

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIM VAZIRLIGI
A.QODIRIY NOMLI JIZZAX DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTE
SPORT FANLARI USLUBIYATI KAFEDRASI
SPORT VA XARAKATLI O'YINLAR VA UNI O'QITISH METODIKASI
FANIDAN

**“Musobaqa haqida nizomlarining tuzilishi” mavzusida
bajarilgan**

Referat

Bajaruvchi: 302-guruh talabasi Tursunov S
Qabul qildi: k/o'qituvchi T. Mirazimov

Jizzax 2014

MAVZU: MUSOBAQA HAQIDA NIZOMLAR TUZILISHI

MUNDARIJA

KIRISH

1. Musobakalarni tashkillash va utkazish
2. Musobakalarning ahamiyati va ularni rejalashtirish.
3. Musobakalarning turlari va musobakalarning utkazish sistemalari.
4. Musobaka natijalarini xisoblash jadvalini mazmuni.
5. Musoba nizamning mazmuni.
6. Musobaka bayonnomasi va uning mazmuni.

XULOSA

ADABIYOTLAR RO'YXATI

KIRISH

Mavzuning dolzarbligi: Mamlakatimizda talim tizimini takomillashtirish, vatan ravnakini taminlaydigan yosh avlodni tarbiyalab voyaga yetkazish masalalariga jiddiy etibor berilmoqda. Bu boradagi “Talim tug’risida”gi hamda “Kadrlar tayyorlash bo’yicha milliy dastur” qabul kilinishi katta ahamiyatga ega.

O’zbekiston Respublikasi mustaqillikka erishgandan so’ng jismoniy tarbiya va sportga katta etibor berilmoqda. Respublikamiz sportchilari Osiyo hamda jahon miqyosidagi musobaqalarda yuqori natijalarga erishib, O’zbekiston bayrog’ini yuqori ko’tarishmoqda. Respublikada sportning bu darajaga ko’tarilishida Prezidentimiz I.A.Karimovning hissasi kattadir. Respublikamizda jismoniy tarbiya va sport yanada rivojlantirish uchun bir qancha ishlar amalga oshirilmoqda.

Ishning maqsadi. Bugungi kunda bolalar va o’smirlar, ularning salomatligi, ijtimoiy manfaatlariga Davlat siyosati darajasida e’tibor berilmoqda. Bundan asosiy maqsad yosh avlodni salomatligini mustahkamlash, intellektual salohiyatini oshirish, millat genafondini tozaligini, salomatligini ta’minlash, komil insonni tarbiyalashdir.

Yosh avlodni har tomonlama: aqliy, aholkim va jismoniy jihatidan rivojlanishida jismoniy tarbiya asosiy o’rinlardan birini egallaydi.

Musobakalarni tashkillash va utkazish

Musobakalarning ahamiyati va ularni rejalashtirish.

Sport musobakalari sportchilarning *malakalarini oshirishda* katta ahamiyatga ega. Ular jismoniy, texnik, taktik, psixologik, funksional tayyorgarliklarni aniklashga va takomillashtirishga yordam beradi xamda kilinayotgan mehnatning natijasini kursatadi.

Tugri va yaxshi tashkil kilingan musobakalar katta tarbiyaviy ahamiyatga ega, chunki musobakalar fakat jismoniy sifatlargagina (kuchlilik, chakkonlik, chidamlilik, tezkorlik va boshk.) emas, balki ruhiy-psixologik sifatlarga xam katta ta'sir kursatadi. Musobaka davrida sportchilarning *tashkilotchilik, uzini tuta bilishlik, kollektiv maksadini uz maksadidan yukori kuya olishlik* kabi yana bir kancha sifatlari xam takomillasadi.

Musobakalarda katnashuvchilar avvalambor, tajriba almashadilar, trenerlar esa yangi trenirovka *usullarini* sinovdan utkazish imkoniyatiga ega buladilar. Shuningdek, sport musobakalari sport turlarini targib kilishning eng yaxshi va xammabop formalaridan xisoblanadi.

Mamlakatimizda musobakalar utkazilishi tufayligina sport uyinlaridan basketbol, voleybol, *futbol*, kul tupi, tennis va boshka sport turlari ommaviylashdi. Demak, musobakasiz sportning bulishi mumkin emas.

Mamlakatimizda sport musobakalarining ilmiy asosda tashkil topgan va fizkultura xarakatining xususiyatlarini xisobga olgan ma'lum sistemasi mavjud. Sport musobakalarini planlashtirish markazlashtirilgan xarakterga ega. Spartakiada xamda Olimpiada uyinlarini utkazilish vaqtlarini xisobga olgan xolda **turt** yillik va navbatdagi bir yillik musobakalarni aloxida planlashtiradi.

Shu planlarga asoslanib respublika va maxalliy fizkultura xamda sport komitetlari uz planlarini territorial prinsipda, maxkama, fizkultura tashkilotlari, kungilli sport jamiyatlari esa sport musobakalarining planlarini maxkama prinsipida tuzadilar.

