B A S K E T B O L

Basketbol (İngiliscə: *basket*-səbət, *ball*-top, səbət topu) top ilə komanda idman oyunudur. Məqsəd əl ilə topu rəqib komandanın sahəsindəki 3,05 metr yuxarıdan asılı səbətə atmaq və eyni hərəkəti rəqib komandaya etməyə mane olmaqdır.

Digər idman növlərində olduğu kimi basketbol da həm böyüklər, həm də uşaqlar üçün çox faydalıdır. İlk baxışdan elə görünə bilər ki, yalnız hündürboylu və fiziki cəhətdən güclü insanlar basketbol oynaya bilər, amma əslində belə deyil. Hətta orta boylu və atletik quruluşa malik olmayan insan belə komandaya çoxlu fayda gətirə bilər, çünki basketbol komanda oyunudur. Basketbol bəlkə də ən dinamik idman növüdür, onun orqanizm üçün faydaları çox böyükdür. Müntəzəm basketbol məşqləri ürək-damar və tənəffüs sistemlərini gücləndirir, sinir sisteminə də müsbət təsiri var ki, bu da insanın əzmkarlığına, sakitliyinə təsir edir. Oyun mühitinin sürətli dəyişməsi oyunçudan görmə itiliyinə, yaxşı gözə və vizual qavrayış sürətinə malik olmasını tələb edir. Basketbolla məşğul olan insanların daha fəal və qətiyyətli olduqlarını görməmək mümkün deyil, çünki oyun zamanı siz daim qərarlar qəbul etməli və oyunu öz üzərinizə götürməlisiniz ki, bu da dözümlülük və özünə nəzarəti inkişaf etdirir. Basketbol yorğunluğu aradan qaldırmağa, stressdən və gün ərzində yığılan mənfi emosiyalardan qurtulmağa, artıq çəki problemi olan insanlara bu problemlərdən xilas olmağa kömək edir. Basketbol oynayan zaman bir saatda çox miqdarda kalori yandırılır (təxminən 600-750 kalori) ki, bu da arıqlamağınıza və ya fit qalmağınıza kömək edir.

Basketbolun Azərbaycanda inkişafı 1920-cı ildən əvvəl İngiltərədən, İsveçdən, Almaniyadan Bakıya gəlmiş neft şirkətlərin rəhbərlərinin özlərinin asudə vaxtlarının mənalı təşkili məqsədilə onlara çoxdan tanış olan idman oyunlarının yayılmasının ilk təşəbbüsçüləri olmuşlar.

BÖLMƏNİN FƏALİYYƏTİ

Azərbaycan Tibb Universitetinin basketbol üzrə (oğlanlar) yığma komandası ali təhsil müəssisələrinin tələbələri arasında müxtəlif illərdə keçirilən Respublika universiada və çempionatlarında yüksək nailiyyətlər göstərir və mükafatlara layiq görülürlər.

2022 və 2024-cü tədris ilində ATU-nun idman kompleksində ali təhsil müəssisələrinin tələbələri arasında “Zəfər festivalı-1” və “Zəfər festivalı-2” adlı müxtəlif idman yarışları keçirilib. Bu yarışlarda ATU-nun basketbol üzrə yığma komandası müvafiq olaraq III və II yerlərin sahibi olmuşdur.

MƏŞQÇİ-MÜƏLLİM

İsayeva Sevinc Şəmsəddin qızı

14 dekabr 1963-cü ildə anadan olub. 1981-1985-ci illərdə Azərbaycan Dövlət Bədən Tərbiyəsi İnstitutunun pedaqoji fakültəsində təhsil alıb. 1985 – 1989-cu illərdə təlimatçı kimi Azərbaycan Tibb Universitetinin idman klubunda işləyib. 1989 – 2000-ci illərdə ATU-nun “Bədən tərbiyəsi və idman” kafedrasında müəllim, 2000 – 2015-ci illərdə baş müəllim vəzifəsində çalışıb. 2015-ci ildən ATU-nun “Təbib” idman klubunda (hazırda adı “Təbib” Tədris İdman Mərkəzi) basketbol üzrə məşqçi-müəllim vəzifəsində çalışır. 2017-2021-ci illlərdə İ.M.Seçenov adına Moskva Dövlət Tibb Universitetinin Bakı filialında Bədən tərbiyəsi müəllimi vəzifəsində işləyibRespublika çempionatlarında, Avropa Gənclər Yay Olimpiya Oyunlarında (2019), U-18 C divizionu FİBA gəncəlin Avropa çempionatında (2023), FİBA Avropa Kubokunda (2024) və Azərbaycan Basketbol Federasiyasının keçirdiyi digər yarışlarda hakim kimi fəaliyyət göstərir. Basketbol üzrə birinci dərəcəli idmançı və Respublika dərəcəli hakimdir. 5 elmi məqalənin müəllifidir.