

**O`ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O`RTA MAXSUS
TA`LIM VAZIRLIGI
TERMIZ DAVLAT UNIVERSITETI**

JISMONIY MADANIYAT FAKULTETINING

JISMONIY TARBIYA NAZARIYASI VA METODIKASI KAFEDRASI

**“Dzyudo kurashida hakamlilik qilish va musobaqalarni o`tkazish qoidalari”
mavzusida yozgan**

BITIRUV MALAKAVIY ISHI

Bajardi: 5141900 jismoniy tarbiya va
jismoniy madaniyat yo`nalishi
bitiruvchisi 4 kurs talabasi
Raximov Dilmurod Nralievich
Ilmiy rahbari: xtsu Daminov I. A

Termiz – 2013 yil

MUNDARIJA

KIRISH.....	3
1. HAKAMLIK HAY`ATI.....	5
2. TEXNIK-KOTIB, TABLO XAKAMI, XRONOMETRCHI-XAKAM MA`LUMOT BERUVCHI XAKAM.....	8
3. MUSOBAQA O`TKAZISH JOYI (bellashuv hududi).....	11
4. YOTIB KURASHISH.....	14
5. HAKAMNING BUYRUQLARI VA BAHOLASHLARI.....	15
6. OG`RITISH VA BUG`ISH USULLARI.....	22
7. MAN ETILGAN HARAKATLAR VA JAZO.....	23
8. YANGI KIRITILGAN QOIDALARI (2013-Y).....	28
9. JAROHATLAR, KASALLIKLAR, BAXTSIZ HODISA, TIBBIY YORDAM KO`RSATISH.....	33
10. MUSOBAQADA O`Z VAQTIDA BO`LMASLIK YoKI ISHTIROK ETISHDAN VOZ , KEChISH (“FUSEN-GACHI” VA “KIKEN-GACHI”).....	36
11. BELLASHUV VAQTIDA HAKAMNING HARAKATLAR TARTIBI.....	36
XULOSA.....	49
ADABIYOTLAR.....	50
ILOVA 1–2	51
ILOVA 3.....	53
ILOVA 4	54
ILOVA 5.....	57
ILOVA 6.....	58
ILOVA 7.....	59
ILOVA 8.....	60
ILOVA 9	61

KIRISH

Mavzuning dolzarbligi. O'zbekiston Respublikasi istiqbolga erishganidan so'ng qabul qilingan "Ta'lim to'g'risida", "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi", "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi va boshqa farmonlar tub ijtimoiy, siyosiy, iqtisodiy, ma'naviy va madaniy o'zgarishlarni yuzaga keltirmoqda. Jumladan, oliy ta'lim tarmoqlarida ham o'quv-tarbiya uslubining eski yo'nalishidan voz kechilmoqda. Yangi pedagogik texnologiyani joriy etishni esa davrning o'zi taqozo etmoqda. Natijada bu sohada sifat o'zgarishlari ro'y bermoqda. Jumladan, oliy ta'lim tizimining ajralmas qismi bo'lgan jismoniy tarbiya va sport sohasidagi mutaxassislar oldida ham bir qator dolzarb muammolar paydo bo'lmoqda. Ularni hal etish esa yosh avlodni barkamol qilib tarbiyalashga xizmat qiladi.

Sport–sportchilarning qat'iy tartib va qoidalar asosida musobaqalashish faoliyati.

Sport–aqobat, bahs, adolat, taraqqiyot, zavqlanish, rohat, chaqiriq, tinchlik, birlik va do'stlik demakdir

Sport - odamlarni har tomonlama rivojlangan qilib tarbiyalash, salomatligini mustahkamlash, mehnatga va mustaqilligi uchun kurashga tayyorlash usuli va vositasi bo'lib aqliy va jismoniy mashqlar, musobaqalar va bahslardan tashkil topgan

Ishning maqsadi va vazifalari. Sportning vazifasi yuqorida aytilgan bilan bir qatorda musobaqa va bahslarda yuksak natijalarga erishmoq va g'alaba qozonmoqdir. Ishning maqsadidan kelib chiqib, uning vazifasi belgilandi:

- Mamlakatimizda dzyudo kurashi bilan shug'ullanuvchilar sonini ko'paytirish ya'ni o'zimizning milliy kurashimiz bilan shug'ullanuvchi yoshlar dzyudo kurashiga ham ishtirok etishi.
- dzyudoda hakamlik qilishning o'ziga xos xususiyatlarini yuzaga chiqarish;
- hakamlar hay'ati va ularning turlari, vazifalarini yoritish
- musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish qoidalariga batafsil to'xtalish;

– dzyudochilarning musobaqa sharoitida, texnik-taktik tayyorgarligini nazorat qilish va musobaqaga qatnashish uchun dzyudochilarga qo'yiladigan talablar ahamiyatini aniqlash.

Ishning ob'ekti va predmeti. Dzyudoda hakamlik qilish va musobaqalarni o'tkazish ishning ob'ekti bo'lib, uning o'ziga xos xususiyatlarining ochib berilishi (stilistik aspektida o'rganilishi) ishning predmeti hisoblanadi.

Ish natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati. Ish natijalari va xulosalari ko'rsatib, kurashda hakamlik qilish va musobaqalarni o'tkazishning o'ziga xos xususiyatlari haqida ma'lumot berishda, ushbu mavzuga doir kurs ishlari, mustaqil ishlarini yozishda olimpiya zaxiralari kollej va Oliy ta'lim muassasalarida o'qitish jarayonida dzyudoda hakamlik qilish va musobaqalarni o'tkazish haqida ma'lumot berishda keng foydalanish mumkin. Ishdan kelib chiqadigan xulosalar dzyudoning shakllanishida, musobaqalarni o'tkazish bo'yicha darslik va qo'llanmalar yaratishda omili sifatida xizmat qiladi.

1. XAKAMLAR HAY`ATI.

XAKAMLAR HAY`ATI TARKIBI.

1. Xakamlar hay`ati tarkibi musobaqa o`tkazayotgan tashkilot yoki federatsiya tomonidan tasdiqlanadi.

2. Xakamlar hay`atiga quyidagi a`zolar kiradi:

Xakamlar komissiyasi a`zolari

Bosh xakam

Bosh xakam o`rinbosari (tatami boshqaruvchisi).

Bosh kotib

Bosh kotib o`rinbosari

Kotiblar

Tatamidagi xakamlar

Tablodagi xakamlar

Xronometrchi-xakamlar

Texnik kotiblar

Ma`lumot beruvchi xakamlar

Ishtirokchilar yonidagi xakamlar

3. Bundan tashqari musobaqa o`tishini quyidagi kishilar ta`minlaydi:

Vrachlar, xamshiralar

Musobaqa komendanti

Texnik xizmat xodimlari (elektron tablo, kompyuterlar va radist mutaxassislar).

4. Dzyudochilarning musobaqadagi harakatini arbitr va yordamchi xakamlar guruhi baholab boradi. Ularning har biri sportchilar harakatini mustaqil ravishda baholab boradi va har biri munozarali holatlarni musobaqa qoidalari asosida o`z nuqtai nazarini asoslab bermog`i lozim.

Bahoni va jazoni arbitr birinchi bo`lib ko`rsatadi. Agar yon tomondagi xakamlar arbitr qaroridan norozi bo`lsa, o`z qarorini rasmiy ishoralar orqali ko`rsatadi.

5. Xakam xakamlik kiyimida bo'lishi, xakamlik toifasini tasdiqlovchi hujjati bo'lishi, toifasiga munosib xakamlik nishoni bo'lishi shart.

Kerakli xakamlar sonining hisobi 8 ilovada ko'rsatilgan.

6. Dzyudochilar bellashuvini quyidagi xakamlar tarkibi xakamlik va nazorat qiladi: tatami boshqaruvchisi, sekundometrchi, tablodagi xakamlar, arbitr, yoamchi xakam va texnik kotib.

