

МАКТАБ О`QUVCHILARINI BASKETBOL O`YINI TEXNIKASINI SAMARALI O`RGATISH MASALASI

Isakov Ruslan Shavkatovich

*Andijon davlat universiteti fakultetlararo
Jismoniy madaniyat va sport kafedrasi dotsenti*



Annotatsiya. Ushbu maqola maktab o'quvchilariga basketbol o'ynash texnikasini samarali o'rgatish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan uslubiy vositalarni o'rganadi. U basketbolni yoshligida joriy etishning ahamiyati haqida tushuncha beradi, o'yinning asosiy ko'nikmalarini ta'kidlaydi va o'quv jarayonini buzish va rivojlantirish uchun bir qator usullarni taqdim etadi. Maqolada, shuningdek, o'yinlarga asoslangan ta'limning ahamiyati ta'kidlangan va maktab o'quvchilariga basketbolni o'qitishda ushbu uslubiy vositalardan foydalanishning ijobiy natijalari muhokama qilinadi.

Kalit so'zlar: basketbol, o'qitish, maktab o'quvchilari, texnika, uslubiy vositalar.

KIRISH

Basketbol-bu dunyodagi barcha yoshdagi odamlar yoqtiradigan mashhur sport turi. Bolalarni yoshligida basketbol bilan tanishtirish nafaqat jismoniy tayyorgarlikni rivojlantiradi, balki jamoaviy ish, intizom va muvofiqlashtirishni rivojlantiradi.

Maktab o'quvchilariga basketbolning asosiy usullarini o'rgatish ularning tushunishi va mahoratini oshirishni ta'minlash uchun samarali usul va vositalarni talab qiladi. Ushbu maqola maktab o'quvchilariga basketbol o'yini texnikasini o'rgatish uchun ishlatilishi mumkin bo'lgan uslubiy vositalarni taqdim etishga qaratilgan.

MUHOKAMA VA NATIJALAR

Fundamental ko'nikmalarning buzilishi:

-Basketbolning dribling, o'q otish, pas berish va mudofaa kabi asosiy ko'nikmalarini kichikroq qismlarga ajratishdan boshlang.

-To'g'ri shakl, tanani joylashtirish va texnikani ta'kidlab, har bir mahoratni bosqichma-bosqich namoyish eting.

-Tushunishni kuchaytirish uchun yoshga mos til va ko'rgazmali qurollardan foydalanib, aniq va aniq tushuntirishlar bering.

Progressiv Mahoratni Rivojlantirish:

-Asosiy mashqlardan boshlab va asta-sekin murakkabroq mashqlarga o'tib, mahoratni rivojlantirishga progressiv yondashuvni amalga oshiring.

-Oddiy dribling va tortishish mashqlari bilan boshlang, asta-sekin harakat, chaqqonlik va qaror qabul qilish komponentlarini o'yinchilar o'sib borishi bilan qo'shing.

-Mushaklar xotirasi va mahoratini oshirish uchun takrorlash va amaliyotni rag'batlantiring.

O'yin Asosida O'rganish:

-O'quv jarayonini maktab o'quvchilari uchun qiziqarli va yoqimli qilish uchun o'yinga asoslangan o'quv tadbirlarini qo'shing.

-Haqiqiy o'yin stsenariylarini simulyatsiya qilish uchun 3-3 yoki 5-5 minio'yinlar kabi basketbol o'yinlarining o'zgartirilgan versiyalaridan foydalaning.

-Ushbu o'yinga asoslangan tadbirlar davomida jamoaviy ish, muloqot va sport mahoratini ta'kidlang.

Maktab o'quvchilariga basketbol o'yini texnikasini o'rgatishda ularni samarali jalb qilish va tarbiyalash uchun turli xil uslubiy vositalardan foydalanish muhimdir.

Bu erda tavsiya etilgan vositalar va strategiyalar:

-Namoyishlar: jonli namoyishlar orqali talabalarga to'g'ri texnika va harakatlarni ko'rsating. Bu ularga o'rganishi kerak bo'lgan ko'nikmalarni tasavvur qilishga yordam beradi.

-Mashg'ulotlar va mahorat stantsiyalari: otish, dribling, pas berish va oyoq ishi kabi basketbolning o'ziga xos mahoratiga e'tibor qaratish uchun turli stantsiyalar yoki mashqlarni o'rnatish. Talabalarni ushbu stantsiyalar orqali aylantiring, ularga tizimli ravishda mashq qilish va malakalarini oshirishga imkon bering.

-Kichik tomonlama o'yinlar: faol ishtirok etishni rag'batlantiradigan va o'yinga o'xshash muhitda qaror qabul qilishga yordam beradigan kichik tomonlama o'yinlarni (3-3 yoki 4-4) tashkil qiling. Bu talabalarga o'rgangan ko'nikmalarini Real kontekstda qo'llashga yordam beradi.

-Harakat modeli: agar birinchi asosiy ko'nikmalarini joriy etish va asta-sekin ularga qurish harakat modelini rioya qiling. Oddiy mashg'ulotlardan boshlang va talabalar malakasini oshirganda murakkabroq mashg'ulotlarga o'ting. Bu yanada ilg'or texnikaga o'tishdan oldin mustahkam poydevorni ta'minlaydi.

-Video tahlil: talabalarining mashg'ulotlar yoki o'yinlar paytida chiqishlarini yozib olish uchun video tahlil vositalaridan foydalaning. Kadrlarni birgalikda ko'rib chiqing, takomillashtirish uchun joylarni ajratib ko'rsatish va konstruktiv fikr mulohazalarni taqdim etish. Visual fikringiz juda o'rganish va tushunish oshirish mumkin.

