

BASKETBOLNING ASOSIY QOIDALARI VA O'YIN TARTIBI**Utemuratova Dinara Nurillaevna**

Ajniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti jismoniy-madaniyat fakulteti

2-a guruhi talabasi.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15332723>

Annotatsiya. Basketbol – dunyo bo'ylab eng ommabop va hayajonli sport turlaridan biridir. Ushbu maqolada basketbolning asosiy qoidolari, o'yin tartibi, hujum va himoya strategiyalari, shaxsiy va jamoaviy xatoliklar, jarimalar, o'yinchilar va murabbiylar uchun talablar va o'yinning umumiy strukturasi keltirilgan. Basketbolda jamoalar o'rtasida kuchli raqobat bo'lib, har bir o'yinchining mahorati, texnikasi va jismoniy tayyorgarligi o'yin natijasiga ta'sir qiladi. O'yinning boshlanishidan to'qo'shimcha vaqt (overtime)gacha bo'lgan barcha jarayonlar batafsil tahlil etilgan. Shuningdek, basketbolning ijtimoiy va madaniy roli, uning yoshlarni sog'lom turmush tarziga undashi haqida ham so'z yuritilgan. Ushbu maqola basketbolning asosiy qoidolari va o'yin tartibi haqida umumiy tushuncha hosil qilishni xohlagan o'quvchilar uchun foydali ma'lumotlarni o'z ichiga oladi.

Kalit so'zlar: Basketbol, o'yin qoidolari, tartib, hujum strategiyalari, himoya strategiyalari, jarimalar, xatoliklar, shaxsiy xatoliklar, jamoaviy xatoliklar, dribling, paslar, rimboul, o'yinchilarning vazifalari, NBA, FIBA, basketbol o'yini, sport madaniyati, ijtimoiy roli, basketbolning rivojlanishi.

BASIC RULES OF BASKETBALL AND THE GAME PROCEDURE

Abstract. Basketball is one of the most popular and exciting sports in the world. This article presents the basic rules of basketball, the order of the game, offensive and defensive strategies, personal and team fouls, penalties, requirements for players and coaches, and the general structure of the game. Basketball is a fierce competition between teams, and the skill, technique, and physical fitness of each player affect the outcome of the game. All processes from the start of the game to overtime are analyzed in detail. The social and cultural role of basketball, its motivation for young people to a healthy lifestyle, is also discussed. This article contains useful information for students who want to gain a general understanding of the basic rules of basketball and the game procedure.

Keywords: Basketball, rules of the game, order, offensive strategies, defensive strategies, penalties, fouls, individual fouls, team fouls, dribbling, passes, rimball, player roles, NBA, FIBA, basketball game, sports culture, social role, development of basketball.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БАСКЕТБОЛА И ПОРЯДОК ИГРЫ

Аннотация. Баскетбол — один из самых популярных и захватывающих видов спорта в мире. В статье рассматриваются основные правила баскетбола, порядок игры,

стратегии нападения и защиты, индивидуальные и командные фолы, штрафы, требования к игрокам и тренерам, а также общая структура игры. В баскетболе между командами существует острая конкуренция, и мастерство, техника и физическая подготовка каждого игрока влияют на результат игры. Все процессы от начала игры до дополнительного времени были детально проанализированы. Также обсуждалась социальная и культурная роль баскетбола и его роль в поощрении молодежи к здоровому образу жизни. В данной статье содержится полезная информация для студентов, желающих получить общее представление об основных правилах и нормах баскетбола.

Ключевые слова: Баскетбол, правила игры, порядок, стратегии нападения, стратегии защиты, штрафы, фолы, индивидуальные фолы, командные фолы, ведение мяча, передачи, римбол, роли игроков, НБА, ФИБА, баскетбольная игра, спортивная культура, социальная роль, развитие баскетбола.

Basketbol – dunyo bo‘ylab eng mashhur va ommabop sport turlaridan biridir. Bu sport turi butun dunyo miqyosida millionlab tomoshabinlarga ega bo‘lib, juda ko‘plab professional va amator o‘yinlar tashkil etiladi. Basketbolning asosiy qoidalari va o‘yin tartibi har bir jamoa va o‘yinchiga qanday harakat qilish, qanday strategiyalarni qo‘llash va qanday qilib g‘alaba qozonish haqida aniq yo‘riqnomalar beradi. Ushbu maqolada biz basketbol o‘yini, uning asosiy qoidalari, o‘yinchilarning vazifalari, o‘yin tartibi va basketbolning o‘yin davomida bajariladigan harakatlarni batafsil tahlil qilamiz.