7. Xakamlar ushbu qoidalar asosida ish ko'rmog'i lozim.

8. Kata bo'yicha musobaqalarni bir vaqtning o'zida bosh hakam boshchiligida beshta xakam va xakamlar komissiyasi vakilining nazorati orqali bajariladi.

Beshta xakamning har biri o'z joyida quyidagi narsalar qo'l ostida bo'lishi kerak:

- Rasmiy bayonnoma
- Avtoruchka
- A4 hajmli qisqichli planshet
- Qizil va ok bayroqchalar

BOSh XAKAM.

Bosh xakam xakamlik komissiyasi bilan birgalikda, musobaqa nizomi va qoidalari asosida musobaqa o'tishini boshqaradi. U musobaqa o'tkazayotgan tashkilot oldida musobaqa o'tishi bo'yicha javob beradi.

1. Bosh xakam vazifalari:

a) musobaqa o'tkaziladigan bino va uskunalarining qoidalar talabiga mos ravishda tayyorligini tekshirish, musobaqa o'tadigan joylarni qabul qilish haqidagi aktni tuzish (9 ilova), shu bilan birgalikda kerakli xujjatlar mavjudligiga amin bo'lish;

b) ishtirokchilarning vaznini o'lchashni tashkil etish va nazorat qilish;

v) ishtirokchilarning qur'a tashlashini tashkil etish va nazorat qilish;

g) musobaqaning o'tish jadvalini tasdiqlash;

d) musobaqa xakamlari va jamoa vakillari bilan musobaqadan oldin, musobaqa o'tayotgan har bir kun oxirida va zaruriyati bo'lgan paytda yig'ilishlar o'tkazish;

e) musobaqa o'tkazgan tashkilotga musobaqa tugagach 7-kundan kechiktirmay hisobot topshirish.

2. Bosh xakam vakolatlari:

a) musobaqa o'tkazish joylari va uskunalar musobaqa qoidalari talabiga javob bermasa, bosh xakam musobaqa o'tkazayotgan tashkilot vakili bilan birgalikda musobaqa o'tkazishini bekor qilish;

b) musobaqa o'tishiga xalaqit beradigan noqulay sharoitlar yuzaga kelganda, bellashuvni to'xtatish, tanaffus e'lon qilish yoki musobaqani to'xtatish;

v) zaruriyat tug'ilganda musobaqa dasturi va musobaqa o'tkazish jadvaliga o'zgartirishlar kiritish;

g) xakamlarga qo'pol muomala qilgan va o'z vazifalarini bajarishdan bosh tortgan jamoa vakiliga (murabbiy, jamoa sardoriga) ogohlantirish yoki o'z vazifasini bajarishdan chetlatishi mumkin.

3. Bosh xakam buyruqlarini bajarish xakamlar, ishtirokchilar, vakillar va murabbiylar uchun majburiydir.

4. Bosh xakam musobaqadagi o'z vazifasini vaqtinchalik o'rinbosari zimmasiga yuklashi mumkin.

BOSH KOTIB.

Bosh kotib musobaqa kotibiyati ishini boshqaradi.

a) mandat komissiyasi a'zosi bo'lib, ishtirokchilar vaznini o'lchashga kotiblarni tayinlaydi;

b) qur'a tashlashda ishtirok etadi;

v) musobaqa dasturini va musobaqaning o'tish jadvalini tuzadi;

g) musobaqa bayonnomasini yuritadi;

d) musobaqa aylanma tizim bo'yicha o'tkazilsa, uchrashuvlar tartibini tuzadi;

e) bellashuvlar bayonnomasini rasmiylashtirishni nazorat qiladi;

j) bosh xakam farmoyishi va qarorlarini rasmiylashtiradi;

z) musobaqa natijalarini va yakuniy hisobot uchun zarur bo'lgan ma'lumotlarni bosh xakamga tasdiqlatadi;

i) xakamlar, jamoa vakillari va ommaviy axborot vositalari vakillarini musobaqaga oid ma'lumotlar bilan ta'minlaydi.

BOSh XAKAM O`RINBOSARI (TATAMI BOShQARUVChISI).

Tatami boshqaruvchisi musobaqa paytida xakamlar stolida o'tiradi va quyidagi vazifalarni bajaradi:

a) xakamlar komissiyasi yoki bosh xakam xakamlar guruhini tayinlamasa, xakamlarni tanlash bo'yicha kompyuterda qura tashlash o'tkazilmayotgan bo'lsa, har bir bellashuvga xakamlar guruhini tatami boshqaruvchisi tayinlaydi;

b) tatamiga sportchilarni chaqiradi, ishtirokchi juftliklarni tanishtiradi, ma'lumot beruvchi xakam bo'lmasa natijalarni e'lon qiladi;

v) tatamida xakamlilik to'g'ri bajarilayotganini nazorat qiladi, tablodagi xakamlar, xronometrchi-xakamlar va ishtirokchilar yonidagi xakamlar ishini nazorat qiladi.

2. TEXNIK-KOTIB, TABLO XAKAMI, XRONOMETRChI-XAKAM, MA`LUMOT BERUVChI XAKAM.

1. Texnik-kotib tatami boshqaruvchisi stolida o'tirib. har bir bellashuv davomida xakamlilik bayonnomasining kerakli ustunlarini to'ldiradi (baholar, bellashuv vaqti, g'alabalar sifati). Har bir uchrashuv o'tgandan so'ng, xakamlilik bayonnomasini kotibiyatga topshiradi.

2. Tablo xakami tatami boshqaruvchisi stolida o'tiradi va texnik vositalar yordamida ishtirokchilarning familiyasini ko'rsatadi, arbitr e'lonidan so'ng baholar va jazolarni ham ko'rsatadi. Elektron tablo bo'lmasa yoki ishdan chiqsa, baholar va jazo qo'l yordamida ishlatiladigan mexanik tablo orqali ko'rsatiladi.

3. Xronometrchi-xakam tatami boshqaruvchisi stolida o'tirib, bellashuv xronometrajini va ushlarlar vaqtini o'lchashni olib boradi, elektron tablo bo'lmasa yoki ishdan chiqsa, bellashuv vaqtini mexanik xronometr orqali o'lchab boradi.

4. Ma'lumot beruvchi xakam musobaqa o'tish dasturi va tartibini e'lon qiladi, har bir bellashuv ishtirokchisini tanishtiradi va har bir bellashuv natijasini e'lon qiladi va xokazo.

ARBITR.

1. Arbitr odatda bellashuv hududida turib, bellashuvni boshqarib turadi. U xakamlar guruhining qarorlari tabloda to'g'ri ko'rsatilayotganini kuzatib borishi lozim.

2. Arbitr bellashuvdan oldin musobaqa maydoni, uskunalar sozligi, tibbiy, texnik va boshqa xodimlar tayyorligiga ishonch hosil qilishi kerak.

3. Arbitr o'z qarorini e'lon qilib turib, shunga muvofiq qo'l ishoralarini bajarayotganida, hech bo'lmasa bitta yon xakamni ko'rishi va yon xakam qarori arbitr qaroridan farq qilsa tezlik bilan o'z qarorini to'g'irlamog'i lozim.

4. Agarda texnik harakatning bahosi, yon xakam bahosidan baland bo'lsa, arbitr o'z bahosini yon xakam ko'rsatgan baland bahoga o'zgartirishi kerak.

Agar texnik harakatning bahosi yon xakam bahosidan past bo'lsa, arbitr o'z bahosini yon xakam ko'rsatgan past bahoga o'zgartirishi kerak.

Agar birinchi yon xakam bahosi baland, ikkinchisniki past bo'lsa, arbitr o'z bahosini berishi kerak.