Ishlab chikarish muassasalari, ukuv yurtlarining fizkultura va sport kollektivlari sport musobakalarining planlarini uz jamiyatlari xamda maxalliy fizkultura va sport komitetlarining planlari asosida tuzadilar.

Sport musobakalarining planlarini tuzishda tegishli basketbol federasiyalari aktiv katnashishlari lozim. Boshlangich kollektivdagi musobaka, uz xarakteri va mikyosidan kat'i nazar, xar kanday musobakaning asosi bulib kolishi kerak. Musobakalar planida xar bir komanda uchun (territorial joylashganligiga karamasdan) katta musobakalarda katnashish imkoniyatini yaratib berish kuzda tutilgan bulishi kerak.

Musobakalarning turlari va musobakalarning utkazish sistemalari.

Musobakalar kuyilgan vazifalariga karab kuyidagi turlarga bulinadi: birinchiliklar yoki chempionatlar, kubok musobakalari, kiskartirilgan, baravarlashtirilgan, klassifikasiya va saralash musobakalari, match va urtoklik uchrashuvlari.

Birinchiliklar yoki chempionatlar **eng** katta musobakalardan bulib, ularda kollektiv, rayon, shaxar respublika chempioni degan faxriy unvon beriladi. Ular yilda bir marta utkaziladi. Birinchilik goliblari oltin, kumush va bronza medallari bilan mukofotlanadilar.

Kubok musobakalari «yutkazgan chikib ketish» tizimida utkaziladi. Bu musobakalar kup vakt talab kilmaydi va kup katnashuvchilarni jalb kilish imkonini beradi. Katnashuvchilarning tayyorgarligi xar xil bulganligi uchun kuchlirok komandalarning uchrashuvlarini oxirgi boskichlarga muljallash kerak.

Kiskartirilgan musobakalar (blisturnirlar)da kup komandalar katnashganlari xolda bir kunda utkaziladi. Buning uchun uyin vakti 20 minutgacha kiskartiriladi. Bunday musobakalar mavsumining ochilishiga yoki bayramlar bagishlanib utkaziladi.

Baravarlashtirilgan musobakalar tayyorgarligi xar bir bulgan kollektivlar orasida utkaziladi. Komandalarning kizikishini saklab kolish uchun kuchsizrok

komandaga oldindan yoki uchrashuv tamom bulgandan sung kushimcha ochkolar berilgan.

Klassifikasiya musobakalari komandalarning (uyinchilarning) tayyorgarligini aniklash, xamda sport klassifikasiyasining razryad talablarini bajarish maksadida utkaziladi.

Saralash musobakalari tayyorgarligi eng yaxshi komandalarni (uyinchilarni) keyingi yirik musobakalarda katnashtirish uchun utkaziladi.

Match uchrashuvlari musobakalar kalendarida kuzda tutilgan va an'anaviy xisoblanadi. Uchrashuvlarda ikki va undan ortik komandalar katnashishi mumkin. Musobakalarning bunday turlari shaxarlar, respublikalar xamda chet davlatlar orasida dustlik munosabatlarini rivojlanishiga yordam beradi.

Urtoklik uchrashuvlari bulajak musobakalar va sport trenirovkasini ba'zi bir bulimlar buyicha tayyorgarligini aniklash maksadida ayrim komandalar urtasida uzaro kelishish utkaziladi.

Musobaka utkazish sistemalari.

Musobaka paytida xamma komandalariga galaba uchun kurashishga bir xil sharoit yaratib berish va goliblarga xakikiy natijalarga asosda aniklash kerak.

Musobakalarning utkazish sistemalari xar xil bulish muki. Lekin u yoki bu sistemalarni tanlashda kuyidagi sharoitlarni xisoga olish lozim.

1. musobaka oldida turgan vazifalarini;
2. musobaka utkazish shartlarini;
3. katnashuvchi komandalarning soni;
4. utkazilayotgan musobakaning turlarini;
5. katnashuvlarning sport tayyorgarligini ishlab chikarishda bandligini soni va teritorial joylashuvini.

Sport uyinlari musobakalarini utkazish amaliyotida asosan ikkita (aylanma va chikib ketish) sistema kullaniladi. **Bu** ikki sistemaning kushilishi natijasida uchinchi *aralash sistema* paydo buladi.

Chikib ketish sistemasi buyicha musobakalar utkazish. Bu sistema buyicha musobakalar utkazilganda uchrashuvda **yutkazgan** komanda keyingi uchrashuvlarda katnashmaydi. Natijada musobaka oxirida biror marta xam **yutkazmagan** komanda koladi. Ana shu komanda golib xisoblanadn. Oxirgi (*final*) uchrashuvda golib komandaga yutkazgan komanda ikkinchi xisoblanadi.

Bu sistemaning afzalligi shundaki, agar 64 komanda bilan aylanma sistema buyicha musobaka utkazish uchuya 63 kalendar kuni talab kilinadigan bulsa, chikib ketish sistemasi buyicha esa fakat 6 kalendar kunining uzi kifoya. Lekin u bir kator kamchiliklarga xam ega. Bu sistema barcha komandalarning xakikiy urinlarnni aniklash imkonini bermaydi va shu usul kulanilganda aksariyat komandalar juda kam uchrashuvlarda katnashadi.

