boshlaydi va oxirida oxirgi darvozani engib o‘tib, chap qo‘li bilan ikki qadamda dribling va tashlaydi (urish bilan) ikki qadamdan harakatda. Sinov bir marta amalga oshiriladi va vaqt 0,1 sek aniqlik bilan qayd etiladi.

To‘pni uzatish. O‘yinchi halqaga qarab turadi, orqa taxtaga uzatadi, to‘pni eng yuqori nuqtada olib tashlaydi va chap qo‘li bilan №1 yordamchiga uzatadi va qarama-qarshi halqa tomon harakat qila boshlaydi, to‘pni qaytarib oladi va №2 yordamchiga uzatadi. uning chap qo‘li. №3 yordamchining uzatmasidan so‘ng, o‘yinchi ikki bosqichli halqa uloqtirishni amalga oshirishi kerak (zarba bilan). To‘pni

olgandan so‘ng, o‘yinchi to‘pni o‘ng qo‘li bilan uzatib, qarama-qarshi halqaga bir xil yo‘lni takrorlaydi. Sinov bir marta amalga oshiriladi va vaqt 0,1 sek aniqlik bilan qayd etiladi.

Masofadan zarba beradi. O‘yinchi ko‘rsatilgan 5 nuqtadan 10 ta otishni amalga oshiradi, har bir nuqtadan 2 marta. Xitlar soni aniqlangan.

Matematik statistika usulini tadqiqotimizda qo‘llagan holda, biz uni o‘z-o‘zidan maqsad sifatida emas, balki ta’lim va tarbiyaning obyektiv qonuniyatlarini tushunishning samarali vositalaridan biri sifatida qaradik. Amaldagi matematik formulalar pedagogik jarayonlarning sifat xususiyatlarining konkret ifodasidir. O‘rtacha (M) va vositalarning xatosi (m) hisoblab chiqilgan. Tajribalar davomida olingan ma'lumotlardagi farqlarning ahamiyati t-Student mezoni bilan aniqlandi. Barcha hisob-kitoblar Pentium tipidagi kompyuterda Statgraf dasturi yordamida amalga oshirildi.

Bu ham individual qobiliyatlar, ham nazorat va eksperimental guruhlarning dastlabki mashg‘ulotlarida basketbolchilarga pedagogik ta'sirlarning farqlari bilan izohlanadi.

NATIJALAR VA TAHLILLAR

Basketbol deganda keskin o‘zgaruvchan intensivlikdagi nostandart vaziyatli jismoniy mashqlar tushuniladi. O‘yin davomida harakatlarning intensivligi maksimal yoki o‘rtacha bo‘lishi mumkin va o‘yinning ma’lum daqiqalarida mushaklarning faol faolligi to‘xtatilishi mumkin. Bunday intensivlik o‘zgarishlari doimiy ravishda sodir bo‘ladi, bu o‘zgaruvchan muhit, o‘yin shartlari bilan belgilanadi. Natijada, basketbol o‘ynashda asab jarayonlarining o‘ziga xos dinamik stereotipi shakllanadi, bu tezkor o‘tishni, funksiyalarni bir faoliyat darajasidan ikkinchisiga, yuqoridan pastga va aksincha o‘tishni ta'minlaydi.

Sportni takomillashtirish jarayonida markaziy asab tizimi orqali odamning harakatlarini boshqarish qobiliyati yaxshilanadi, reaksiya tezligi oshadi, analizatorlarning funksiyalari yaxshilanadi.

Basketbolchilarning yaxshi ko‘rish maydoni, chuqur ko‘rish qobiliyati bor, bu ularga maydonda yaxshi harakat qilish imkonini beradi. Dvigatel analizatori rivojlanishning yuqori darajasiga etadi. Yuqori toifadagi sportchilar harakatlarni, harakat vaqtini, paslar va otishlarning aniqligini qadrlashadi.

Basketbolchilarning o‘yin faolligi yuqori kuchlanish bilan ajralib turadi. Pulsning tezligi daqiqada 180-230 urishga yetishi mumkin.