5. Ikki sportchi ham yotgan holda kurashsa va boshlari bellashuv maydoni chegarasi tomon qaratilgan bo'lsa, arbitr xavfsiz hududdan turib kurashayotgan sportchilarni kuzatishi mumkin

6. Musobaqa boshlanishidan oldin arbitr va yon xakamlar o'zlarining tatamidagi bellashuv tugashini bildiruvchi moslamaning signali bilan tanishishlari, vrach va tibbiy xodimlar joyini bilishlari kerak. Xakamlar musobaqa maydonini ko'zdan kechirayotganda tatami sirti tekis va toza, matlarning orasi tirqish va kovaklarsiz bo'lishi kerak, yon xakamlar o'rindig'i o'z joyida, ishtirokchilar musobaqa qoidalari talabiga javob beradigan kiyimlarda bo'lishlari shart.

7. Arbitr tomoshabinlar va fotosur'atchilar tomonidan ishtirokchilarga xavf-xatar vujudga kelmasligini nazorat qilishi lozim.

ISHTIROKCHILAR YO'NIDAGI XAKAMLAR.

Ishtirokchilar yonidagi xakamlar quyidagi vazifalarni bajaradi:

- a) har bir uchrashuv oldidan ishtirokchilar borligini tekshirish, bo`lmagan holatda tatami boshqaruvchisiga xabar berish;
- b) sportchilarni musobaqa dasturi va ishtirokchilarni tatamiga chiqish ketma-ketligi bilan tanishtirib borish;
- v) sportchilarni tatamiga va bellashuv tugagach ortga kuzatish;
- g) doping-nazorati xizmati xodimlari tanlagan sportchilarni doping-nazorati o`tkazilayotgan hududga kuzatish;
- d) musobaqa g`oliblari va sovrindorlarining tayyorligini tekshirish va mukofotlashga olib chiqish.

MUSOBAQA VRACHi.

Musobaqa vrachi xakamlar xay`ati tarkibiga kiradi va xakamlar ishida ishtirok etadi.

Musobaqa vrachi vazifalari:

- a) musobaqa o`tish joylarini qabul qilish komissiyasi tarkibida bo`ladi;
- b) talabnomalar (zayavkalar) to`g`ri rasmiylashtirilayotgani va to`ldirilayotganini tekshiradi;
- v) tarozidan o`tishda va sportchilarni tashqi ko`rikdan o`tkazishda ishtirok etadi;
- g) musobaqa jarayonida ishtirokchilarni tibbiy ko`rikdan o`tkazadi va musobaqa qoidalariga binoan tibbiy yordam ko`rsatadi;
- d) musobaqa o`tish joylarida sanitariya va gigiena talablariga rioya qilinayotganini nazorat qiladi;
- e) musobaqa tugagach, bosh xakamga musobaqaning tibbiy va gigienik ta`minoti bo`yicha hisobot topshiradi. Jarohatlar va kasallanishlar ham hisobotda ko`rsatib o`tiladi.

MUSOBAQA KOMENDANTI.

1. Musobaqa komendanti musobaqa o`tadigan joylarni o`z vaqtida bezash va tayyorlash, ishtirokchilar va tomoshabinlarni joylashtirish, xizmat ko`rsatish, xavfsizligini ta`minlash, binolarni radiolashtirish, musobaqa o`tish

vaqtida tartibni saqlash, bosh xakam ko`rsatmalariga ko`ra tadbir o`tkazish uchun lozim bo`lgan barcha sharoitlarni ta`minlash uchun javobgar bo`ladi.

2. Musobaqa komendanti mana shu qoidalar asosida musobaqani o`tkazish uchun kerak bo`lgan maxsus uskunalar, ishlatish uchun yaroqliligini ta`minlash uchun javob beradi.

3. MUSOBAQA O`TKAZISH JOYI (BELLASHUV HUDUDI).

1. Bellashuv bellashuv hududida o`tkaziladi.

Tik turib (stoykada) bajarilayotgan barcha harakatlar sportchilar musobaqaning bellashuv hududida tanalarining biron-bir qismi tegib turguncha bajarilishi mumkin. (Shu mezon yotgan holda kurashishga ham tegishli).

Tavsiflar:

a) Sportchi xavfsiz hududdan turib, raqibi musobaqa hududida tanasining biron-bir qismi tegib turgan bo`lsa, o`zining texnik harakatini bajarishi mumkin.

b) Tik turgan holda, bellashuv hududining chetida kurashishni davom ettirishning asosiy mezon bo`lib – to`xtovsiz va faol harakatlar hisoblanadi. Texnik harakatlar bajarish paytida har qanday to`xtash va tanaffus qilish “MATE” buyrug`i uchun asos bo`ladi.

v) Texnik harakat bellashuv hududining chetida, boshqa texnik harakat (kombinastiya yoki qarshi hujum) to`xtovsizlik va texnik harakatni boshlagandan so`ng rivojlantirsa, sportchilar bellashuv hududida yoki tashqarisida bo`lishiga qaramay, bu harakat bajarilishi va baholanishi mumkin.

g) Agar arbitrxato qilib “MATE” buyrug`ini bersa, yordamchi hakam esa texnik harakat to`g`ri bajarildi deb hisoblasa, “MATE” buyrug`ini bekor qilib, texnik harakatni baholashlari kerak. Bunday holatlarda hakamlar guruhi hakamlar komissiyasiga maslahatlashish uchun murojaat qilishlari mumkin.

2. Sportchilar yotib kurashishi, tanalarining biron-bir qismi bellashuv hududida tegib turguncha davom etishi mumkin.

3. Agar bosib turish bellashuv hududining chetida bajarilsa va tanasining biron-bir qismi hudud ichida bo`lgan ishtirokchining tanasi tatamidan uzilsa (tatami bilan aloqa yo`qolsa), arbitrxato “MATE” buyrug`ini berishi kerak.

4. Bellashuv boshlangandan so`ng, ishtirokchilar musobaqa joyini faqatgina arbitr ruxsat bersa, tark etishi mumkin. Arbitr ruxsatni alohida holatlarda (dzyudogi qoida talablariga javob bermasa, yaroqsiz holatga kelsa yoki kir bo`lsa, kiyimni almashtirish uchun) berishi mumkin.

BELLASHUV DAVOMIYLIGI.

Kichik yoshdagi sportchilar	O`rta yoshdagi sportchilar	Katta yoshdagi sportchilar	16-20 yoshli yunior yigitlar va qizlar	20-23 yoshli yunior yigitlar va qizlar	Kattalar
2 - daqiqa	3 - daqiqa	4 - daqiqa	4 - daqiqa	5 - daqiqa	5 - daqiqa

Qo`shimcha uchrashuvlar “GOLDEN SKOR” (GOLDEN SCORE) davomiyligi yuniorlar va kattalar uchun 3 daqiqani tashkil etadi.

Har bir ishtirokchi bellashuvlarning dam olish vaqtida 10 daqiqa dam olishga haqqi bor. Arbitrning “MATE” va “XAJIME”, “SONO-MAMA” va “YoShI” buyruqlari oralig`idagi vaqt bellashuvning asosiy vaqtiga kiritilmaydi.

Bellashuv vaqtining tugashini bildirish uchun, bong yoki boshqa tovush chiqaruvchi moslama orqali signal beriladi.

Bosib turish vaqti:

“IPPON” – to`la 20 soniya.

“VAZA-ARI” – 15 soniya va undan ko`proq, ammo 20 soniyadan kam.

“YuKO” - 10 soniya va undan ko`proq, ammo 15 soniyadan kam.

Agar bosib turish, bellashuv tugashini bildiruvchi signal bilan bir vaqtning o`zida boshlansa, bellashuv uchun ajratilgan vaqt “IPPON” e`lon qilinguncha, yo bo`lmasa arbitrning “TOKETA” yoki “MATE” buyrug`ini berguncha davom etishi mumkin.

