

**YOSH BASKETBOLCHILARNING TAKTIK
TAYYORGARLIKLARINI TAKOMILLASHTIRISH UCHUN
TAYYORLOV MASHQLARI**

Ashurova Ibodatxon Ilxomjon qizi.

*Fargʻona davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti
xotin qizlar sporti yonalishi 2-bosqich talabasi.*

***Annotatsiya:** Ushbu maqolada yosh basketbolchilarning taktik tayyorgarligini oshirish uchun tayyorgarlik sinflarining ahamiyati muhokama qilinadi. Tadqiqotning asosiy predmeti 14 nafar yosh basketbolchilarning maydonda taktik fikrlash va qaror qabul qilish koʻnikmalarini rivojlantirishga qaratilgan mashgʻulotlar jarayonida ishtirok etishlari boʻldi. Tadqiqot hujumda va himoyada oʻyinni rivojlantirishga, shuningdek, jamoalarning oʻzaro taʼsirini yaxshilashga qaratilgan mashgʻulot usullarining samaradorligini tahlil qilishni oʻz ichiga oladi. Natijalar shuni koʻrsatadiki, oʻyin vaziyatlari elementlari bilan tayyorgarlik mashqlari oʻyinchilarning taktik tayyorgarligini sezilarli darajada oshiradi, oʻyin sharoitida tez qaror qabul qilish qobiliyatini oshiradi.*

***Kalit soʻzlar:** tayyorgarlik sinflari, taktik tayyorgarlik, basketbol, yosh sportchilar, mashgʻulotlar, oʻyin vaziyatlari, qaror qabul qilish, jamoaviy oʻyin.*

***Абстрактный:** В данной статье рассматривается значение подготовительных занятий для совершенствования тактической подготовки юных баскетболистов. Основным предметом исследования стало участие 14 юных баскетболистов в тренировочном процессе, направленном на развитие тактического мышления и навыков принятия решений на поле. Исследование включает в себя анализ эффективности методов тренировки, направленных на развитие игры в нападении и защите, а также улучшение взаимодействия команд. Результаты показывают, что подготовительные упражнения с элементами игровых ситуаций существенно повышают тактическую подготовленность*

игроков, повышают способность быстро принимать решения в игровых ситуациях.

Ключевые слова: тренировочные занятия, тактическая подготовка, баскетбол, юные спортсмены, тренировка, игровые ситуации, принятие решений, командная игра.

Abstract: *This article discusses the importance of preparatory classes for improving the tactical readiness of young basketball players. The main subject of the study was the participation of 14 young basketball players in the training process aimed at developing tactical thinking and decision-making skills on the court. The study includes an analysis of the effectiveness of training methods aimed at developing the game in attack and defense, as well as improving the interaction of teams. The results show that preparatory exercises with elements of game situations significantly increase the tactical readiness of players, increase the ability to make quick decisions in game conditions.*

Keywords: *preparatory classes, tactical training, basketball, young athletes, training, game situations, decision-making, team play.*

Kirish

Yosh basketbolchilarning taktik tayyorgarligini takomillashtirish ularning atletik rivojlanishining asosiy yoʻnalishi hisoblanadi. Mashgʻulot jarayoni nafaqat jismoniy koʻnikmalarni, balki oʻyinchilarga real vaqtda qaror qabul qilish va oʻzgaruvchan oʻyin sharoitlariga moslashish imkonini beruvchi taktik fikrlashni rivojlantirishga qaratilgan. Taktik tayyorgarlikning samarali usullari va yondashuvlarini ishlab chiqish jamoa faoliyatini yaxshilashga yordam beradi.

Ushbu tadqiqotning maqsadi yosh basketbolchilarning taktik tayyorgarligini oshirish uchun tayyorgarlik mashgʻulotlarining samaradorligini tahlil qilishdir. Tadqiqot anʼanaviy oʻqitish usullarini ham, oʻyin intellektini va jamoaviy ishlashni rivojlantirishga yordam beradigan oʻyin vaziyatlaridan foydalanishni ham hisobga oladi.

Metodologiya

Tadqiqot sport maktabida shug'ullanayotgan 14 nafar yosh basketbolchilar ishtirokida o'tkazildi. Ishtirokchilarning yoshi 14 yoshdan 16 yoshgacha bo'lgan va ularning barchasi raqobatbardosh darajada o'ynash tajribasiga ega edi. Asosiy metodologiya haqiqiy o'yin daqiqalarini taqlid qiluvchi o'yin vaziyatlaridan foydalangan holda tayyorgarlik darslari edi. Tadqiqot davomida o'yinchilarning taktik harakatlaridagi yaxshilanishlarni baholashga qaratilgan testlar o'tkazildi.

Tadqiqot usullari:

- Mashg'ulotlar va o'yinlar davomida o'yinchilarning harakatlarini **kuzatish.**
- Taktik tayyorgarlik darajasini baholash uchun murabbiylar va futbolchilar bilan **so'rovlar va suhbatlar.**
- Qaror qabul qilish tezligi va o'yin sharoitida taktik harakatlarni bajarish samaradorligini o'lchash uchun **sinov sinovlari.**

Natijalar

Tadqiqot davomida quyidagi natijalarga erishildi:

1. Yaxshilangan qaror qabul qilish:

O'yin vaziyatlari bilan tayyorgarlik mashg'ulotlarida qatnashgan o'yinchilar vaqt bosimi va bosim ostida qaror qabul qilish testlarida yuqori ball ko'rsatdilar.