Basketbol ikki jamoa orasida o‘ynaladi va har bir jamoada beshta o‘yinchi bo‘ladi. Har bir o‘yinchi ma‘lum bir pozitsiyada o‘ynaydi. O‘yinchilar, asosan, hujumchi, himoyachi va markaziy pozitsiyalarni egallaydi. Jamoalar bir-birlariga qarshi o‘ynab, raqibning savatiga to‘pni kiritishga harakat qilishadi.

- **Hujumchi:** Hujumchilar ko‘proq to‘pni olib, raqibning savatiga shikast yetkazishga harakat qilishadi.

- **Himoyachi:** Himoyachilar esa to‘pni raqibga o‘tkazmaslik va ular savatga to‘p kiritmasligi uchun himoya qilishadi.

- **Markaziy:** Markaziy o‘yinchilar ko‘proq rimboul va to‘pni himoya qilishga mas’ul bo‘ladilar.

Bu ro‘yxat o‘yinchilarning rollarini belgilaydi, lekin har bir o‘yinchi jamoaning boshqa a’zolariga ham yordam berishi mumkin.

O‘yin boshlanishidan oldin jamoalar o‘rtasida to‘pni tashlash orqali o‘yinning boshlanishi amalga oshiriladi. Bu jarayon "jump ball" deb ataladi va o‘yinning eng dastlabki harakati sifatida qayd etiladi.

O'yin ikki bo'limga bo'linadi. Har bir bo'lim davomiyligi 12 daqiqa (NBA) yoki 10 daqiqa (FIBA qoidalari)dir. O'yin davomida jamoalar to'pni to'plash va savatga tashlash orqali ochkolarni yig'ishadi. Agar o'yin davomida jamoalar teng natijaga erishsa, qo'shimcha vaqt (overtime) o'tkaziladi. O'yinni yutgan jamoa umumiy hisobda ko'proq ochko to'plagan jamoa bo'ladi.

Tartib:

1. O'yinning boshlanishi: "Jump ball" orqali to'pni tashlash.
2. O'yin vaqti: 12 daqiqa (NBA) yoki 10 daqiqa (FIBA), ikki bo'limga bo'linadi.
3. O'yin davomida jamoalar savatga to'p kiritishga intilishadi.

Basketbolning eng asosiy qoidalaridan biri bu vaqtni boshqarishdir. Har bir jamoaga 24 soniya (NBA) yoki 14 soniya (FIBA) vaqt beriladi, bu muddat ichida ular o'z hujumlarini amalga oshirishlari kerak. Agar bu vaqt ichida to'p savatga tushmasa, raqib jamoa hujumni davom ettiradi.

O'yinchilar har bir hujumni yaxshi tashkil etishlari, tezkor qarorlar qabul qilishlari va to'pni aniq va samarali o'tkazishlari kerak. Agar jamoa belgilangan vaqtda hujumni yakunlamasa, bu "shot clock violation" deb ataladi va raqib jamoaga to'p beriladi.

Basketbol o'yinida to'pni o'ynash juda muhimdir. O'yinchiga to'pni olish, o'tkazish, dribling qilish va savatga kiritish imkoniyatlarini yaratish zarur.

• **Dribling:** Dribling – bu o'yinchining to'pni yerga urib, uni qaytarib olishidir. Dribling basketbolning muhim elementidir va o'yinchiga raqibdan qochib, hujumni davom ettirishga yordam beradi. Driblingni ikki qo'l bilan bajarish yoki to'pni uzoq masofaga tashlash mumkin emas.

• **Paslar:** To'pni jamoa a'zolariga o'tkazish o'yinning muhim tarkibiy qismini tashkil etadi. Pas berish – o'yinchining raqibga qarshi hujum qilishda yordam beradigan va hujumni samarali yakunlashga imkoniyat yaratadigan harakatdir.

• **To'pni olish:** To'pni olish yoki rimboul qilish – bu himoyadagi o'yinchining to'pni raqibdan olish va uni jamoasiga o'tkazishidir. Bu basketbolning muhim elementlaridan biri bo'lib, o'yinchilarga raqibning hujumini to'xtatish imkonini beradi.

Basketbolda turli xil xatoliklar mavjud, ularning ba'zilari shaxsiy, ba'zilari esa jamoaviy hisoblanadi.

