

**TALABALARNI MUSOBAQA UCHUN BASKETBOL GURUHLARI 3X3  
BASKETBOL JAMOASI BO'YICHA O'QUV VA SPORT INSHOOTLARIDA  
O'QITISH MASALASI**

**Nazirov Kudrat Yuldoshovich**

Jismoniy tarbiya va sport bo'yicha mutaxassislarini qayta tayyorlash va malakasini oshirish institutining Farg'ona filiali "jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi, sport dotsenti" kafedra mudiri

**Annotatsiya.** Ushbu maqolada basketbol va 3x3 basketbol kabi sport turlari qoidalaridagi asosiy farqlar tasvirlangan. O'quv va sport guruhlarini doirasida talaba-sportchilarni 3x3 basketbol musobaqalariga tayyorlashning dolzarb masalalari ko'rib chiqilgan.

**Kalit so'zlar:** 3x3 basketbol, stritbol, talabalar sporti, raqobatbardosh faoliyat.

**Abstract.** This article describes the main differences in the rules of sports such as basketball and 3x3 basketball. Current issues of preparing student-athletes for 3x3 basketball competitions were considered within the framework of educational and sports groups.

**Key words:** 3x3 basketball, streetball, student sports, competitive activity.

**Kirish.** So'nggi yillarda 3x3 basketbol tobora faol rivojlanmoqda va turli darajadagi chempionatlar, universitet o'yinlari va turli sport tadbirlari dasturiga kiritilgan sport turlari orasida yetakchi o'rinni yegallab kelmoqda. 3x3 basketbolning mashhurligi tez sur'atlar bilan o'sib bormoqda. 2017 yilda ushbu sport turi yozgi Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan va 2020 yilda Tokiodagi o'yinlarda 3x3 basketbol bo'yicha birinchi Olimpiya medallari berilgan.

Ushbu intizom talabalar musobaqalarida ham ishlatilgan. Shunday qilib, O'zbekistonda basketbol bo'yicha 3x3 chempionati har yili talabalar basketbol assotsiatsiyasi doirasida o'tkaziladi. 2021 yilgacha musobaqalar an'anaviy ravishda ochiq havoda, ko'pincha asfalt yuzalarida o'tkazilardi va musobaqaning faqat so'nggi uch mavsumi basketbol zaliga "ko'chib o'tdi".

Bu "ko'cha to'pi" nomi bilan ham tanilgan ko'cha basketboli bilan chambarchas bog'liq bo'lgan 3x3 basketbol tarixi bilan bog'liq stritbol. Biroq, ularni aniqlash butunlay to'g'ri yemas.

*Tadqiqot natijalari.* 3x3 basketbol va klassik basketbol o'rtasidagi asosiy farqlar orasida quyidagilar mavjud: to'p, to'pni chizish qoidalari, qoidabuzarliklar, hujum vaqti, o'yin vaqti, o'yin vaqti oxiriga qadar teng ball bilan g'olibni aniqlash qoidasi, ochko to'plash qoidasi.

3x3 basketbol o'yini uchun kattaligi bo'yicha 6-sonli basketbol to'piga va vazni bo'yicha 7-sonli basketbol to'piga mos keladigan maxsus to'p ishlab chiqilgan. Ushbu modifikatsiya o'yin samaradorligini va natijada dinamizm va o'yin-kulgini oshirish uchun qilingan. Bundan tashqari, rasmiy 3x3 basketbol to'pi klassikadan ko'proq ko'ndalang qovurg'alarga yega bo'lishi bilan farq qiladi, bu yesa o'z navbatida o'yinchilar tomonidan to'pni mahkamlash va boshqarishni yaxshilash uchun qilingan.

O'yin vaqtiga kelsak, 3x3 basketbol g'olibni aniqlash tezligida farq qiladi. Bitta o'yin 10 daqiqa aniq o'yin vaqtini davom yettiradi yoki jamoalardan biri 21 ochko to'plaganida muddatidan oldin tugaydi.

Shuningdek, o'yin dinamikasini oshirish uchun 3x3 basketbolda bitta jamoa tomonidan to'pga yegalik qilish uchun ajratilgan vaqt 12 soniyani tashkil yetadi, klassik basketbol yesa 24 soniya o'yin vaqtining to'liq hujumini ta'minlaydi.