Birorta kuchli komanda birinchi kunning uzida maglubiyatga uchrab, musobakalardan chikib ketishi mumkin.

Chikib ketish sistemasi buyicha utkazilgan musobakalarda xamma uchrashuvlar biror komandaning galabasi bilan tugallanishi lozim.

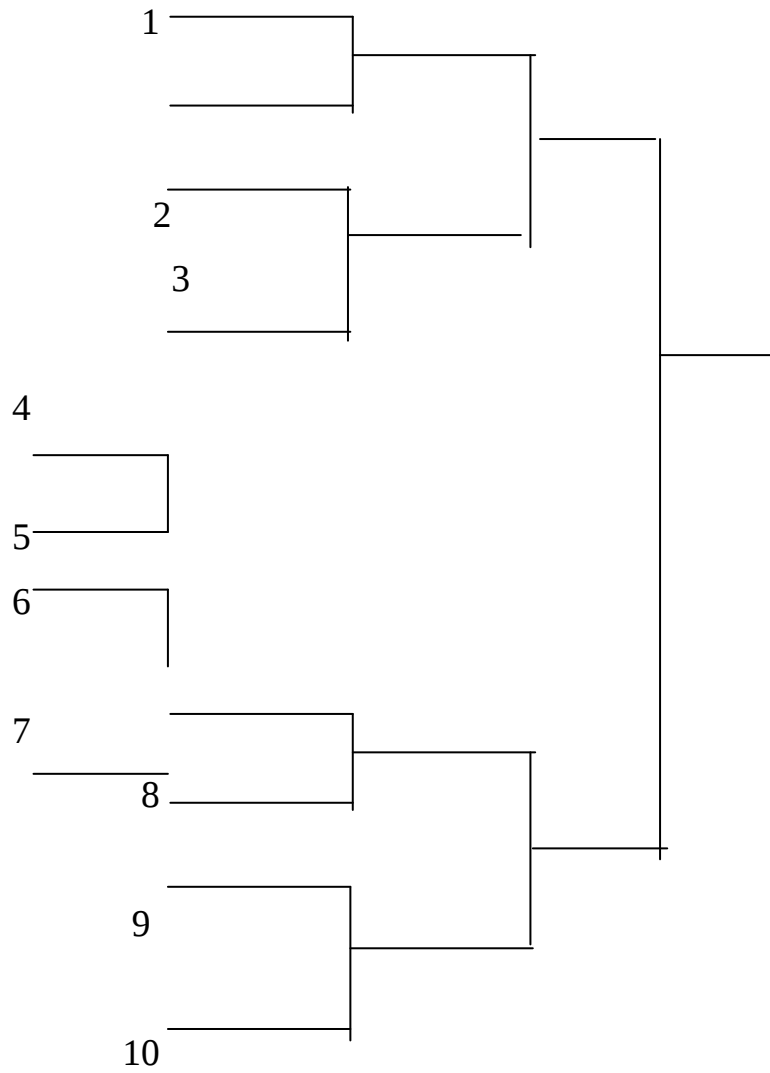
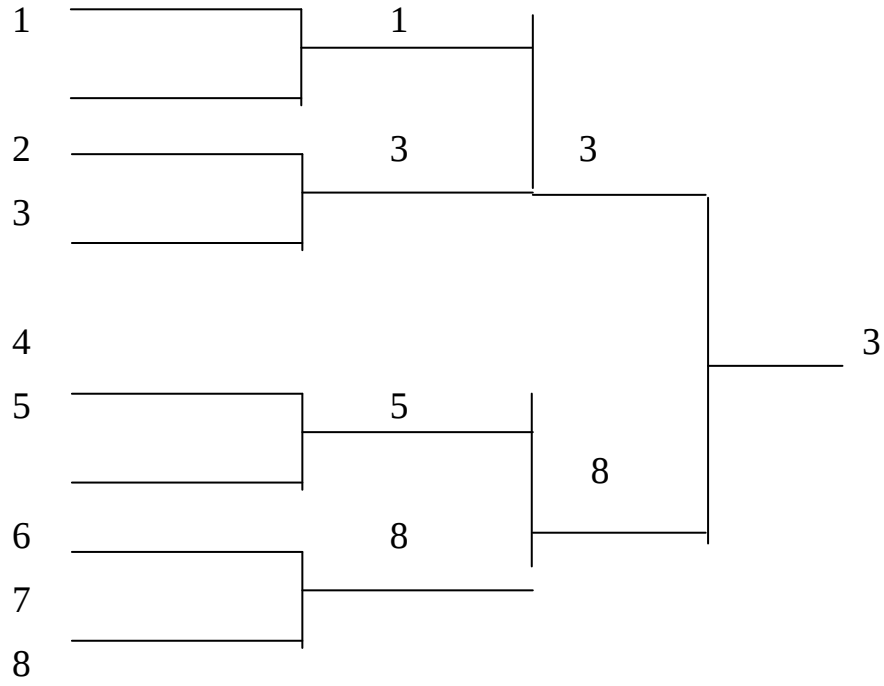
Bu sistema ikki variantdan iborat:

- a) bir marta maglubiyatga uchragandan **keyin** chikib ketish;
- b) ikki marta maglubiyatga uchragandan keyin chikib ketish.

