

MAKTAB O'QUVCHILARNI BASKETBOL SPORT TURIGA SARALASH VA YO'NALTIRISHDA JISMONIY RIVOJLANISH KO'RSATKICHLARI TAHLILI

Bobomurodov Abdurafik Egamurodovich

Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa doktori (PhD)

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqot instituti

Annotatsiya: Ushbu maqolada maktab o'quvchilarini basketbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlarini tahlil qilish masalalari yoritilgan. Basketbol yuqori tezkorlik, chidamlilik, chaqqonlik, sakrovchanlik va koordinatsion qobiliyatlarni talab etadigan sport turi sifatida o'quvchilarning jismoniy rivojlanish darajasini to'g'ri baholash va saralash jarayonida asosiy mezon hisoblanadi. Tadqiqotlarda antropometrik ko'rsatkichlar (bo'y uzunligi, tana vazni, qo'l va oyoq uzunligi) hamda funksional imkoniyatlar (yurak-qon tomir va nafas olish tizimlari faoliyati, tezkorlik va kuch ko'rsatkichlari) asosida tanlov va yo'naltirish samaradorligi ta'kidlanadi. Maqolada ushbu ko'rsatkichlarning ahamiyati, ularni baholash usullari va maktab o'quvchilarini basketbolga saralashda qo'llash tajribalari ilmiy-nazariy asosda tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Basketbol, maktab o'quvchilari, saralash, yo'naltirish, jismoniy rivojlanish, antropometrik ko'rsatkichlar, funksional imkoniyatlar.

ANALYSIS OF PHYSICAL DEVELOPMENT INDICATORS IN SELECTING AND DIRECTING SCHOOL STUDENTS TO BASKETBALL

Annotation: This article discusses the issues of analyzing physical development indicators in selecting and directing school students to basketball. Basketball, as a sport requiring high speed, endurance, agility, jumping and coordination skills, is the main criterion in the process of correctly assessing and selecting the level of physical development of students. The studies emphasize the effectiveness of selection and direction based on anthropometric indicators (height, body weight, arm and leg length) and functional capabilities (activity of the cardiovascular and respiratory systems, speed and strength indicators). The article analyzes the importance of these indicators, methods of their assessment, and experiences of their application in the selection of schoolchildren for basketball on a scientific and theoretical basis.

Keywords: Basketball, schoolchildren, selection, orientation, physical development, anthropometric indicators, functional capabilities.

АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПРИ ОТБОРЕ И НАПРАВЛЕНИИ ШКОЛЬНИКОВ В БАСКЕТБОЛ

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы анализа показателей физического развития при отборе и направлении школьников в баскетбол. Баскетбол, как вид спорта, требующий высокой скорости, выносливости, ловкости, прыгучести и координационных навыков, является основным критерием при оценке и подборе уровня физического развития школьников. В исследованиях подчеркивается эффективность подбора и направления, основанного на антропометрических показателях (рост, масса тела, длина рук и ног) и функциональных возможностях (активность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, скоростно-силовые показатели). В статье анализируется значение этих показателей, методы их оценки и опыт их применения при отборе школьников в баскетбол на научно-теоретической основе.

Ключевые слова: Баскетбол, школьники, отбор, ориентация, физическое развитие, антропометрические показатели, функциональные возможности.

KIRISH

2024-yil 4-dekabrdagi PQ-421-son “Jamoaviy sport turlarini rivojlantirish va iqtidorli yoshlarni saralab olish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarorlari hamda O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 21-fevraldagi “O‘zbekiston - 2030” strategiyasini “Yoshlar va biznesni qo‘llab-quvvatlash yili”da amalga oshirishga oid davlat dasturi to‘g‘risida”gi PF-37-son farmoni ijrosini ta‘minlash, shuningdek, O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 15-noyabrdagi “Umumiy o‘rta ta‘lim maktablarida jismoniy tarbiya fani o‘qitilishini tubdan takomillashtirish hamda ushbu fan o‘qituvchilarining kasbiy faoliyatini rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi PQ-392-son qarori bilan 2025/2026 o‘quv yilidan boshlab har bir maktabda bosqichma-bosqich maktab sport klublari faoliyati yo‘lga qo‘yilish ushbu sohaga tegishli boshqa me‘yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirish belgilab qo‘yilgan.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODOLOGIYA

