

**O'zbekiston Respublikasi
Oliy va o'rta-maxsus ta'lim vazirligi**

**QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI
Fakultetlararo jismoniy tarbiya kafedrası
o'qituvchisi**

Xudaynazarov Quvondiqning

REFERATI

Mavzu: Voleybol o'yini xaqida tushincha

Qarshi 2010 yil

Voleybol o'yini haqida tushuncha.

Reja:

1.Voleybol uyinining vujudga kelishi, uning dastlabki qoidalari.

2.Voleybol uyinining sobik ittifokda vujudga qelish va rivojlanish tarixi.

3.Xulosa.

Voleybol jamoasi o`yin turlariga mansub bulib , o`yinda ikki jamoaning xar birida 6 kishi bulishi shart. Zaxiradagi o`yinchilar soni 2 tadan 6 tagacha bulish mumkin.

O`yinchilarning sport kiyimi – futbolka, trusi va shippak. O`yinchilarning yoshi va jinsiga karab turning balandligi quyidagicha:

Qizlar:	13-14	2m 10 sm
	2m 20 sm	

Ayollar:	17-18 va bundan kata yoshdagilar uchun	2m 24 sm
O`gil bolalar:	13- 14	2m 20 sm
	15-16	2m 35 sm

Erkaklar: 17-18 va bundan katta yoshdagilar uchun 2m 43 sm. O`yin uchyoki besh partiyadan iborat bulib, xar bir partiyada 15 ochkogacha davom etadi. Agar ochkolar 15:15 bulsa, uyin 17 ochkogacha davom etadi. Sungi partiyada (3va 5) da o`yin hisobi «taymberd» asosida olib beriladi. Ya`ni o`yindagi xar bir harakat natijasiga qarab tupni o`yinga Kirishi xukuki qaysi jamoada bulishidan katiy nazar jamoaga maglubiyat yoki galaba keltirishi mumkin. Hal kiluvchi partiyada o`yin 2 ochko fark kilguncha davom etadi: o`yin jarayonida texnik malakalarni bajarishdagi xatolar.

- Tupni o`yinga kiritishda :agar irg`itilmasdan tugridan- tugri «qo`ldan» urilsa
- Tupni o`yinga kiritishda belgilangan chegara chiziklarini bosish, tup irgitilsayu, lekin urilishmasdan tanaga tegsa va xokozo.
- Tupni uzatishda: tup kaftga tegsa ilib olinsa, ikki kul ketma – ket yoki xam tanaga xam qulga tegsa va xokozo
- Zarba berishda: tana va tana kismalarini turga tegib ketishi (9-metirli belgilardan chegara oraligida) kunish vaktida oyok urta chizikdan butunlay utib ketsa, rakib tomondagi tupga tegilsa va xokozo.

Ximoyada

- Tupni qabul qilishda: agar tupni uzatishdagi xatolar bulsa:
- Tusik quyishda : zarba berishdagi xatolar bulsa, ochko olishdan yoki tupni o`yinga kiritish xuquqidan maxrum qladi.

Voleybol 1895 yil o`yining vujudga qelishi, uning dastlabki qoidolari:

Voleybol 1895 yilda Amerika kushma shitalarning Massachisets shitatidagi Xoliok shaxrida yosh xristianlar itifokini jismoniy tarbiya buyicha raxbari pastor Bulyam Morgon tomonidan yaratilgan. I voleybol o`yinini oddiu, kup mablag sarflamasdan tashkel etishni kuzda tutib Yangi o`yinning qoidalarini ishlab chikdi:

1896 – yilda Springsild shaxridagi kollej deritori doktor Alfered Xalsted bu o`yinga «voleybol» deb nom berdi. «voleybol» inglizcha suz bulib, uzbek tilida «parvoz qiluvchi tup» degan ma`noni beradi.

1897 yilda tadbik etilgan b`zi bir uyin qoidolari quydagicha edi.

1. maydoncha chegaralari 7,6 x 15,1 m
2. tupning ulchamlari 0,65 x 8,2 sm
3. tupning vazni 340 g, aylanasi 63,5-68,5 sm
4. o`yinchilarning soni chegaralanmaydi va xokozo.

1895-1920 yillarda o`yini rivojlonishining birinchi boskichi bulib xisoblanadi. O`yinning boshka davlatlarda vujudga qelishi va rivojlanishi quydagicha.

1900- yil Konada, 1908 yil- Kuba, 1910 yil- Peru, 1917 yil Brazelya, Urugvay, Meksika, Osiyoda, 1900- 1913 yillar Yaponiya, Ktoy, Filipenda, 1914 yil – Angiliya, 1917 yil – Fransiya.

Voleybol o`yining sobik ittifoqdi vujudga kelishi va rivojlanishi.

Voleybol sobik ittifoqdi 1920 – 1921 yillarda o`rta volga (Kozon, Nijniy, Mavgaliya nixoyalarida tarkala boshladi. 1922 yildan boshlab voleybol Vseovuch (umumiy xarbiy tayyorgarlik)tarkibida kiritildi.