Muhim farq shundaki, 3x3 basketbolda o'yinchilar uchun shaxsiy sharhlar yo'q. Hisob jadvaliga faqat jamoaviy qoidabuzarliklar kiritiladi va

faqat uloqtirish paytida sodir yetilgan qoidabuzarliklar jarima solinadi 6-jamoaning yeslatmasi yerkin otish bilan. 7-jamoaning qo'polligidan boshlab, har qanday qoidabuzarlik uchun ikkita yerkin zarba beriladi. 10-jamoaning qo'polligidan boshlab, jamoa har qanday qoidabuzarlik uchun reboundsiz ikkita yerkin zarba berish bilan jazolanadi va to'p raqibga o'tadi.

Agar o'yin vaqti tugagan bo'lsa va tablodagi hisob teng bo'lsa, qo'shimcha vaqt tayinlanadi. Uchrashuvda qo'shimcha vaqt ichida 2 ochko to'plagan birinchi jamoa g'alaba qozonadi, hatto qo'shimcha vaqt boshlanishidan oldingi hisob 20: 20 bo'lsa ham.

3x3 basketbol va 5x5 basketbol o'rtasidagi yakuniy asosiy farq-bu urilgan to'plar uchun ball to'plash qoidasi. Shunday qilib, 3x3 basketbolda klassik basketbol uchun odatiy bo'lgan "ikki ochko" faqat bitta ochkoga, yoy tufayli samarali otish esa ikki ochkoga baholanadi.

3x3 basketbolning raqobatbardosh faoliyatini o'rganish bilan ilgari ko'plab mualliflar shug'ullangan, ammo tadqiqotlarning aksariyati yuqori malakali basketbolchilarda o'tkazilgan [1]. Ommaviy toifadagi basketbolchilarni doimiy ravishda bog'laydigan narsa, talabalarni ham o'z ichiga olishi mumkin, bu klassik basketbolda va 3x3 basketbolda ishlashning kombinatsiyasi. Bugungi kunda oliy o'quv yurtlari talabalari orasida 3x3 basketbol bo'yicha sport maktabi darajasida ixtisoslashtirilgan tayyorgarlikdan o'tgan sportchilar yo'q. Shundan kelib chiqqan holda, klassik basketbol bo'yicha 3x3 o'quv sport guruhlarini talabalarini basketbol musobaqalariga tayyorlash masalasi dolzarb bo'lib qolmoqda..

O'yinning yuqori darajada namoyish etilishi va musobaqalar qoidalari va sharoitlaridagi yuqoridagi farqlarni hisobga olgan holda, o'quv jarayonida o'yinchilarni uloqtirish tayyorgarligiga katta e'tibor berilishi kerak [2]. Sankt-Peterburg oliy o'quv yurtlari talabalari o'rtasida 3x3 basketbol bo'yicha so'nggi ikki chempionatning ma'lumotlari o'yinlarning natijadorligini oshiradi,

shu jumladan jamoalardan birining 21 ochkoga yetishi bilan yakunlangan o'yinlar sonining ko'payishi (1-jadval).). Bundan xulosa qilishimiz mumkinki, o'quv va sport guruhlarini talabalarini 3x3 basketbol musobaqalariga tayyorlash, uloqtirishga tayyorgarlik ko'rish uchun ko'p vaqt ajratilgan, shuningdek o'quv jarayonining tegishli moddiy-texnik jihozlari ta'minlangan.

1-jadval-jamoa 21 ochkoga yetganida yakunlangan o'yinlarning qiyosiy tahlili.

	Jamoa 21 ochkoga erishganidan so'ng yakunlangan o'yinlar soni	O'yinlarning umumiy soni (texnik g'alaba bilan yakunlangan o'yinlarni hisobga olmaganda)	Foiz nisbati
<b>2021 chempionat</b>			
1-tur	7	32	21,9%
2-tur	4	25	16,0%
yakuniy	15	25	60,0%
jami	26	82	31,7%
<b>31,7% 2023 chempionat</b>			
1-tur	14	39	35,9%
2-tur	12	29	41,4%
yakuniy	17	32	53,1%
jami	43	100	43,0%