Maktab o‘quvchilarni basketbol sport turiga saralash jarayonida ularning antropometrik ko‘rsatkichlarini baholash muhim ahamiyat kasb etadi. Biz

tadqiqotimiz jarayonida 7-17 yoshdagi bolalarning bo'y uzunligi, tana vazni, qo'l va oyoq uzunligi kabi ko'rsatkichlar tahlil qilindi. Tadqiqotda bolalarning koordinatsiya qobiliyati, muvozanat saqlash, reaksiya tezligi va kuch ko'rsatkichlari ham o'rganilib, basketbolga mos sportchilarni tanlash mezonlari ishlab chiqildi. Bu mezonlar asosida saralash jarayonida bolalarning individual xususiyatlariga mos yondashish imkoniyati yaratildi.

7-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 7 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 28 kg, qiz bolalarda esa 25 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 130 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 128 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 50 sm ni, qiz bolalarda 50 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 72 sm ni, qiz bolalarda 70 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 60 sm gacha qiz bolalarda 61 sm ni, takil qildi.

8-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

NATIJALAR VA MUHOKAMA

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 8 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 30 kg, qiz bolalarda esa 30 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 133 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 132 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 52 sm ni, qiz bolalarda 53 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 74 sm ni, qiz bolalarda 76 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 62 sm gacha qiz bolalarda 63 sm ni takil qildi.

1- jadval

7-17 yoshli maktab o'quvchilarini jismoniy rivojlanish ko'rsatkichi

Yosh	Tana vazni, (kg)		Tana uzunligi, (sm)		Qo'l uzunligi, (sm)		Oyoq uzunligi, (sm)		Ko'krak qafasi aylanasi, (sm)	
	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz	O'gil	Qiz
7	28	25	128	126	53	52	75	72	54	51
8	30	30	133	129	55	53	78	78	58	53
9	33	33	148	138	59	58	80	80	60	57
10	38	39	147	142	61	59	85	85	62	60
11	40	40	155	148	65	62	88	91	64	65
12	47	51	158	157	68	66	90	96	62	77
13	53	53	165	159	70	68	94	99	64	78
14	62	56	173	161	73	69	95	99	74	78
15	63	58	175	165	75	68	98	100	81	82
16	65	58	177	172	76	76	100	101	84	86
17	67	59	180	171	82	77	104	101	105	99

9-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va

rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 9 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 35 kg, qiz bolalarda esa 34 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 138 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 135 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 54 sm ni, qiz bolalarda 56 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 79 sm ni, qiz bolalarda 78 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 64 sm gacha qiz bolalarda 66 sm ni takil qildi.

10-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 10 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 37 kg, qiz bolalarda esa 40 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 142 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 140 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 60 sm ni, qiz bolalarda 62 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 83 sm ni, qiz bolalarda 86 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 66 sm gacha qiz bolalarda 74 sm ni takil qildi.

11-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga

bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 11 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 39 kg, qiz bolalarda esa 44 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 145 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 146 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 64 sm ni, qiz bolalarda 64 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 84 sm ni, qiz bolalarda 91 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 67 sm gacha qiz bolalarda 66 sm ni ko'rsatdi.

12-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 12 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 44 kg, qiz bolalarda esa 46 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 153 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 152 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 67 sm ni, qiz bolalarda 70 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 88 sm ni, qiz bolalarda 93 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 74 sm gacha qiz bolalarda 72 sm ni ko'rsatdi.