Maskivada voleybol bilan shugillanishga san`at va teatr vakellari kirishdilar 1923 yilda tashkel yetilgan Dinama jamiyat sportining boshka turlari bilan bir qatorda voleybolni xam targib qila boshadi.

Xuddi shu yillarda voleybol Uzok sharkda – Xabarovsh va Vladivostokda paydo bulgan. 1925 yillarda esa Ukrainada rivojlana boshladi.

SSJI da jismoniy tarbiya va sportning kiyngi taraqqiyoti uchun RKP vNK1925 yil 13 iyul karori katta axamiyatga ega buldi. Unda ommani tarbiyalashning samaraliy usullaridan biri bulgan jismoniy tarbiya va sportni keng rivojlvntirish zarurligi o`qtirib o`tildi. Markaziy kumita qarori voleybolning toboro tarkkiyot etib borishiga kuchli ta`sir kursatdi. Savet davri voleybolchilari uz oldilariga mamlakatga voleybolni ommalashtirish, tarbiyaviy ishlarni kuchaytirish, texnika va taktikani mukammallashtirish, uyinchilarni xar tomonlama jismoniy tayyorgarligini yuksaltirish kabi kator vazifalarni kuydilar.voleybol xama yerda tarkala boshladi. Shu Bilan boglik ravishda musobakalarning yagona koidalari ishlab chikish zaruriyati tugildi.

1925 yilning yanvarida Maskiva jismoniy tarbiya kengashi voleybol buyicha musobakalarning birinchi rasmiy koidalarini tuzib tasdikladi. Turning balandligi – ayollar uchun 2 m 20 sm va erkaklar uchun 2m 40 sm kilib belgilandi. Ayollar jamoalarida uyin 15x 7,5 ulchamda maydonchada utkaziladigan buldi.

1926 yillarda voleybol fakatgina Maskvada emas, balki Ukrainada,SHimoliy Kavkazda, Kavkazortida,Uzok shark va Urta Volga ulkalarida kam keng tarkaldi.

«SSZI» voleybolda taallukli muxim vokealardan biri 1928 yilning avgustidabirinchi Butunittifokida,Uzok Sharkda va urta volga ulkalarida xam keng karkala boshladi. Maskva ayollari jamoasi golib chikdi.

Birinchi butunittifok sportakidasida voleybolchilarning uchrashulari musobaka koidalarining aloxida bandlarini yagona tartibda izoxlash uchun imkon berdi. Bu yerda ayollar jamoalari birinchi bor normal ulchovli maydonchalardan (18/9 m) uynaydilar.

Shuni takedlash kerakki,terma jamoalarning Butin ittifok sportakiadasiga tayyorlanishi voleybolni joylarda ommaviy ravishida turtki buldi. Butinittifok spartakidiasi arafasida utkazilgan Ukraina birinchiligida jumxuriyatning viloyat shaxarlardan 21 jamoasi ishtirok etdi. Kavkazorti eng kichik jamoasini aniklash uchun Boki, Titlis va Erevon shaxarlarining jamoalararo uchrashuvlar utkazildi .

1931 yilda BLKYeI tashabbusi Bilan mamlakatimizda jismoniy tarbiyaning asosi bulgan . « mexnat va mudofooda tayyor» Butinittifok kompleksi ta'sir etildi. Bu tadbirda voleybolchilarning umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarliklarini yuksaltirishdagina emas, balki yoshlarni voleybol mashgulotlariga jalb etishga xam imkoniyat yaratdi.

1932 yildan avval « voleybolchilarning Butinittifok bayrami» deb atalgan « sobik ittifok» birinchiliklari muntazam utkazila boshladi.

1935 yil uyinchilarning xalkaro uchrashuvlarida birinchi bor kuch sinashib kurganligi tarixda uchmas iz koldirdi. Toshkentda va Maskva voleybolchilarimizning Avgoniston jamoasi bilan ikta urtoklik uchrashuv bulib utdi. Uyin Avgon koidalari buyicha utkazilganligiga

karamats (jamoada 9 uyinchi bor edi, uyin 22 ochkoda davom etdi uyinchilar maydonda joy almashmadilar) sovet voleybolchilarini osongina goliblikga erishdilar.

1936 yilning eng ommaviy uyinlaridan biri VSPS Kuvigi uchun 100 dan jamoa bilan utgan musobakalar buldi. Kubkning Maskvaning ayollari va erkaklar jamoasi «Medik» kulga kiritdi.

Voleybolning texnik va taktikasigina emas, musobaka koidalari xam uzgarishda davom etardi. Ya'ni 1935 yilda erkaklar uchun 2 m45 smga kutarildi 1937 yildan esa ayollar 2 m 25sm bulib koldi.

Maydonchada xujum chizigi velgilanadi va old xamda orka uyinchilari degan tushuncha paydo buldi.