O‘yin davomida kislorod iste'moli darajasi maksimaldan 72,3-96,6% oralig‘ida. Bunda nafas olish tezligi daqiqada 50-60 nafas sikliga, daqiqali nafas olish hajmi esa 120-150 litrga yetadi. Shunday qilib, o‘yinlarda ishtirok etish basketbolchilarning nafas olish qobiliyatiga yuqori talablarni qo‘yadi. Shu bilan birga, basketbol o‘ynashda sezilarli kislorod qarzi hosil bo‘lib, u 4-8 litrga etadi. Bu anaerob (kislorod etishmasligi) jarayonlar uchun muhim talabni ko‘rsatadi. Bir o‘yinda basketbolchilarning energiya iste'moli 900-1200 kkal.

Basketbolchi faoliyatining o‘zgaruvchanligi o‘yin davomida funksiyaning sezilarli tebranishlarini tushuntiradi. Shunday qilib, yaxshi tayyorlangan o‘yinchilarda, bir daqiqalik dam olish pauzalarida yurak urish tezligi dastlabki ma'lumotlarga yaqinlashishi mumkin. Shu bilan birga, ular o‘yin davomida yaxshi tiklanish reaksiyasiga ega.

Kichik maktab yoshi - yangi harakatlarni o‘rganish uchun juda qulay davr. Insonning butun umri davomida egallagan jami motorli ko‘nikmalarning taxminan 90% 6 yoshdan 12 yoshgacha o‘zlashtiriladi. Shuning uchun ko‘p sonli yangi xilma-xil harakatlarni o‘rganish bu yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi mazmunining asosiy talabidir. Bu davrda qancha turli harakatlar o‘zlashtirilsa, kelajakda murakkab texnik elementlar shunchalik yaxshi o‘zlashtiriladi.

XULOSA

1. O‘yin texnikasini o‘rganish o‘yinda eng ko‘p uchraydigan usullardan boshlanadi. Bular maydon atrofidagi harakatlar, keyin hujumda o‘ynash texnikasi va himoya elementlarini o‘rganish asta-sekin kiritiladi.

2. Dastlabki sport mashg‘ulotlari bosqichidagi asosiy vazifalar tarbiyalanuvchilarning har tomonlama jismoniy tayyorgarligini, ratsional sport anjomlarini o‘zlashtirishlarini ta’minlashdan iborat.

Basketbol bo‘yicha yosh sportchilarni tayyorlashning dastlabki bosqichida ikkita asosiy maqsad ko‘zda tutilgan: boshlang‘ich maktab yoshidagi bolalarni jismoniy tarbiyaning samarali vositasi sifatida basketbol bilan tanishtirish va o‘smirlar sport maktabining ixtisoslashtirilgan bo‘limlariga jalb qilinadigan iqtidorli bolalarni tanlab olish.

3. Boshlang‘ich maktab yoshidagi bolalarga basketbol o‘rgatishning boshlang‘ich bosqichi bir-birini to‘ldiradigan ikki tomonni - ta'lim va tarbiyani o‘z ichiga olgan pedagogik jarayondir. Bundan tashqari, boshlang‘ich maktab yoshidagi bolalar bilan ishlashda ta'lim muhim ahamiyatga ega.

Eksperimental guruhda mashg‘ulotlar eksperimental dastur yordamida modernizatsiya qilingan o‘quv rejasi bo‘yicha olib borildi. Eksperimental dasturning mohiyati shundan iborat ediki, yosh basketbolchilarni texnik jihatdan tayyorlashga qaratilgan hujumda o‘ynashning texnik usullarini

o‘rgatishning eksperimental metodikasi ishlab chiqildi. Nazorat guruhida mashg‘ulotlar umumiy qabul qilingan metodika bo‘yicha tavsiya etilgan mashqlar to‘plamini hisobga olmagan holda amalga oshirildi.

4. Shakllantiruvchi pedagogik eksperiment davomida nazorat va eksperimental guruhlardagi yosh basketbolchilarning jismoniy va texnik tayyorgarligida sezilarli o‘zgarishlar qayd etildi.

Formativ eksperiment shuni ko‘rsatdiki, ko‘plab ko‘rsatkichlar bo‘yicha eksperimental va nazorat guruhlari o‘rtasida sezilarli farqlar topilgan. Jismoniy tayyorgarlikni tavsiflovchi testlar ikkita ko‘rsatkichda sezilarli darajada yaxshilandi - 40 sek (m) yugurish va Abalakovga ko‘ra sakrash (P <0,05); texnik tayyorgarlikni tavsiflovchi testlar uchta ko‘rsatkich bo‘yicha ishonchli natijalarga ega - yuqori tezlikda dribling (P < 0,05), to‘p uzatish (P < 0,05), masofadan otish (P < 0,05).