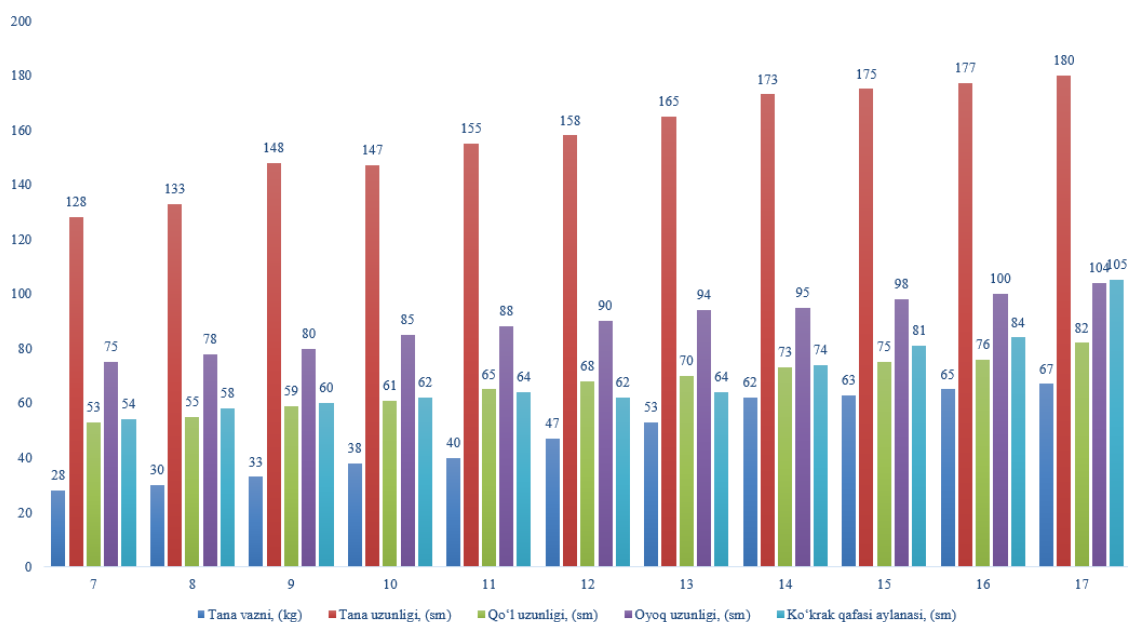
13-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz

tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 13 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 48 kg, qiz bolalarda esa 54 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 160 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 164 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 69 sm ni, qiz bolalarda 73 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 93 sm ni, qiz bolalarda 97 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 76 sm gacha qiz bolalarda 74 sm ni takil qildi.

14-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 14 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 56 kg, qiz bolalarda esa 57 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 166 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 164 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 70 sm ni, qiz bolalarda 74 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 96 sm ni, qiz bolalarda 100 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 82 sm gacha qiz bolalarda 80 sm ni ko'rsatdi.

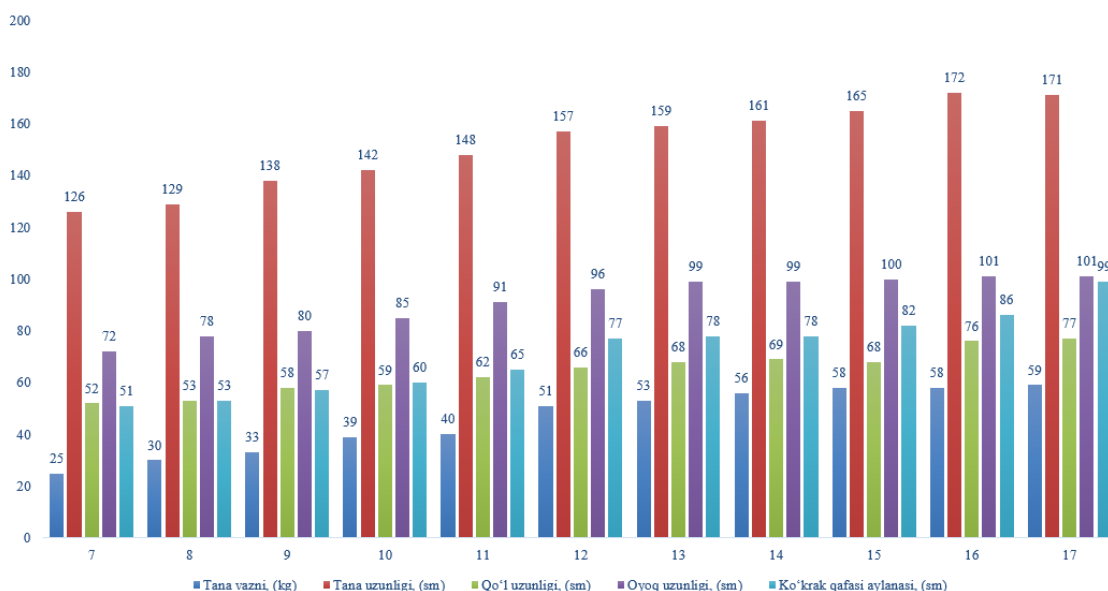


1- rasm. 7-17 yoshli o'g'il bolalarning basketbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlar dinamikasi

15-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 15 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 62 kg, qiz bolalarda esa 58 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 170 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 168 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 72 sm ni, qiz bolalarda 76 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 98 sm ni, qiz bolalarda 101 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 80 sm gacha qiz bolalarda 81 sm ni tashkil etdi.