14 – yoshgacha bo`lgan bolalar va qizlar uchun

musobaqadagi bosib turish vaqti:

“VAZA-ARI”	To`liq 20 soniya.
-------------------	--------------------------

“YuKO”	10 soniyadan ko`p, ammo 20 soniyadan kam.
---------------	--

Bellashuv tugashini bildiruvchi signal bilan bir vaqtda boshlangan har bir texnik harakat baholanishi lozim.

Agar bosib turish, bellashuv tugashini bildiruvchi signal bilan bir vaqtning o`zida boshlansa, bellashuv uchun ajratilgan vaqt “IPPON” e`lon qilinguncha, yo bo`lmasa arbitrning “TOKETA” yoki “MATE” buyrug`ini berguncha davom etishi mumkin.

Bellashuv davomiyligi va musobaqa reglamenti, musobaqa qoidolari va nizomiga asoslangan bo`lishi kerak. Arbitr bellashuv davomiyligini, tatamiga chiqishidan oldin bilishi shart.

Musobaqalar bir vaqtning o`zida bir necha tatamida o`tayotgan bo`lsa, bonglarning yoki boshqa signal beruvchi moslamalarning tovushi bir-biridan farq qilishi lozim.

Bellashuv tugashini bildiruvchi signal tomoshabinlar shovqinini qoplashi va hammaga eshitalishi kerak.

Bellashuv tugashini bildiruvchi signaldan so`ng bajarilgan har qanday texnik harakat baholanishi mumkin emas, hattoki arbitr “SORE-MADE” buyrug`ini berishga ulgurmagan bo`lishiga qaramay.

Texnik harakat bellashuv tugashini bildiruvchi signal bilan bir vaqtda bajarilishiga qaramay, arbitrning fikri bo`yicha harakat samarali bo`lmasa, arbitr darhol “SORE-MADE” e`lon qilishi kerak.

BELLASHUV BOSHLANISHI.

1. Arbitr ishtirokchilar tatamiga chiqishidan oldin, dastlabki joylarini egallashlari lozim. Arbitr ishtirokchilarni dastlabki holatni egallashga chorlab, faraziy chiziqdan ikki metrda, ya`ni o`rtada turishi kerak. Arbitr yuzi xronometrchi-hakamlar tomon qaratilgan bo`ladi.

2. Ishtirokchilar o`zlarining joylariga belgilangan tartibda (birinchi e`lon qilingan sportchi arbitrning o`ng tomoniga, ikkinchi e`lon qilingan sportchi arbitrning chap tomoniga) kelib to`xtashadi va bir-biriga ta`zim qilishadi, shundan so`ng oldinga bir qadam qo`yib to`xtashadi. Bellashuv tugab, arbitr natijalarni

e`lon qilgach, ishtirokchilar bir vaqtning o`zida orqaga bir qadam qo`yishlari va bir-biriga ta`zim qilishlari kerak.

Agar ishtirokchilar bir-biriga ta`zim qilishmasa, arbitr ulardan ta`zim bajarishni talab qilishi lozim.

Ishtirokchilar barcha ta`zimlarni tik turgan holda (stoykada), belini 30 darajaga egib, bajarishi kerak.

3. Bellashuv hamma vaqt tik turgan holatdan, arbitrning “XAJIME” buyrug`idan so`ng boshlanadi.

4. Uchrashuvni faqatgina hakamlik komissiyasi a`zolari to`xtatishga haqli.

4. YOTIB KURASHISH.

1. Quyida sanab o`tilgan holatlarda dzyudochilar yotib kurashish holatiga o`tishlari mumkin, biroq yotib kurashish holatiga tushgandan so`ng bellashuv davom etmay qolsa, arbitr ikki sportchini ham dastlabki tik turish holatiga qaytarishi lozim.

a) Dzyudochi tashlash usulini bajarib, to`xtovsiz yotib kurashish holatiga o`tsa va hujumni davom ettirsa;

b) Dzyudochilardan biri tashlash usulini muvaffaqiyatsiz bajarishi natijasida yiqilsa, ikkinchi sportchi raqibining noqulay vaziyatidan foydalanib, yotib kurashish holatiga o`tkazsa;

v) Dzyudochi tik turgan holatda bo`g`ish yoki og`ritkich usullarini bajargan holda, yotib kurashish holatiga o`tsa;

g) Dzyudochilardan biri texnik tashlash usulini bajarmagan holda, raqibini tasoddifan yotib kurashish holatiga o`tkazsa.

d) Har qanday holatda sportchilardan biri yiqilsa yoki yiqilishga yaqin turgan bo`lsa, ikkinchi sportchi vaziyatdan foydalanib raqibini yotib kurashish holatiga o`tkazishi mumkin.

2. Ishtirokchilardan biri o`z raqibini sudrab, yotib kurashish holatiga o`tkazsa va raqibi bu holatda ustunlikka ega bo`lmasa, arbitr “MATE” buyrug`ini berishi va bu harakatni bajargan ishtirokchiga “ShIDO” jazosini e`lon qilishi lozim.

3. Ishtirokchilardan biri o'z raqibini sudrab yotib kurashish holatiga o'tkazsa va raqibi bu holatda ustunlikka ega bo'lsa, bellashuv davom ettiriladi, lekin arbitr qoidani buzgan ishtirokchiga "ShIDO" jazosini e'lon qiladi.

5. HAKAMNING BUYRUQLARI VA BAHOLASHLARI

"MATE" BUYRUG'I

Arbitr quyidagi holatlarda bellashuvni "MATE" buyrug'ini e'lon qilib, tezda to'xtatishi va "XAJIME" buyrug'i bilan bellashuvni davom ettirishi kerak:

a) ishtirokchilardan biri yoki ikkala ishtirokchi ham, bellashuv hududidan chiqib ketsa;

b) ishtirokchilardan biri yoki ikkala ishtirokchi ham, man etilgan harakatni bajarsa;

v) ishtirokchilardan biri yoki ikkala ishtirokchi ham, jarohatlansa, kasallansa;

g) ishtirokchilardan biri yoki ikkala ishtirokchi ham, dzyudogisini tartibga keltirishi kerak bo'lib qolsa;

d) yotib kurashish holatida harakat rivojlantirilmasa;

e) ishtirokchilardan biri yotib kurashish holatidan tik turgan yoki yarim tik turgan holatga tursayu, raqibi uning orqasida turgan bo'lsa;

j) ishtirokchilardan biri yotib kurashish holatidan tik turgan yoki yarim tik turgan holatga tursayu, raqibi uning orqasida turgan bo'lib, beli tatamiga tegib turgan raqibini ko'tarsa va raqibi tik turgan ishtirokchini o'z oyoqlari bilan tanasining biron-bir qismini o'rab turgan bo'lsa;

z) ishtirokchilardan biri tik turgan holda og'ritkich, bo'g'ish usulini o'tkazayotgan yoki o'tkazmoqchi bo'lib, tezlik bilan natijaga erishmasa;

i) ishtirokchilardan biri yoki ikkala ishtirokchi ham, yotib kurashish holatida tik turish holatiga o'tishsa;

k) arbitr lozim deb topgan boshqa holatlarda.

2. Arbitr "MATE" buyrug'ini bergandan so'ng yon hakamlar yoki hakamlar komissiyasi bilan maslahatlashmoqchi bo'lsa, ishtirokchilar arbitr buyrug'ini eshitgani va kurashni davom ettirmayotganini kuzatishi kerak.

3. Bosib turish, og`ritkich yoki bo`g`ish usullaridan qutulgan ishtirokchi dam olishga muhtojlik sezib, dam olishga ruxsat so`rasa, arbitr “MATE” buyrug`ini e`lon qilmaydi.