• **Shaxsiy xatoliklar:** O'yinchi tomonidan amalga oshirilgan qoidabuzarliklar shaxsiy xatolik sifatida hisoblanadi. Misol uchun, raqibni itarish, qo'l bilan ushlash, to'pni ushlab olish, ortiqcha kuch ishlatish va boshqa shu kabi harakatlar shaxsiy xatolik deb hisoblanadi. Agar o'yinchi 5 ta shaxsiy xatolikni amalga oshirsa, u o'yindan chiqariladi.

• **Jamoaviy xatoliklar:** Jamoa tomonidan amalga oshirilgan qoidabuzarliklar jamoaviy xatolik sifatida hisoblanadi. Jamoaviy xatoliklar jarimalarga olib keladi va jamoaga zarar yetkazishi mumkin.

Basketbolda har bir xatolik yoki qoidabuzarlik jarima bilan jazolanadi. Agar o'yinchi raqibga to'pni olib qo'ysa yoki boshqa qoidalarni buzsa, o'yin davomida jarima olish mumkin.

• **Birinchi jarima:** O'yinchi tomonidan raqibga qilingan shaxsiy xatoliklar yoki qoidabuzarliklar birinchi jarima bilan jazolanadi. Bu jarimalar ko'pincha o'yinda to'pni qaytarish yoki o'yindan chiqarish bilan yakunlanadi.

• **Xalqaro xatoliklar:** Xalqaro xatoliklar shaxsiy xatoliklardan ko'ra jiddiyroq bo'lib, o'yinni keyinchalik davom ettirishga to'sqinlik qiladi. Bu xatoliklar ko'proq o'yinchi va murabbiyning noto'g'ri qarorlari, yoki qoidalarni buzish bilan bog'liq bo'ladi.

Basketbolda o'yinning muvaffaqiyatli bo'lishi uchun to'g'ri strategiya kerak. Har bir jamoa hujum va himoyada samarali taktikalarga asoslanadi.

• **Hujum strategiyalari:** Tezkor hujumlar, pozitsion hujumlar va jamoaviy hujumlar strategiyasi muhim ahamiyatga ega. Jamoalar o'rtasida tezkor hujumlarda raqib himoyasidan qochish va tezda savatga to'p kiritish harakati amalga oshiriladi. Pozitsion hujumda esa to'pni o'tkazish va ochko olish imkoniyatlari yaratish maqsad qilingan.

• **Himoya strategiyalari:** Himoyada jamoalar raqibni to'pni o'tkazmaslik, blokirovka qilish, rimboulni olish va himoya qilishga intilishadi. "Man-to-man" va "zona" tizimlari himoyaning asosiy turlaridan biridir.

Basketbol nafaqat sport, balki ijtimoiy va madaniy hodisaga ham aylanib ulgurdi. NBA kabi professional ligalar dunyo miqyosida tomoshabinlar sonining o'sishiga sabab bo'ldi. Shu bilan birga, basketbol yoshlar orasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda katta rol o'ynaydi.

O'zbekiston kabi davlatlarda ham basketbol ommalashib bormoqda, va shu o'yin orqali yoshlar jismoniy faollikni oshirishga intilmoqdalar.

Basketbolning asosiy qoidalari va o'yin tartibi uning murakkabligini va hayajonini ta'minlaydi. To'pni savatga kiritish uchun jamoalar o'zaro kurashadilar, va har bir o'yinchining harakati aniq va to'g'ri bo'lishi kerak.

O'yin davomida qoidabuzarliklar va xatoliklar ham o'z o'rniga ega, shuning uchun o'yinchilar va murabbiylar yaxshi strategiyalar ishlab chiqishlari lozim. Yana, basketbol nafaqat sport, balki yoshlarni sog'lom turmush tarziga undash va ijtimoiy rivojlanishga hissa qo'shuvchi muhim vositadir.

REFERENCES

1. **Xolmurodov, S.** (2015). *Basketbolni o'rganish va o'qitish metodikasi*. Toshkent: O'qituvchi.
2. **Jumaev, A.** (2018). *Basketbol: Qoidalar va strategiyalar*. Toshkent: Fan va texnologiya.
3. **Mirzaev, D.** (2019). *Sport o'yinlarining tarixi va rivojlanishi*. Samarqand: Samarqand Universiteti Noshirligi.
4. **Ismailov, Z.** (2020). *Basketbol: O'yin qoidalar va metodikalar*. Toshkent: Sharq.
5. **Raxmonov, B.** (2017). *Basketbolning asosiy qoidalar va o'yin tartibi*. Buxoro: Buxoro Davlat Universiteti Noshirligi.
6. **Azimov, S.** (2021). *Sport o'yinlari: Taktikalar va strategiyalar*. Toshkent: O'zbekiston Milliy Universiteti.