16-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.



2- rasm. 7-17 yoshli qiz bolalarning basketbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlar dinamikasi

17-yoshli bo'lajak basketbolchilar saralab olishda bir qator me'zonlarga asoslanib amalga oshirish mumkin. Jumladan, pedagogik, psixologik, tibbiy-biologik hamda sotsiologik mezonlar asosida saralash va yo'naltirish mumkin. Biz tadqiqotimizda antropometrik ko'rsatkichlarni o'rganib olimpiya sport turlariga bolalarni saralashda antropometrik ko'rsatkichlarini turli yosh davrlarida o'sish va rivojlanish bosqichlarini o'rganib chiqdik. Buning natijasida olimpiya sport turlariga bolalarni qabul qilishda saralash uchun asosiy mezonlardan biri sifatida olingan ma'lumotlarni umumlashtirdik.

Biz olib borgan tadqiqotga asoslanib basketbol sport turiga bolalarni saralash va yo'naltirishda antropometrik ko'rsatkichlarini tahlil qilib chiqdik. Jumladan; 17 yoshli bolalarni basketbol sport turiga qabul qilishda vazn og'irligi o'g'il bolalarda 67 kg, qiz bolalarda esa 59 kg orqali qabul qilish tavsiya etiladi, tana uzunligi esa o'g'il bolalarda 178 sm ni tashkil qilishi, qiz bolalarda esa 174 sm, qo'l uzunligi o'g'il bolalarda 76 sm ni, qiz bolalarda 78 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, oyoq uzunligi o'g'il bolalarda 106 sm ni, qiz bolalarda 104 sm ni tashkil qilishi aniqlandi, ko'krak qafasi aylanasi o'g'il bolalarda 96 sm gacha qiz bolalarda 94 sm ni ko'rsatdi.

XULOSA

Maktab o'quvchilarini basketbol sport turiga saralash va yo'naltirishda jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari muhim ilmiy va amaliy ahamiyatga ega. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, antropometrik o'lchamlar (bo'y uzunligi, tana vazni, qo'l-oyoqlar uzunligi) hamda funksional imkoniyatlar (yurak-qon tomir tizimi faoliyati, tezkorlik, chidamlilik, sakrovchanlik) sportchining kelajakdagi muvaffaqiyatini belgilovchi asosiy mezonlardan hisoblanadi. Basketbol sport turining o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda o'quvchilarni tanlab olish jarayonida ilmiy asoslangan saralash tizimini joriy etish, yosh sportchilarning tabiiy qobiliyatlarini maksimal darajada ochish va ularga individual yondashuvni shakllantirish imkonini beradi. Shuningdek, jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlari asosida saralash maktab o'quvchilarining sport bilan shug'ullanishga bo'lgan motivatsiyasini oshiradi, ularning sog'lom turmush tarzini shakllantirishda ham muhim o'rin tutadi.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. Matveev, L.P. Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. – Moskva: Fizkultura i sport, 2008.
2. Platonov, V.N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2015.
3. Bompa, T., Haff, G. Periodization: Theory and Methodology of Training. – Human Kinetics, 2009.
4. Verkhoshansky, Y.V. Fundamentals of Special Strength Training in Sport. – Moscow: Sport Science, 2011.
5. Zatsiorsky, V.M., Kraemer, W.J. Science and Practice of Strength Training. – Human Kinetics, 2006.

6. Omonov, Sh., Hamidov, A. Basketbol nazariyasi va metodikasi. – Toshkent: O'zDJTI nashriyoti, 2019.
7. Isroilov, J. Maktab o'quvchilarida sport seleksiyasi jarayonida antropometrik ko'rsatkichlarning ahamiyati. – "Jismoniy tarbiya va sport" jurnali, 2021, №3.
8. Johnson, L., Nelson, J. Practical Measurements for Evaluation in Physical Education. – Macmillan, 2000.
9. Saidov, A. Yosh sportchilarning jismoniy tayyorgarligini rivojlantirishda monitoring usullari. – Toshkent: Fan, 2020.
10. Malina, R.M., Bouchard, C., Bar-Or, O. Growth, Maturation, and Physical Activity. – Human Kinetics, 2004.