4. Tatamida yuzi pastga qaratilgan ishtirokchi tik turgan yoki yarim tik turgan holatga tursa va ikki qo`lini yuqoriga ko`tarib, raqibi vaziyatni nazorat qila olmayotganini ko`rsatsa, arbitr “MATE” buyrug`ini e`lon qilishi kerak.

5. Yotib kurashish holatida arbitr xatolikka yo`l qo`yib “MATE” buyrug`ini e`lon qilsa va ishtirokchilar o`rni almasha, arbitr va yon hakamlar “ko`pchilik” fikriga mos ravishda, sportchilardan birining manfaatini cheklamaslik maqsadida, sportchilarni oldingi holatiga qaytarishi va bellashuvni davom ettirishi kerak

6. “MATE” buyrug`i e`lon qilingach, ishtirokchilar tezda o`zlarining boshlang`ich holatlariga qaytishlari kerak. Arbitr “MATE” buyrug`ini berganda, ishtirokchilar o`z joylariga borishlari va so`ralgan bo`lsa, o`zlarining kiyimlarini tartibga keltirishlari kerak. Faqatgina tibbiy yordam ko`rsatilganda, ishtirokchiga boshqa holatni qabul qilishga ruxsat etilishi mumkin.

“SONO-MAMA” BUYRUG`I

1. Arbitr ishtirokchilardan biriga yo bo`lmasa ikkalasiga ham jazo e`lon qilib, qoidani buzmagani ishtirokchining ustunligi saqlanib qolishi uchun sportchilarni o`z holatida to`xtatish maqsadida “SONO-MAMA” buyrug`ini beradi. Bellashuvni davom ettirish, “YoShI” buyrug`i orqali bo`ladi.

2. “SONO-MAMA” buyrug`i (qimirlama), faqatgina yotib kurashish holatida beriladi.

3. Arbitr “SONO-MAMA” buyrug`ini e`lon qilganida, ishtirokchilarning ushlash va tana holati o`zgarmasligi uchun diqqat bilan kuzatishi kerak.

4. Yotib kurashish holatida ishtirokchi jarohatlanganini ko`rsatsa, arbitr lozim topsa “SONO-MAMA” buyrug`i e`lon qilingach, ishtirokchilarni ajratishi, keyinchalik “SONO-MAMA” buyrug`i e`lon qilingandan oldingi holatiga qaytarib, “YoShI” buyrug`ini berib bellashuvni davom ettirishi kerak.

BELLASHUV TUGASHI

1. Arbitr “SORE-MADE” buyrug`ini berib, quyidagi holatlarda bellashuvni tugatishi kerak:

a) ishtirokchilardan biri “IPPON” yoki “VAZA-ARI AVASET IPPON” bahosini olsa;

b) kichik ustunlikdagi g`alaba vaziyatida – “SOGO-GACHi”;

v) ishtirokchilardan biri bellashuvdan bosh tortsa – “KIKEN-GACHi”;

g) musobaqadan chetlashtirilsa (diskvalifikastiya) – “XANSOKU-MAKE”;

d) jarohat tufayli ishtirokchilardan biri bellashuvni davom ettira olmasa;

e) bellashuvga ajratilgan vaqt tugagan holatda.

2. Arbitr quyidagi holatlarda bellashuv natijasini e`lon qiladi:

a) “IPPON” yoki shunga teng bahoni olgan ishtirokchi g`olib deb e`lon qilinsa;

b) “IPPON” yoki shunga teng baho bo`lmasa, g`olib quyidagicha aniqlanadi: bitta “VAZA-ARI” bahosi ko`p miqdordagi “YuKO” bahosidan baland turadi;

v) Ishtirokchilar baholanmasa yoki baholar teng bo`lib qolsa (“VAZA-ARI”, “YuKO”) bellashuv natijasi qo`shimcha bellashuv “GOLDEN SKOR” vaqtida aniqlanadi.

3. “SORE-MADE” buyrug`ini e`lon qilgach, ishtirokchilar arbitrning ko`rish doirasida bo`lishi kerak, Bu sportchilar buyruqni eshitmay qolib, kurashishni davom etmasligini oldini olish uchun kerak.

4. Arbitr zaruriyat tug`ilsa, natijani e`lon qilishdan oldin, ishtirokchilardan o`z ust-boshini tartibga keltirishlarini talab qilishi lozim.

5. Agar ishtirokchilardan biri “GOLDEN SKOR” bellashuvida, kurashish huquqini qo`lga kiritib, bellashuvni davom ettirishga xohish bildirsayu, ikkinchi ishtirokchi bellashishdan bosh tortsa, xohish bildirgan ishtirokchi, g`olib deb e`lon qilinadi (“KIKEN-GACHi”).

6. Ikki ishtirokchi ham “IPPON” bahosini bir vaqtning o`zida qo`lga kiritisa, bellashuv natijasi “GOLDEN SKOR” bellashuvida aniqlanadi.

7. Agar ikki ishtirokchi ham (ketma-ket “ShIDO” jazosini olish natijasida bir vaqtning oʻzida “XANSOKU-MAKE” bilan jazolansa, bellashuv natijasi “GOLDEN SKOR” bellashuvida aniqlanadi.

8. Arbitr bellashuv natijasini eʼlon qilgach, ishtirokchilar ortga muvofiq ravishda koʻk yoki oq chiziq orqasiga, qadam qoʻyishlari, taʼzim bajarib, tatamini tark etishlari lozim.

9. Agar arbitr xatolikka yoʻl qoʻyib magʻlub ishtirokchini gʻolib deb koʻrsatsa, sportchilar tatamini tark etmasdan turib, arbitr oʻzining qarorini oʻzgartirishiga erishishlari kerak.

“GOLDEN SKOR” BELLASHUVI

1. Bellashuvga ajratilgan vaqt tugayotganda, baholar va jazolar (yo ularning yoʻqligi) ishtirokchilarda teng boʻlsa, darhol “GOLDEN SKOR” bellashuvi (birinchi baho yoki jazogacha) tayinlanadi. Asosiy bellashuvning tugashi va “GOLDEN SKOR” bellashuvining boshlanish oraligʻida tanaffus davri boʻlmasligi darkor.

“GOLDEN SKOR” bellashuvi vaziyatida, asosiy bellashuv vaqtidagi hakamlar eʼlon qilgan va tabloda qayd qilingan natijalar saqlanib turiladi.

Agar “GOLDEN SKOR” bellashuvi vaqtida ishtirokchilardan biri bosib turish usulini oʻtkazsa va “OSAEKOMI” eʼlon qilingan boʻlsa, arbitr bosib turish usuli 20 soniya (“IPPON”) boʻlguncha, “TOKETA” yoki “MATE”, buyrugʻi eʼlon qilinguncha, ushlar yoki ogʻritkich usullari, tezda natija beradigan usul bajarilguncha ijozat berishi lozim. Bu vaziyatda ishtirokchi muvofiq hisob bilan gʻolib deb eʼlon qilinadi.

“GOLDEN SKOR” bellashuvi vaqtida “XANSOKU-MAKE” eʼlon qilinsa, ishtirokchini jazolash odatdagi bellashuv vaqtidagiday boʻladi.

Agar “GOLDEN SKOR” bellashuvi biron-bir ishtirokchining ustunligini koʻrsatmasa, “GOLDEN SKOR” bellashuvi biron-bir natija erishilmaguncha bellashuv davom etadi.

“XIKI-VAKE” DURANG

1. Bellashuvda durang faqatgina jamoaviy musobaqalarda qo'llanishi mumkin.

2. Durang natija "XIKI-VAKE" birinchi jamoaviy uchrashuv vaqtida qo'llanishi darkor.

3. Agar jamoaviy uchrashuv oxirida, ikki jamoaning g'alaba va ochkolar miqdori teng bo'lsa, "XIKI-VAKE" natijasi bilan tugagan oldingi bellashuvlar, jamoa natijasini aniqlash uchun qayta bellashishlari lozim. Bu bellashuvlar "GOLDEN SKOR" bellashuvda davom etishi mumkin va bellashuvdagi g'alaba, jamoa natijasiga bir ochko qo'shib beriladi.