Bir marta marlubiyatga uchragandan keyin chikib ketish usuli bilan utkaziladigan musobaka uchun kuyi-dagicha kalendar tuziladi. Avval musobakada katnasha-yotgan komandalarning uchrashuv tartibini belgilaydigan jadval tuziladi. Sung kur'a tashlanib, xar bir komandaning jadvaldagi tartib nomeri belgilanadi.

Agarda katnashayotgan komandalarning soni 2 darajasi (4, 8, 32, 64 va boshk.) ga teng bulsa, u xolda xamma komandalar musobakaga birinchi kalendar kunida katnashadilar. Birinchi turda jadvalda yonma-yon turgan komandalar katnashadi: birinchi ikkinchi bilan, uchinchi turtinchi bilan va xok. Ikknchi turda birinchi turning goliblari katnashadilar: birinchi juftning golibi ikkinchi juft golibi bilan uchrashadi va xokazo. Masalan, musobakalarda sakkiz komanda katnashayotgan bulsa, bir marta maglubiyatga uchragandan keyin chikib ketish usuli buyicha utkaziladigan musobakaning kurinishi 3- chizmada keltirilgan.

I .tur (chorak final), II tur (yarim final), III tur .(final).



I-tur	II-tur	III-tur	IV-tur
	(chorak final)	(yarim final)	(final)

Birinchi turda xamma komandalar musobakada katnashmagan paytlarda sxemaning urtasidagi komandalar birinchi turda, chetdagi (yukoridagi va pastdagi) komandalar esa ikkinchi turda musobakalarga katnasha boshlaydilar.

Komandalarning *soni juft bulganda* yukoridan va pastdan bab-baravar sondagi komandalar birinchi tur uyinlaridan ozod kilinadi.

Komandalarning soni tok bulgan paytlarda birinchi tur uyinlarida jadvalning pastidan yukoriga nisbatan 1 komanda ortik ozod kilinadi. Kuchli komandalar birinchi turning uzida maglubiyatga uchrab, chikib ketishlarining oldini olish uchun ularni jadvalga tarkatib chikish mumkin. Ayrim vaktlarda kuchli komandalar musobakalarga birinchi turdan emas, balki keyingi turlardan, masalan, chorak finaldan kuyiladi. Ikki maglubiyatdan keyin chikib ketish usuli katnashayotgan komandalarning soni kup bulmagan paytlarida kullaniladi. Bunda komanda ikki marta maglubiyatga uchragandan sung musobakalardan chikib ketadi.

Aylanma **sistema**. Musobakalar aylanma sistemada utkazilganda xamma komandalar bir-birlari bilan uchrashib chikadilar. Ular bir-birlari bilan bir, ikki yeki undan xam kuprok uchrashib chikishlari mumkin. Pirovardida butun musobaka davomida eng kup ochko tuplagan komanda golib chikadi.

Aylanma sistema eng takomillashgan sistema xisoblanadi. Chunki u fakat birinchi urinni egallagan komandanigina aniklab kolmay, balki musobakada katnashayotgan xamma komandalarning tayyorgarligiga munosib urinlarni aniklab beradi. Bu sistema katna-nashuvchilardan katta tayyorgarlikni va basketbolchilarning butun musobaka davrida yukori sport formasida bulishlarini talab kiladi.

Lekin aylanma sistemasining salbiy tomoni shundaki bunda musobaka utkazish uchun kup vakt talab kilinadi. Buning uchun komandalar gruppalarga bulinadi. Aylanma sistema buyicha musobakalarda komandalar bir-birlari bilan bir martadan uchrashtirilib, musobaka **yoki** turnir sifatida utkazilishi xam

mumkin.

Aylanma sistemasi buyicha kalendar tuzishda eng avval musobakalar utkazish uchun kerakli kalendar kunlari kuyidagicha aniklanadi: katnashuvchi komandalarning soni juft bulgan paytda — musobaka uchun kerakli kalendar kunlarining soni komandalarning sonidan bitta kam buladi, tok bulganda.—teng buladi.

Aylanma sistemasi buyicha kalendar ikki usulda tuzilishi mumkin: *takomillashgan* va *soddalashtirilgan*. Birinchi usulda avval tok sonli komandalar uchun jadval tayyorlanadi. Komandalarning soni juft bulganda oxirgi son vaktincha xisoblanmay turiladi. Avval kalendar kunlarining soniga teng vertikal chiziklar chiziladi. Birinchi chizikning tepasiga birinchi nomer, shu chizikning atrofiga esa kolgan nomerlar soat strelkasnning xarakati buylab joylashtiriladi. Boshka vertikal chiziklar orasiga nomerlar ketma-ket «ilon izi» shaklida yozib chikiladi. Masalan, 5—6-komanda uchun uyin kalendari kuyidagicha tuziladi.