Guruhlar ichida ham sezilarli farqlar mavjud. Nazorat guruhidagi jismoniy tarbiya blokida 2 ta testda sezilarli o‘zgarishlar aniqlandi: tik turgan holda uzunlikka sakrash va Abalakov sakrash (P< 0,05 ÷ 0,01), eksperimental guruhda 4 ta testda (P< 0,05 ÷ 0, 01). Texnik tayyorgarlik blokida bitta testda sezilarli farqlar topildi: masofadan otish (P <0,05).

Bu ham individual qobiliyatlar, ham nazorat va eksperimental guruhlarning dastlabki mashg‘ulotlarida basketbolchilarga pedagogik ta'sirlarning farqlari bilan izohlanadi.

5. Yosh basketbolchilarning harakat texnikasini o‘rgatishning eksperimental metodikasidan foydalanish asosida tuzilgan o‘quv-mashq dasturi yosh basketbolchilarni tayyorlashning jismoniy va texnik tarkibiy qismlariga ijobiy ta'sir ko‘rsatdi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. Abalakov, V.M. Sport jihozlarini o‘rganish uchun yangi jihozlar.- M .: FiS, 1960. - 89 b.(Abalakov, V.M. New equipment for the study of sports equipment.- M .: FiS, 1960. - 89 p.)

2. Talabalar organizmining o‘quv va jismoniy yuklarga moslashishi / Ed. A.G. Xripkova, M.V. Antropova. - M .: Pedagogika, 1982. -240-yillar.(Adaptation of the student body to educational and physical loads / Ed. A.G. Khripkova, M.V. Anthropova. - M .: Pedagogy, 1982. - 240s.)

3. Ananiev B.G., Dvoryashina M.D. Shaxsning individual rivojlanishi va idrokning doimiyligi - M.: Ta'lim, 1968. - B. 58-97.(Ananiev B.G., Dvoryashina M.D. Individual development of personality and constancy of perception-M.: Education, 1968. - B. 58-97)

4. Annenkov V.N. 8-11 yoshli yosh basketbolchilarni texnik-taktik tayyorlash vositalari va usullari: Dissertatsiya avtoreferati. dis. …sharh. ped. Fanlar. - Sankt-Peterburg, 1993. - 24 p.(Annenkov V.N. 8-11 yoshli yosh basketbolchilarni texnik-taktik tayyorlash vositalari va usullari: Dissertatsiya avtoreferati. dis. …sharh. ped. Fanlar. - Sankt-Peterburg, 1993. - 24 p.)

5. Aniskina S.N. Basketbol o`ynash texnikasini o`rgatish metodikasi. – M., 1991 yil. (Aniskina S.N. Methodology for teaching the technique of playing basketball. – M., 1991.)

6. Arsak K. Dasturlash o‘yinlari va boshqotirmalari. – M.: Nauka, 1990 – 224 b. (Arsak K. Programming games and puzzles. – M.: Nauga, 1990-224 p.)

7. Balsevich V.K. , Zaporozhanov V.A. Insonning jismoniy faoliyati. - Kiev: Sog'liqni saqlash, 1987. - P.124-147. (Balsevich V.K. , Zaporozhanov V.A. Physical activity of a person. - Kiev: health, 1987. - P.124-147.)

8. Balsevich V.K. Inson ontokinesiologiyasi.. - M.: Jismoniy madaniyat nazariyasi va amaliyoti, 2000. - 275 b. (Balsevich V.K. Human ontokinesiology.. - M.: Theory and practice of Physical Culture, 2000. - 275 p.)

9. Basketbol: Bolalar va o‘smirlar sport maktablari, ixtisoslashtirilgan bolalar va o‘smirlar olimpiya zaxiralari sport maktablari uchun namunali sport mashg'ulotlari dasturi. - M., 1984. - 154 b. (Basketball: exemplary sports training program for children's and youth sports schools, specialized children's and Youth Olympic Reserve sports schools. - M., 1984. - 154 p.)

10. Bernshteyn N.A. Harakatlarni qurish bo‘yicha. M.: Medgiz, 1947. -255b. (Bernstein N.A. On the construction of movements. M.: Medgiz, 1947. -255p.)