"IPPON" SOF G`ALABA

1. "IPPON" bahosini arbitr texnik xarakat bajarish payti quyidagi mezonlarga to'g'ri kelgan holatlarda e'lon qiladi:

a) dzyudochi nazoratni amalga oshirib o'z raqibini ancha kuch va tezlik bilan orqa tomonining salmoqli qismi bilan tatamiga tashlasa;

b) dzyudochi o'z raqibini "OSAEKOMI" e'lon qilinganidan so'ng, chiqa olmaydigan darajada 25 soniya bosib tursa;

v) bosib turish, bo'g'ish yoki og'ritish usuli natijasida raqib ikki yoki undan ortiq marotaba tatamini yoki dzyudochini oyog'i, qo'li bilan qoqib qo'ysa, yo "MAITA" (taslimman) so'zini aytsa;

g) bo'g'ish yoki og'ritkich usulini bajarish natijali tugashi aniq bo'lib qolsa.

2. Ekvivalent: dzyudochiga "XANSOKU-MAKE" jazosi qo'llanilsa, raqibi g'olib deb e'lon qilinadi.

3. Agar bir ishtirokchi bellashuv davomida ikkinchi marotaba "VAZA-ARI" bahosini olsa, arbitr "VAZA-ARI AVASET IPPON" e'lon qiladi.

4. Baravar bajarilgan harakatlar – agar ikki sportchi ham bir vaqtning o'zida hujum o'tkazish natijasida tatamiga yiqilishib, uch xakam xam kimning harakati ustunroq ekanligini aniqlay olishmasa – harakat baholanmaydi.

5. Agar arbitr xatoga yo'l qo'yishi natijasida yotib kurashish holatida bo'lgan ishtirokchilarning biriga "IPPON" bahosini berib, ularni ajratsa, arbitr va yon hakamlar guruhdagi "ko'pchilik" fikri asosida kurashchilarni dastavvalgi holatga

qaytarishlari va ishtirokchilardan birining manfaati cheklanishining oldini olishlari mumkin

6. Agar tashlash usuli natijasida, dzyudochi yutqizmaslik uchun “most” (“ko`prik”, bosh va bir tovoni yoki ikkala tovoni bilan tatamiga suyanish) holatini qabul qilsa, arbitr baribir “IPPON” yoki boshqa bahoni e`lon qilishi lozim.

7. Tashlashni (brosok) bajarish vaqtida, og`ritish usulini qo`llash baholanmaydi.

“SOGO-GACHi” KICHIK USTUNLIKDAGI G`ALABA

Arbitr “SOGO-GACHi”ni quyidagi holatlarda e`lon qiladi:

a) ishtirokchi bitta “VAZA-ARI” bahosiga ega bo`lib, raqibi ketma-ket uchta “ShIDO” jazosini olsa;

b) ishtirokchi uchta “ShIDO” jazosi bilan jazolanganda, raqibi “VAZA-ARI” bahosini olsa.

“VAZA-ARI” BAHOSI

1. “VAZA-ARI” bahosini arbitr bajarilayotgan texnik harakat quyidagi talablarga to`g`ri kelgan holatlarda e`lon qiladi:

a) ishtirokchi nazoratni amalga oshirib, o`z raqibini tashlash vaqtida, tashlash orqali “IPPON” bahosini olishga etarli uchta mezon bo`lmasa;

b) ishtirokchi o`z raqibini qocha olmaydigan darajada 20 soniya va undan ko`proq, lekin 25 soniyadan kam vaqt oralig`ida bosib turishni bajarsa.

“YuKO” BAHOSI

1. “YuKO” bahosini arbitr bajarilayotgan texnik harakat quyidagi talablarga to`g`ri kelgan holatlarda e`lon qiladi:

a) ishtirokchi nazoratni amalga oshirib, o`z raqibini yon tomoni bilan tashlasa;

b) ishtirokchi o`z raqibini qocha olmaydigan darajada 15 soniya va undan ko`proq, lekin 20 soniyadan kam vaqt oralig`ida bosib turishni bajarsa.

2. Ekvivalent: agar dzyudochi ikkinchi “ShIDO” jazosini olsa, raqibiga darhol “YuKO” bahosi beriladi.

“OSAEKOMI” BOSIB TURISH

1. “OSAEKOMI”ni arbitr bajarilayotgan texnik harakat quyidagi talablarga toʻgʻri kelgan holatlarda eʼlon qiladi:

a) bosib turish holatida dzyudochi tomonidan nazorat qilinayotgan raqib orqa tomoni bir yoki ikki kuragi tatamiga tegib turgan boʻlsa;

b) nazorat yon tomondan, bosh tomondan yoki yuqoridan turib amalga oshirilishi mumkin;

v) bosib turishni amalga oshirayotgan sportchi oyogʻi (oyoqlari), raqib oyoqlari tomonidan nazorat qilinmasligi kerak;

g) ishtirokchilardan biri tanasining biron-bir qismi bellashuv hududiga tegib turishi kerak.

2. Agar bosib turishni amalga oshirayotgan ishtirokchi, raqibi ustidan nazoratni qoʻldan boy bermay, oʻz holatini oʻzgartirsa, bosib turish vaqti “IPPON” yoki “TOKETA” va “MATE” buyrugʻi eʼlon qilinguncha davom etadi.

3. Agar bosib turishni amalga oshirish vaqti ustunlikka ega boʻlgan sportchi, jazolanadigan harakatni bajarsa, arbitr “MATE” eʼlon qiladi va ishtirokchilarni dastlabki holatga qaytarib, jazoni eʼlon qiladi, zaruriyat tugʻilsa bosib turish uchun baho ham qoʻyiladi.

4. Agar bosib turishni amalga oshirish vaqti yutqazish holatidan sportchi jazolanadigan harakatni bajarsa, arbitr ikki sportchiga qoʻl tekkizib “SONO-MAMA” buyrugʻini beradi va jazoni eʼlon qiladi. Keyin esa qoʻlini tekkizib turib “YoShI” buyrugʻi orqali bellashuvni davom ettiradi. Biroq “XANSOKU-MAKE” jazosini eʼlon qilish zaruriyati tugʻilsa, arbitr “SONO-MAMA buyrugʻini bergach, yon xakamlar bilan maslahatlashadi va “MATE” eʼlon qilib, ishtirokchilarni dastlabki tik turish holatiga qaytaradi. Keyin esa “XANSOKU-MAKE” eʼlon qilinib “SORE-MADE” buyrugʻi orqali bellashuv tugatiladi.

5. Agar yon hakamlar bosib turish holati yuzaga keldi deb hisoblashsayu, arbitr “OSAEKOMI” eʼlon qilmasa, yon hakamlar ishora orqali “OSAEKOMI” koʻrsatishlari va “koʻpchilik” fikri asosida arbitr darhol “OSAEKOMI” eʼlon qilishi kerak.

6. Arbitr “OSAEKOMI” o`tkazilayotgan vaqtda “MATE” buyrug`ini ishtirokchilar bellashuv hududi bilan aloqani uzganlarida e`lon qiladi.

7. Agar bosib turish vaqtida, bosib turilgan ishtirokchi vaziyatdan chiqib ketsa yoki bosib turishni amalga oshirayotgan ishtirokchi raqibini nazoratidan chiqarib yuborsa “TOKETA” e`lon qilinadi.

8. Agar yutqizayotgan ishtirokchi “MOST” holatini qabul qilishiga qaramay, raqibi nazoratni oshirayotgan bo`lsa, “OSAEKOMI” davom ettiriladi.