I KUN				III KUN				V KUN	
1				2				3	
5	2		1		3		2		4
4	3		5		4		1		5
		4				5			
		II KUN				IV KUN			

Komandalarning soni tok bulgan paytlarda vertikal chiziklarning yukorisidagi va pastidagi komandalar shu uyin kunlari musobakalarda katnashmaydilar.

Komandalarning soni juft bulgan paytlarda esa vaktincha xisoblanmay turilgan oxirgi juft son vertikal chiziklarning yukorisida va pastida joylashgan sonlarga kushib chikiladi. Bunda yukoridagi sonlarga chap tomondan, pastdagilarga u ung tomondan kushiladi.

Musobaka natijalarini xisoblash jadvalini mazmuni.

Musobaka natijalarini kuyidagi tartibda xisoblash mumkin: galaba uchun 1 ochko, maglubiyat uchun - 0 ochko. Musobaka oxirida ochkolar soni kushib chikiladi. Enng kup ochko tuplagan komanda birinchi urinni erallaydi. Kolgan komandalar xam yikkan ochkolarining soniga karab, tegishli urinlarni egrallaydilar. Birinchi uringa da'vogar komandalarning ochkolari soni agar teng bulib kolsa, u xolda shu komandalar uzaro kushimcha uchrashuv utkazadilar. Uchrashuvda galaba kilgan komanda yukori urindan joy oladi.

Agarda uch va undan ortik komandalarning ochkolari soni barobar bulib kolsa, unda uzaro uchrashuvlarning natijalari xisobga olinadi, Bu kursatkich xam bir xil bulganda esa shu uchrashuvlarning natijalari xisoblab chikiladi (yutgan va yutkazgan ochkolar).

Musobakalarda xar bir kollektivdan bir nechta komanda katnashgan bulsa, unda xar bir komandaning natijasi aloxida baxolanadi. Bunday baxolash standart ravishda bulmasdan, balki xar bir musobakadan kuzlangan maksadga karaladi. Masalan, usmirlar komandalarining ishlariga kuprok e'tibor berish lozim bulsa, shu komandalar uyinlarining natijalari yukorirok baxolanadi.

Aylanma sistema buyicha utkazilgan musobakalarning texnik natijalari jadvalda kursatilgan.

Musoba nizamning mazmuni.

Tasdiklangan sport musobakalarining kalendari asosnda xar bir musobaka uchun aloxida «Nizom» tuziladi. Kalendar musobakalarini tayyorlash va utkazish

«Nizom ishlab chikishdan boshlanadi va bu «Nizom» musobaka utkazishda asosiy xujjat bulib xisoblanadi.

Musobaka «Nizom»i fizkultura kollektivining ukuv-trenirovka va sport ishlariga katta ta'sir kursatadi. «Nizom»ni oldindan anik bilish ukuv sport ishlarini tugri rejalashtirishga yordam beradi. «Nizom» musobakada katnashadigan barcha tashkilotlarga oldindan yuboriladi.

Musobaka nizomi mazmuni kuyidagilarni uz ichiga oladi:

1. Musobakaning maksad va vazifalari ular kuyidagilardan iborat bulishi mumkin:

a) ukuv-trenirovka ishlarining yakunini tekshirish;

b) basketbolchilarning tayyorgarligini tekshirish va kuchlarni aniklash;

v) sportchilarning sistematik ravishda trenirovka kilishga va sport maxoratlarini oshirishga bulgan kizikishlarini oshirish;

g) basketbol uyinini ukuvchi yoshlar urtasida keng yoyish va boshkalar.

2. *Musobaalarni utkazish vakti va joyi* kursatiladi. Agar musobakalar sportchilarning doimiy turar joylarida utkazilmasa, u xolda yetib kelish va ketish kunlari kursatiladi.

3. *Musobakalar utkazishga raxbarlik.* Musobakalarni utkazish bevosita kaysi tashkilot zimmasiga yuklanganligi va musobakalarni ta'minlaydigan xakamlar xay'atini kim tasdiklashi kursatiladi.

4. *Musobakalarda katnashuvchi tashkilotlar va sportchilar.*

Kaysi tashkilotlar va komandalar musobakalarga kuyilishi, katnashuvchilar kanday talablarga javob berishlari lozimligi kursatiladi.

5. *Musobakalarni utkazish tartibi* (dastur). Musobakalar kaysi sistema (aylanma, olimpiya, aralash) buyicha utkazilishni batafsil kursatiladi. Kur'a tashlash vakti, joyi va uning asosiy talablari ma'lum kilinadi. Musobaka natijalarini *aniklash* tartiblari belgilanadi (ochkolar soni bir xil, durrang, uyinga kelmaslik va boshka xollar).

6. Tashkilotlarni, *komandalarni, katnashchilarni va trenerlarni* mukofotlash. Tashkilotlar, komandalar, katnashchilar va trenerlar kaysi urin uchun nima bilan

mukofotlanishlari kursatiladi.