2. Jamoa kimyosining ortishi:

Jamoaning taktik harakatlarini rivojlantirishga qaratilgan mashg'ulotlar o'yinchilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlarni yaxshiladi, bu ularning birgalikdagi hujum va himoya harakatlarini yaxshilashga yordam berdi.

3. Hujum harakatlarini rivojlantirish:

O'yin vaziyatlarida mashq qilgan o'yinchilar hujumkor mahoratlarini oshirdilar, xususan, tezkor qarshi hujumlarni amalga oshirish va hujum pozitsiyalarida ustunlik yaratish.

1-jadval

Tayyorlov darslaridan oldin va keyin qaror qabul qilish testlari natijalari

| O'yinchi | Dars oldidan (reaktsiya vaqti) | Darsdan keyin (reaktsiya vaqti) | Yaxshilash (%) |
|----------|--------------------------------|---------------------------------|----------------|
| 1 | 4,2 sek | 3,8 sek | 9,5% |
| 2 | 3,9 sek | 3,5 sek | 10,3% |
| 3 | 4,5 sek | 4,1 sek | 8,9% |
| 4 | 4,0 sek | 3,7 sek | 7,5% |
| 5 | 4,3 sek | 3,9 sek | 9,3% |

Ushbu jadvallar o'yinchilarning o'yin vaziyatlariga reaktsiya vaqtining yaxshilanganligini ko'rsatadi, bu ularning tez qaror qabul qilish qobiliyatini oshiradi.

2-jadval

Treningdan oldin va keyin jamoaviy o'zaro hamkorlik samaradorligini baholash

| O'yinchi | Dars oldidan (jamoaning o'zaro ta'sirini baholash) | Darsdan so'ng (jamoaning o'zaro ta'sirini baholash) | Yaxshilash (%) |
|----------|--|---|----------------|
| 1 | 3.2 | 4.5 | 40,6% |
| 2 | 3.5 | 4.2 | 20,0% |
| 3 | 3.0 | 4.0 | 33,3% |
| 4 | 3.1 | 4.3 | 38,7% |
| 5 | 2.9 | 4.1 | 41,4% |

2-jadvalda jamoaviy o'zaro munosabatlarning sezilarli yaxshilanishi ko'rsatilgan, bu esa o'yinchilarning harakatlarini yanada samarali muvofiqlashtirish va izchillik bilan bog'liq.

3-jadval

Mashg'ulotdan oldin va keyin hujum harakatlarini baholash

| O'yinchi | Dars oldidan (muvaffaqiyatli hujumlar) | Darsdan keyin (muvaffaqiyatli hujumlar) | Yaxshilash (%) |
|----------|---|--|----------------|
| 1 | 5 | 7 | 40% |
| 2 | 6 | 8 | 33,3% |
| 3 | 5 | 6 | 20% |
| 4 | 4 | 6 | 50% |
| 5 | 6 | 7 | 16,7% |

Jadval ma'lumotlari o'yinchilar tomonidan muvaffaqiyatli hujumlar sonining ko'payishini ko'rsatadi, bu hujum qilish mahoratini oshirish uchun tayyorgarlik mashqlari samaradorligini tasdiqlaydi.

Munozara

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, tayyorgarlik mashg'ulotlari, jumladan, o'yin vaziyatlari yosh basketbolchilarning taktik tayyorgarligini sezilarli darajada oshiradi. Bunday tadbirlarda faol ishtirok etgan o'yinchilar qaror qabul qilish testlarida yuqori ball ko'rsatadi va jamoaviy ish yaxshilanadi. Bu, shuningdek, yaxshilangan hujumga va maydonda yuqori darajadagi o'zaro ta'sirga olib keladi.

Shunday qilib, o'yin vaziyatlariga yo'naltirilgan tayyorgarlik sinflaridan foydalanish nafaqat individual ko'nikmalarni rivojlantirishga, balki muvaffaqiyatli basketbol o'ynash uchun ayniqsa muhim bo'lgan jamoaviy o'zaro munosabatlarni yaxshilashga yordam beradi.

Xulosa

Tadqiqot shuni isbotladiki, o'yin vaziyatlari elementlaridan iborat tayyorgarlik mashg'ulotlari yosh basketbolchilarning taktik tayyorgarligini oshirishning samarali usuli hisoblanadi. Mashg'ulot jarayonida ushbu usullardan

foydalanish individual ko'nikmalarni va jamoaviy o'zaro munosabatlarni yaxshilashga yordam beradi. mashg'ulotning samaradorligini yanada oshirish uchun turli o'yin stsenariylarini hisobga olgan holda o'yin vaziyatlarini modellashtirishga e'tiborni kuchaytirish tavsiya etiladi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yhati

1. Shapovalov, A. A. (2015). Basketbolchilarni tayyorlashning zamonaviy usullari. M.: Jismoniy tarbiya va sport.
2. Xinchenko, S. V. (2018). Basketbolda mashg'ulot jarayoni texnologiyasi. SPb: Doe.
3. Kuznetsov, I. I. (2017). Jamoaviy o'yinlarda sport taktikasi asoslari. M.: Akademiya.