6. OG`RITISH VA BUG`ISH USULLARI

OG`RITISH USULLARI

1. Og`ritish usullarini tirsaklarni egish, qayirish yo`li bilan o`tkazishga ruxsat etiladi.

2. Hujum qilinayotgan ishtirokchi tik turish holatiga o`tsa va vaziyatni nazorat qilsa, og`ritish usullarini bajarish to`xtatiladi.

3. Hujum qilinayotgan ishtirokchi “MAITA” so`zini aytsa yoki bir necha bor raqibi tanasiga qo`li bilan urib qo`ysa, yo bo`lmasa tatamini qo`li (qo`llari), oyog`i (oyoqlari) bilan qoqib qo`ysa, og`ritish usuli muvaffaqiyatli bajarilgan deb hisoblanadi.

BO`G`ISH USULLARI

1. Bo`g`ish usullari raqib bo`ynining qon aylanish yo`lini yoki nafas olish yo`li – tomoqni qisish orqali bajariladi.

2. Bo`g`ish usullarini barmoqlar yordamida bajarish man etiladi.

3. Hujum qilinayotgan ishtirokchi “MAITA” so`zini aytsa yoki bir necha bor raqibi tanasiga qo`li bilan urib qo`ysa, yo bo`lmasa tatamini qo`li (qo`llari), oyog`i (oyoqlari) bilan qoqib qo`ysa, yo hushidan ketib qolsa, bo`g`ish usuli muvaffaqiyatli bajarilgan deb hisoblanadi. Bu holatda arbitr “IPPON” buyrug`ini beradi va zaruriyat bo`lsa, vrachni chaqiradi.

7. MAN ETILGAN HARAkatLAR VA JAZO

1. Man etilgan harakatlari quyidagi qismlarga ajratiladi: (“ShIDO”) katta boʻlmagan jazo va (“XANSOKU-MAKE”) jiddiy jazo.
2. Arbitr “ShIDO” yoki “XANSOKU-MAKE” jazosini qoidabuzarlikning jiddiyligiga qarab eʼlon qiladi.
3. “XANSOKU-MAKE” jazosi eʼlon qilinsa, ishtirokchi musobaqadan chetlashtiriladi va bellashuv tugaydi.
4. Arbitr qaysi jazoni qoʻllamasin, oddiy ishoralar bilan jazolashining sababini tushuntirishi kerak. “SORE-MADE” buyrugʻidan soʻng, bellashuv vaqtida qoidani buzganligi uchun yoki favqulotdagi holatlarda bellashuv tugashini bildiruvchi signaldan soʻng bajarilgan jiddiy qoidabuzarchilik uchun, agar bellashuv natijasi hali eʼlon qilinmagan boʻlsa, jazo eʼlon qilinadi.
5. “ShIDO”, qoidani unchalik jiddiy buzmagani ishtirokchiga beriladi:

1	Raqibning bellashuvdagi harakatlari xalaqit berish maqsadida oʻzini raqibning ushlab olib qochish.
2	Tik turish holatida 5 soniyadan ortiqroq vaqt himoya holatini qabul qilib turish.
3	Hujum harakatlarini oʻxshatish va raqibni tashlashga urinmayotgani bilib qolish (yolgʻondakam hujum).
4	Tik turish holatida raqibning engini yoki englarini himoyalash maqsadida ushlab va burash (odatda 5 soniyadan ortiqroq).
5	Tik turish holatida xalaqit berish maqsadida raqibning bir yoki ikkala qoʻlining barmoqlarini toʻsish (odatda 5 soniyadan ortiqroq).
6	Arbitr ruxsat etmagan holatlarda oʻz kiyimini tartibsizlantirish, belbogʻi yoki shimini bogʻlash va echish.
7	Oʻz raqibini musobaqa qoidalariga zid ravishda yotib kurashish holatiga oʻtkazish.
8	Barmoqlarini raqib engining ichiga yoki shiminining tagiga solish.

9	Tik turish holatida “noto`g`ri” holatda hujumsiz ushlashni bajarish (odatda 5 soniyadan ortiqroq).
10	Tik turish holatida ushlashni bajarishdan oldin yoki keyin hujumkor harakatlar o`tkazmaslik.
11	Raqib engini yoki englarining chetidan ushlab, yuqoriga yurg`izmoq.
12	O`z yaktagining etagi bilan yoki belbog`ining uchi bilan raqib tanasining biron-bir qismini o`rash.
13	Tishlari yordamida o`zining yoki raqibining dzyudogisini ushlash.
14	Qo`llari (kafti) yoki oyoqlari (oyoq kafti) bilan raqibning yuziga suyanish.
15	Oyog`i yoki oyog`ining kafti bilan raqibning belbog`iga, yaktagining yoqasi va qaytarmasiga tiranish.
16	Belbog`ining uchi, yaktagining etagi yoki barmoqlari orqali bo`g`ish usulini bajarish.
17	Tik turish va yotib kurashish holatlarida qasddan bellashuv hududidan chiqish yoki raqibini itarib chiqarish.
18	Raqibning tanasini, bo`ynini yoki boshini oyoqlari yordamida qisish (oyoqlarni chalishtirish yoki tizzalarni to`g`irlash yordamida).
19	Oyog`i yoki tizzasi yordamida ushlashdan qochish uchun raqib tirsagi yoki qo`lini turtib yuborish va shu bilan birga biron-bir texnik harakat o`tkazmasdan turib raqib oyog`i yoki tovoniga urib yuborish.
20	Ushlashdan qochish maqsadida raqib barmoqlarini qayirmoq.

Tavsiflar:

Bir tomonlama ushlash. Ishtirokchi raqibi yaktagining bir tomonini ikki qo`li bilan ushlashi, agar bu ushlashning sababi raqibning “nyrok” ichkariga kirishga urinish natijasida boshi ishtirokchining qo`llari ostida bo`lib qolgan holatda jazolanmasligi lozim.

Agar ishtirokchi raqibiga tashlanishi natijasida, boshi ishtirokchining qo`llari ostida bo`lib qolsa, bu holatni arbitr “nuqul himoyalaniib turish”ga intilish deb baholashi kerak.

Birinchi “ShIDO” tanbehi – engil jazo hisoblanadi.

Ikkinchi “ShIDO” tanbehi raqibga “YuKO” bahosini beradi.

Uchinchi “ShIDO” tanbehidan so`ng raqibga “VAZA-ARI” bahosini beradi.

To`rtinchi “ShIDO” tanbehidan so`ng sportchi musobaqadan chetlashtiriladi (“XANSOKU-MAKE”)

Tavsiflar:

- Birinchi “ShIDO” tanbehi tabloda qayd etiladi va raqibga baho qayd etiladi.
- Qo`shimcha uchrashuv “GOLDEN SKOR” vaqtida birinchi tanbeh “ShIDO”, arbitr tomonidan yordamchi hakamlar bilan maslahatlashmagan holatda e`lon qilinadi.
- Qo`shimcha uchrashuv “GOLDEN SKOR” vaqtida tanbehni, arbitr yordamchi hakamlar bilan maslahatlashishi va jazoni berish lozim deb topsa, arbitr “ShIDO” e`lon qiladi va bellashuv tugaydi.

Arbitr jazoni e`lon qilishdan oldin, hakamlar komissiyasiga maslahatlashish uchun murojaat qilishlari mumkin.

“Kurashmaslik”. Qoida bo`yicha ishtirokchilardan biri yoki ikkalasi ham 25 soniya davomida hujumkor harakatlarni namoyish qilmasa e`lon qilinadi.

Agar arbitr ishtirokchi hujumga tayyorgarlik ko`rayotganiga ishonch hosil qilsa, hujumkor harakatlar yo`qligi uchun jazolamasligi lozim.

Yaktakning etagi yoki belbog`ning uchi bilan o`ramoq deganda, yaktakning etagi yoki belbog`ning uchi bir aylanib o`rashini tushunish kerak.