7. Katnashuvchi, tashkilotlar va komandalarni kabul kilish shartlari.

Musobaka katnashchilari musobaka utkazish joylalarida kaysi vakt davomida, kaysi tashkilot xisobiga nimalar bilan ta'minlanishi ma'lum kilinadi.

8. Bildirishnomalar (*Zayavkalar*). Musobakalarda katnashish uchun dastlabki va oxirgi bildirishnoma berish tartibi, muddati xamda zarur bulgan kushimcha xujjatlar (pasport, sinov daftarchasi talabalik guvoxnomasi sport razryadi va boshkalar) kursatiladi.

Musobokalarni uyushkoklik bilan tashkillash va yukori saviyada utkazish uchun musoboka (nizomiga) asosan belgilangan tartibda musobokada xizmat kilish uchun xakamlar xay'ati tarkibi musoboka utkazayotgan tomondan tasdiklanadi. Musoboka utkazish tashkiloti uchun xakamlar xay'ati ya'ni; bosh xakam, maydondagi xakam va ularni yordamchilari sekundamerchi xakam, musobaka kotib, xakami axborotchi, xakam, operator 30 sekunt dakikani nazorat kiluvchi xakam, musobaka tibbiy xodimi tarkibidan iborat buladi.

Bosh xakam.

Bosh xakam xakamlar xay'atiga raxbarlik kiladi. Musobaka utkazilayotgan tashkilot va tegishli basketbol federasiyasi oldida musobakalarning yukori saviyada utkaziga maxsus shaxs xisoblanadi.

Bosh xakam musobaka boshlanishidan oldin sport maydonlarini, zallarini jixozlanishi, asbob anjomlar, sport jixozlarni tayyorgarliklarini va zarur xujjatlarning tayyorgarligini, ularning amaldagi koidalarga mufovikligini tekshiradi.

Bosh xakam musobaka arafasida xakamlar a'zolari bilan yigilish utkazadi va ularga vazifalar taksimlaydi xamda ishtirokchi jamoalar soniga karab xakamlar birigadasini tuzadi.

Bosh xakam musobakalar davomida musobakalarning koidalari va musobaka nizomiga muvoffik ularning utkazilishini boshkarib boradi. Ayrim xollarda, ya'ni agar musobakalar boshlanishidan oldin musobaka utkazish joyi, jixozlar yeki asbob anjomlar yaroksiz xolatda bulsa, bosh xakam musobakalarni

bekor kilish yoki nokulay ob-xaova sharoitlarida yoki musobakalar utkazishga xalakit beriladigan boshka kandaydir sabablarga kura vaktinchalik tannaffus berish mumkin.

Bosh xakam musobakalarning oxirgi kun xakamlar, jamoa vakillari, sport murabbiylarning yakuniy majlisini utkazadi, natijalarni tasdiklaydi va xamma bajarilgan ishlarga baxo kuyadi.

Musobakalarning bosh kotibi

Musobaka bosh kotibi xakamlar yigilishlarini bayennomasini yezib boradi, kur'a tashlash marosimini utkazadi va aylanma buylab uchrashuvlar tartibini belgilaydi, musobaka jadvalini tuzadi va xamma xakamlar xujjatlarini tuldirib beradi, ariza va norozilik bildirishnomalarini kabul kiladi, ular tugrisida bosh xakamga xabar beradi, musobakalarning utkazilishi tugrisidagi texnik xisobotni tayyorlaydi.

Sekundamerchi – xakam

Sekundamerchi – xakam tomoshabinlarni va maydondagi xakamlarga vakt tugrisida ogoxlantirib boradi. Maydondagi xakamni xushtagi bilan sekundamerni ishlatadi yoki tuxtatadi.

Agar uyinchilardan birontasi jaroxat olganli yoki uni kiymida kamchilik borligi sababi tuxtatilsa, sekundamerchi xakam vakti tuxtatadi.

Bundan tashkari maydondan tup chikkanda, jarima tuplari berilganda, uyinchilar almashganda sekundamerchi xakam vakti tuxtatadi.

Basketbol uyini sof 20 minut dakika tup maydonda xarkati xisobganlik sababli sekundamerchi xakamdan juda xusherlik va vakti uz vaktida tugri nazorat kilib borish mavsuliyati yuklatiladi.

Axborotchi xakam

Axborotchi xakam musobakalarni utkazish tartibini e'lon kiladi va xar bir bellashuvni natijalarni, musobakani borishini tushuntirib boradi. Musobaka

ishtirokchilarning sport faoliyatiga tavsiya beradi. Musobakalar borish tugrisidagi xamma ma'lumotlar musobaka bosh xakami ruxsati bilan beriladi.

Musobaka tibbiy xizmati

Musobaka tibbiy xodimi xakamlar va musobaka ishtirokchilarni tibbiy kurikdan utishi va musobakalarni sonitariya-gigiyenik sharoitlari uchun ma'sul xisoblanadi.

U musobaka ishtirokchilarini jaroxatlanganda yeki kasal bulib kolganda birinchi tibbiy yordam kursatadi.