Otish mashg'ulotlaridan tashqari, ko'plab mualliflar [1, 3, 4] 3x3 basketbolda jamoa o'yinchilarini universallashtirish tendentsiyasini qayd etishdi. O'yinning yuqori dinamikligini hisobga olgan holda, himoyadan hujumga va orqaga tez o'tish qobiliyatiga ega bo'lmagan, shuningdek, barqaror uzoq masofaga otish qobiliyatiga ega bo'lmagan o'yinchilar jamoaga ushbu fazilatlarni birlashtirgan o'yinchilarga qaraganda kamroq yordam

beradi. Ring yaqinidagi raqibga qarshi himoya qilish qobiliyatiga ega bo'lmagan o'yinchilar ham qo'shimcha qiyinchiliklarga duch kelishadi. Ko'pincha, bu klassik basketbolda past orqa chiziq o'yinchilari.

3x3 basketbol musobaqalarini o'tkazish tizimi ham ixtisoslashtirilgan tayyorgarlikni talab qiladi. Talabalar musobaqasining bir kunida jamoalar uchrashuvlar oralig'ida tiklanish uchun minimal vaqt bilan beshtagacha o'yin o'tkazishlari mumkin. Bundan tashqari, playoff tizimi to'plangan charchoqqa qaramay, har bir keyingi o'yin uchun qo'shimcha javobgarlikni yuklaydi.

Shuningdek, jamoaning murabbiyiga raqobat jarayonida qatnashishni taqiqlovchi qoida ham muhimdir. Murabbiy o'z jamoasining o'yinchilariga hech narsa aytishga haqli bo'lmasdan, o'yinni tribunadan tomosha qilishi mumkin. Ushbu cheklov o'yinchilarning musobaqadan oldin taktik va psixologik tayyorgarligini ayniqsa dolzarb qiladi, chunki samarali ishlash uchun jamoa o'yinchilari o'z-o'zini boshqarish ko'nikmalariga, shuningdek, jamoaning mukammal o'zaro ta'siriga ega bo'lishlari kerak.

Xulosa. Yuqoridagilarni umumlashtirib, o'quv va sport guruhlarini talabalarini 3x3 basketbol musobaqalariga tayyorlashda reaksiya tezligi, uloqtirish tayyorgarligi, umumiy va maxsus chidamlilik, shuningdek taktik va psixologik tayyorgarlik muhim ahamiyatga ega.

### ***Adabiyotlar ro'yxati***

1. Витман, М.Ю. Особенности соревновательной деятельности и игровых показателей в баскетболе 3х3 / М. Ю. Витман, Д. А. Бобровский, Д. Ю. Витман, Е. Ю. Ковыршина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11(189). – С. 81-86.
2. Леньшина, М. В. История развития и современные результаты нового олимпийского вида спорта - баскетбол 3х3 / М. В. Леньшина, Р. И.

Андрианова // Олимпизм: истоки, традиции и современность : Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очной научнопрактической конференции, Воронеж, 29 ноября 2018 года / Редколлегия: Г.В. Бугаев [и др.]. – Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2018. – С. 149-154.

3. Глазин, А. М. Повышение эффективности атакующих действий студенток-баскетболисток в ситуациях численного неравенства игроков нападения и защиты / А. М. Глазин, В. В. Костюков, Б. Ф. Курдюков // Физическая культура, спорт - наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 77-81.

4. Андрианова, Р. И. Тенденции развития баскетбола 3х3 и его принципиальные отличия от баскетбола / Р. И. Андрианова, М. В. Леньшина // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2021. – № 11. – С. 163-165.

5. Зарубина, М.С. Анализ соревновательной деятельности баскетболистов 3х3 / М. С. Зарубина, Р. П. Фесенко, Н. В. Васильева, Л. Б. Андрющенко // Физическая культура, спорт, туризм: инновационные проекты и передовые практики : Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 90-летию основания кафедры физического воспитания, Москва, 14–15 мая 2019 года / Под редакцией Л.Б. Андрющенко, С.И. Филимоновой. – Москва: Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2019. – С. 852-857.

6. Никитина, Е. С. Использование фитнес-технологий при подготовке баскетболисток студенческой команды в дистанционном формате для развития общей выносливости /Никитина Е. С., Данилова В. О., Курова Н. В.// Физическая культура и спорт в образовательном пространстве:

инновации и перспективы развития: сб. матер. Всерос. науч.-практ. конф.  
- СанктПетербург, 2021. - С. 295-299.