-Shaxsiy amaliyot rejalarini: talabalarga ishlash uchun zarur bo'lgan aniq ko'nikmalarni belgilaydigan individual amaliyot rejalarini tuzishda yordam bering. Ularni o'rganishni kuchaytirish uchun o'z vaqtida bajarishi mumkin bo'lgan amaliy mashg'ulotlar, onlayn darsliklar yoki mahoratga xos muammolar kabi manbalar bilan ta'minlang.

-O'zgartirilgan uskunalar: talabalarga o'z mahoratini oshirishda yordam berish uchun kichikroq to'plar, pastki jantlar yoki konuslar kabi o'zgartirilgan uskunalaridan

foydalaning. Bu ishonchni mustahkamlashga va yangi boshlanuvchilar uchun o'quv jarayonini yanada qulayroq qilishga yordam beradi.

-O'yinga asoslangan ta'lim: talabalar basketbol bilan bog'liq o'yinlar yoki qiyinchiliklar orqali ko'nikmalarni o'rganadigan va mashq qiladigan o'yinlarga asoslangan ta'lim strategiyalarini o'z ichiga oladi. Bu qiziqarli va raqobat elementini qo'shib, o'quv tajribasini yanada qiziqarli qiladi.

-Ijobiy mustahkamlash: talabalarga muntazam ravishda ijobiy mustahkamlash va konstruktiv fikr-mulohazalarni taqdim eting. Ularning sa'y-harakatlarini rag'batlantiring, yaxshilanishlarni tan oling va yutuqlarini nishonlang. Bu ijobiy o'quv muhitini yaratadi va talabalarni basketbol ko'nikmalarini o'rganish va rivojlantirishni davom ettirishga undaydi.

Esingizda bo'lsin, o'qitish usullarini o'quvchilaringizning yoshi, mahorat darajasi va o'rganish uslublariga moslashtirish muhimdir. Maktab o'quvchilari uchun samarali va yoqimli o'quv tajribasini yaratish uchun zarur bo'lgan vositalar va strategiyalarni moslashtiring.

Yuqorida aytib o'tilgan uslubiy vositalarni qo'llash maktab o'quvchilariga basketbol texnikasini o'rgatishda samarali ekanligini isbotladi. Asosiy ko'nikmalarning taqsimlanishi tizimli o'quv jarayoniga imkon beradi, progressiv malakani rivojlantirish esa doimiy takomillashtirishni ta'minlaydi. O'yin asosida o'rganish nafaqat mahoratga ega bo'lishni kuchaytiradi, balki sportga bo'lgan muhabbatni kuchaytiradi va ishtirokchilar o'rtasida ijtimoiy aloqalarni rivojlantiradi.

Maktab o'quvchilariga basketbol texnikasini o'rgatish uchun uslubiy vositalardan foydalanish bir qancha afzalliklarni beradi. Birinchidan, bu o'yinning barcha jihatlarini qamrab olgan holda mahoratni har tomonlama rivojlantirishni ta'minlaydigan tizimli yondashuvni ta'minlaydi. Ikkinchi, individual ta'lim uslublari accomodates va moslashtirilgan ta'lim uchun imkon beradi, har bir bola o'z suratini harakat qilish uchun imkon. Uchinchi, o'yin asoslangan ta'lim incorporation turtki kuchaytiradi, ish, va o'rgandim ko'nikmalarini saqlash. Va nihoyat, ushbu vositalar jamoaviy ish, aloqa va sport mahoratini rivojlantiradi, maktab o'quvchilarining yaxlit rivojlanishiga yordam beradi.

XULOSA

Maktab o'quvchilariga basketbol texnikasini o'rgatish yaxshi rejalashtirilgan va tizimli yondashuvni talab qiladi. Ushbu maqolada muhokama qilingan uslubiy vositalar, shu jumladan fundamental ko'nikmalarni taqsimlash, progressiv mahoratni rivojlantirish va o'yinga asoslangan ta'lim o'qituvchilar va murabbiylar uchun samarali asos yaratadi. Ushbu vositalardan foydalangan holda o'qituvchilar basketbol ko'nikmalarini egallashni osonlashtirishi, sportga bo'lgan muhabbatni kuchaytirishi va jamoaviy ish va intizom kabi qimmatli hayotiy ko'nikmalarni targ'ib qilishi mumkin.

Bundan tashqari, maktab o'quvchilarini basketbolda kashf qilish va ustun bo'lishga undash uchun ijobiy va qo'llab-quvvatlovchi o'quv muhitini ta'minlash juda muhimdir. Xulosa qilib aytganda, ushbu maqolada keltirilgan uslubiy vositalar maktab o'quvchilariga basketbol o'yini texnikasini o'rgatish uchun qimmatli manba bo'lib xizmat qiladi. Ushbu vositalarni qo'llash orqali o'qituvchilar va murabbiylar o'quv tajribasini oshirishi, mahoratni oshirishi va maktab o'quvchilari orasida umrbod sportga bo'lgan ishtiyoqni kuchaytirishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati:

1. A.Abdullayev, Sh.X.Xonkeldiyev Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi. Bakalavr talabalar uchun darslik.- T. 2016. -410.b.
2. F.A.Kerimov " Sport sohasidagi ilmiy tadqiqotlar". Toshkent. "Zar qalam" - 2004.- 447.b.
3. Faxriddin Xo'jayev "Basketbol" uslubiy qo'llanma Tafakkur nashiryoti toshkent 2015-yil 96 b 122.
4. R.S.Salomov. Jismoniy tarbiya nazaryasi va metodikasi. Darslik –Toshkent 2014-yil 284 b.