Xakamlar imo-ishoralari (Jestlar)

Uyin jarayenida uyinni yukori saviyada utishi va jamoa uyinchilarini belgilangan tartibdagi uyin koidalariga rioya kilishni taminlanishi maydondagi xakamlar faoliyatiga katta boglikdir.

Basketbol uyinida xakam belgilagan koidalarni uz vaktida anik kursatish uchun belgilangan koidadagi uyin koidalarini ifoda kiluvchi imo-ishoralarni tulla egalagan bulish kerak.

Koydada kursatilgan imo-ishoralar barcha xakamlar uchun asos xisoblanadi va fakat koidadagi imo-ishoralarni kursatishlari shart.

Bundan tashkari uyinda kotiblik va sekundametr nazoratini olib boruvchi xakamlar xam xakamli imo-ishoralari bilan yaxshi tanishgan bulishlari shart.

Xakam uyin koidasi buzilganda xushtak bilan birgalikda kullari bilan kaysi uyin koidasi kim tomonidan buzilganligini imo-ishora bilan tez xamda anik kursatishi kerak. Xalkaro basketbol federatsiyasi tomonidan uyin koidalarini tasvirlash uchun tasdiklangan 37 punkdan iborat xakamlar imo-ishoralari (Jesti) mavjud.

Musobaka bayonnomasi va uning mazmuni.

Basketbol musobokalarida uchrashadigan jamoalarni nomlari, musoboka utkaziladigan manzil, joyi, ularni muddati (vaktini) xamda uyinchilarni ismi sharflari va ularni nomerlari, jamoalarni tanaffus olgan vaqtlari xamda musoboak jarayonida xisoblarni (tashlangan tuplarni) kayt kilib boruvchi rasimiy xujat musoboka bayonnomasi xisoblanadi.

Musoboka uyinlarini borishni kayt kiluvchi rasmiy bayonnoma xalkaro basketbol federasiyasi (FIFA) tomondan tasdiklangan bulib uni birinchi kismini musoboka jadvaliga asosan jamoalar sport murabbiylari tomonidan musoboka boshlangunga kadar 10 minut oldin uyinda ishtirok etuvchi uyinchilarni ismi sharflari va nomerlarini yozib tuldiradi. Bayonnomani kolgan kisimlarni ya'ni uyinchilarga e'lon kilingan jarima tuplarni, ularni vakti va uyinni birinchi xamda ikkinchi kislmlarda belgilangan punktlarini musoboka kotibi tomonidan belgilangan tartibda tuldiradi.

Musoboka kotibi uyin tomom bulgandan sung yakuniy xisoblarni chikarib barcha musoboka xakamlarga xamda komanda sarkardalariga imzo kuydirib musoboka bosh xakamiga topshiradi. Musoboka bayonnnomasi jamoalar urtasida musobokani utkanligi va jamoalardan bittasi golib chikkanligini yoki maglubiyatga uchraganligini belgilovchi rasmiy xajjat xisobdi.

XULOSA

Prezidentimiz Islom Abduganiyevich Karimov imzo chekkan «Jismoniy tarbiya va sport tugrisida»gi konunining Uzbekiston Respublikasi Oliy Kengashi tomonidan kabul kilinishi mamlakatimiz ijtimoiy-siyosiy, madaniy-ma'rifiy xayotida muxim vokea buldi. Konun moddalarining xayotga joriy etilishi natijasida yangi-yangi uyingoxlar kad kutardi, sport turlariga ixtisoslashgan maktablar soni oshdi, nufuzli musobakalar tashkil kilindi. Xamyurtlarimiz olimpiada, Osiyo uyinlari, kit'a va jaxon chempionatlari xalkaro turnirlarida ishtirok etishlari ta'minlandi. Bir suz bilan aytganda mamlakatimizda soglom avlodni tarbiyalash yulida sezilarli kadamlar tashlandi.

Xulosa kilib aytganimizda sport musobaqalarini o'tkazish va tashkil qilish juda yaxshi natijalarga olib kelinishi kurs ishida kiskacha bulsada yoritib berdik.

- Jismoniy tayyorgarligini oshirishda tezkorlik, kuchlilik, chakkonlik, egiluvchanlik, chidamlilik sifatlarini oshirishda maxsus mashklardan foydalanishi lozim.

- Mashg'ulotlarda sportchilarni kuprok texnik va taktik usullarga urgatilishi maksadga mavofikdir.

- Sportchilar bilan indivudial yondoshish zarur.

- Mashg'ulotlar kuprok tog yon bagrlarida ochik xavoda utkazilsa yanada samaradorligi oshadi.

- Musobaka oldi ukuv trenirovka yiginlarining utkazilishi tajribada tekshirib kurilganda maksadga muvofikligi aniklandi.

- Jismoniy sifatlarini takomillashtirishda yangi pedagogik texnologiyalardan foydalanish zarur.

- sport o'yinlari musobakalar koidasi ma'lum yosh guruxlariga mos kelgan turli masofalarda musobakalashish imkonini beradi. Birok, katnashuvchilarning yoshi va jinsini xisobga olgan xolda, ularga sport razryadini bajarish xukukini beradigan yugurish bo'yicha musobakalarini utkazish maksadga muvofikdir.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI

- 1.O'zbekiston Respublikasi Konstitusiyasi - T.: O'zbekiston, 1992.-44 b.
- 2.Karimov I.A. Bizdan ozod va obod Vatan qolsin. – T.: O'zbekiston, 1994.-300 b.
- 3.Karimov I.A. Tarixiy xotirasiz kelajak yo'q //Muloqot. –T.:, 1998.- №5. -B.1-6.
- 4.Karimov I.A. O'zbekiston XXI asr bo'sag'asida xavfsizlikka tahdid, barqarorlik shartlari va taraqqiyot kafolatlari. – T.: O'zbekiston, 1997. – 326 b.
- 5.Karimov I.A. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisining XIV sessiyasi materiallarini ta'lim muassasalarining o'quv dasturlariga kiritish to'g'risida. – T.,1999. – 15 b.
- 6.O'zbekiston Prezidentining “O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risida”gi // Xalq so'zi.-2002.-24 oktyabr.
- 7.O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining “O'zbekiston bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi faoliyatini tashkil etish to'g'risida”gi // Xalq so'zi.-2002.-31 oktyabr.
- 8.O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining “O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi // Xalq so'zi.-1999.-27 may.
- 9.O'zbekiston Respublikasi “Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida”gi qonuni //Xalq so'zi.- 2000. – 28 may.
- 10.Barkamol avlod O'zbekiston taraqqiyotining poydevori. –T.: Shark,1998. - 63 b.
- 11.O'zbekiston Respublikasi “Ta'lim to'g'risida”gi qonuni. // Turkiston.- 1997. - 1 oktyabr.
- 12.Abdullayev U. «Xalq o'yinlari milliy sport turlarini tiklash va aholini jismoniy tarbiyalashda ulardan keng foydalanish usullari» mavzusiga bag'ishlangan jumhuriyat milliy-amaliy anjumanining tezislari. 19-20 aprel 1991 yil 1-qism, B-12-15.
- 13.Abdumalikov R., Abdullayev A. Xalq milliy o'yinlari mazmunida ma'aviyat asoslari. T.: 1995. – B.14.
- Ayrapetyans L.R., Godik M.A. Sportivnyye igrы. Toshkent, Ibn Sino, 1991.
14. Adashkyavichene E.Y. Basketbol dlya doshkolnikov. Moskva, Prosveshcheniye. 1985 y. 134 s.

15. Bogen M.M. Obucheniye dvigatel'nyim deystviyam. M.: Fizkultura i sport. 1985.-192 b.
16. Bayirbekov M. Pedagogicheskiy kontrol spetsializirovannykh nagruzok prыjkovoy napravlennosti voleybolistov vysshey kvalifikatsii v sorevnovatel'noy i trenirovochnoy deyatel'nosti, Avtoref. k.p.n., T., 2002 g., 23 s.
17. Verxoshanskiy Yu.V. Osnovy spetsialnoy fizicheskoy podgotovki sportsmenov, M, FiS, 1988 g., 330 s.
18. Garipov A.T. Faktornaya struktura i metodika skorostno-silovoy podgotovki yunых voleybolistov, Avtoref. diss.k.p.n., M., 1990 g., 23 s.
19. Godik M.A. Pedagogicheskiye osnovy normirovaniya i kontrolya sorevnovatel'nykh i trenirovochnykh nagruzok, Avtoref. diss. D.p.n., M., 1981 g., 42 s.
20. G'aniyeva F.V. Xujumda jamoa bo'lib xarakat kilishni uyushtirishda kulllaniladigan mashklar. Usl.kullanma. 1998. 164 b.
21. Jeleznyak Yu.D. Sportivnaya oriyentatsiya i otbor (Voleybol. Uchebnik dlya IFK), M., FiS, 1991 g., s. 122-129.
22. Jeleznyak Yu.D., Ivoylov A.V. Voleybol (Uchebnik dlya IFK), M., FiS, 1991 g., 239 s.
23. Ismatullayev X.A., Ganiyeva F.V. Metody i sredstva vospitaniya fizicheskix kachestv basketbolistov. Metodicheskiye rekomendatsii. Tashkent, izd.otd.UzGosIFK, 1996. 168 s.
24. Ismatullayev X.A., Ganiyeva F.V. Basketbolda texnik priyemlarni egallashda yordam beruvchi xukkabozlik mashklari. Metod.kullanma. T., 1999. -184 s.
25. Ismatullayev X.A., Ganiyeva F.V. Metody i sredstva vospitaniya fizicheskix kachestv v basketbole. Metod.rekomendatsii. T., 1996. 146 s.
26. Ismatullayev X.A., Ganiyeva F.V. Basketbol uyinida xakamlarning joylanishi va ularni uzaro xarakatlari. Metod.kullanma. T., UzDJTI, 1996. 154 b