Bosib turishda yaktakning etagi yoki belbog`ning uchi bilan o`ramasdan bosib tursa, bu harakat jazolanmaydi, ya`ni raqib qo`lini to`sishtirib jazolanmaydi.

14 yoshgacha bo`lgan bolalar va qizlar o`rtasidagi musobaqada, arbitr quyidagi holatlarda bellashuvni darhol to`xtatib “ShIDO” jazosini e`lon qilishi kerak:

1	Hujum yoki qarshi hujum vaqtida, tizzasi yoki tizzalarida turib, orqadan oshirib tashlashni (“SEON-OTOSHI”) o`tkazishsa.
---	--

2	Hujum yoki qarshi hujumda yiqilish bilan bog`liq har qanday tashlashni (“SUTEMI-VAZA”), masalan: tovonni raqib qorniga tirgab yoki boldirga mindirib boshidan oshirish (“TOMOE-NAGE” yoki “SUMI-GAESHİ”), egilib yoki aylanib ko`ksidan oshirib tashlash (“URA-NAGE” yoki “EKO-GURUMA”), oldin, yon va orqa tomondan, o`tirib tovonni chalib yuborish (“UKI-VADZA”, “EKO-OTOSHİ”, “TANI-OTOSHİ”).
3	Yotib kurashish yoki tik turib kurashish holatida og`ritish usullarini bajarish (“SHİME-VADZA”).

6. “XANSOKU-MAKE” (musobaqadan chetlashtirish) jiddiy qoida buzarlikka yo`l qo`ygan ishtirokchiga e`lon qilinadi:

1	“KAVAZU-GAKE” – raqib oyog`ini oyog`i bilan o`rab olib, raqib tomonga burilib, ustiga yiqilish.
2	Tirsakdan tashqari boshqa bo`g`inlarga og`ritish usullarini qo`llash.
3	Tatamida orqa tomoni bilan yotgan raqibini ko`tarib, yana tatamiga tashlash.
4	“XARAI-GOSHİ” (ikki oyoqni ilib olish) tashlashini bajarish vaqtida raqibning tayanch oyog`ini ichkari tomondan tepish.
5	Arbitr ko`rsatmalariga bo`ysunmaslik
6	Bellashuv davomida raqibi yoki hakamlarga nisbatan haqoratli, keraksiz qichqiriqlar, koyishlar va ishoralar qilish.
7	Raqibni jarohatlashi, bo`yni va umurtqasi uchun xavfli, va Dzyudo mohiyatiga zid bo`lgan texnik harakatlarni bajarish.
8	“UDE-XISHİGI-VAKI-GATAME” (qo`llarga yiqilish bilan yakunlanadigan og`ritish usuli) texnik harakatini bajarishga urinish yoki o`tkazish vaqtida tatamiga yiqilish.
9	Raqibi orqa tomonda bo`lganda, qasddan orqaga yiqilish va raqib harakatlarini nazorat qilish.
10	“UCHİ-MATA”, “XARAI-GOSHİ” va boshqa texnik harakatlarni bajarishga urinish yoki o`tkazish vaqtida, boshi tatamiga qaratilgan holatda (nÿrok)

	sho`ng`imoq, yo bo`lmasa «KATA-GURUMA» kabi texnik harakatni tik turgan holatda yoki tizzadan turib bajarishga urinish yoki o`tkazish vaqtida orqasi bilan to`g`ri tatamiga yiqilish.
11	Bellashuvga qattiq va metall buyumlar bilan chiqish.
12	Bir yoki ikkala qo`li bilan raqibning belbog`idan pastini, to`g`ri hujum yoki himoyalaniish maqsadida ushlash.
13	Boshi bilan raqibining qo`llari tagiga sho`ng`ish va oyoqdan ushlash

Qoidalarining 10, 11, 12, va 13 bandlarini buzgan ishtirokchi, yupatuvchi uchrashuvlarda musobaqani davom etish huquqini saqlab qoladi.

“XANSOKU-MAKE” - uchta “ShIDO” tanbehi bo`lib turib, yana bir kichik tanbeh olgan ishtirokchiga e`lon qilinadi.

7. Dzyudo ruhiyatiga zid bo`lgan har qanday harakat, musobaqaning istalgan vaqtida, to`g`ridan-to`g`ri chetlashtirish (diskvalifikastiya) bilan jazolanishi mumkin.

8. Agar ishtirokchi to`rtinchi marta qoidani buzsa va “ShIDO” bilan jazolansa, arbitr yon hakamlar bilan maslahatlashib, ishtirokchiga “XANSOKU-MAKE” e`lon qilishi lozim, bu degani to`rtinchi “ShIDO”ni “ShIDO” deb e`lon qilmay, to`g`ridan-to`g`ri “XANSOKU-MAKE” e`lon qilinishi kerak. Bellashuv tugaydi.

9. “OSOTO-GARI”, “OUCHI-GARI” va “UCHI-MATA” kabi raqib oyog`ini o`rab tashlashni bajarishlar ruxsat etilgan va baholanishi lozim.

10. “XARAI-GOSH”, “UCHI-MATA” kabi bir qo`l bilan yaktak qaytarmasidan ushlab, “UDE-XISHIGI-VAKI-GATAME” (ishtirokchi bilagini pastdan raqibi qo`ltig`i bilan qisgan holat) holatidan tashlash usullarini o`tkazishga urinishlarda, jarohatga sabab bo`ladigan, yuzi bilan tatamiga yiqitish harakati jazolanishi lozim.

11. Arbitr ishtirokchi (lar) ni jazolashga qaror qilgan holatlarda (yotib kurashish holatidagi “SONO-MAMA” bundan mustasno), u bellashuvni

vaqtinchalik “MATE” buyrug`i orqali to`xtatib, ishtirokchilarni dastlabki holatga qaytarib, qoidani buzgan ishtirokchi (lar) ni ko`rsatib, jazoni e`lon qilishi kerak.

12. “XANSOKU-MAKE”ni e`lon qilishdan oldin, arbitr yon hakamlar bilan maslahatlashishi va “uchdan ko`pchilik” qoidasi asosida qaror chiqarishi lozim. Agar ikki ishtirokchi ham bir vaqtning o`zida qoidani buzishsa, ikkalasi ham qoida buzganlik darajasiga qarab jazolanishi lozim.

13. Agar ikki ishtirokchida ham uchtdan “ShIDO” bahosi bo`lib turib, keyinchalik har ikkisi ham, bir vaqtning o`zida jazolansa, ikkalasiga ham “XANSOKU-MAKE” e`lon qilinadi.

8. YANGI KIRITILGAN QOIDALARI

Xakamlar va xakamlik

Tatamida bellashuv davrida faqat bitta arbitr xakamlik qiladi. Ikkinchi xakam kuzatuv stoli oldida nazoratni amalga oshiradi. Radio kanal orqali sudiyalar o`rtasida aloqa o`rnatilib turishi mumkin. Ularga xakamlik kamissiyasining a`zosi yoki boshqa xakam yordam berishi mumkin. Bundan tashqari IJF komissiyasi agar zarur deb bilsa jarayonga aralashish huquqiga ega.

Texnik baholash

Dzyudodagi eng yuqori bal - “Ippon” raqibni orqasi bilan (chalqanchasiga) yiqilishga olib keladigan tashlashga beriladi, bunda “ko`prikka” turish (Ippon) sifatida hisobga olinmaydi.

“Golden skor”

Dzyudoda xakamlar ovoza berishi (Xantey) bilan olibni aniqlash bekor qilinadi. Agar bellashuv qo`shimcha vaqtga o`tsa, unda natijani birinchi texnik xarakatni bajargan olib xisoblanadi, yoki kim (shido) olsa yengilgan hisoblanadi.

Jazo berish

Bellashuv vaqtida uchta “shido” berish mumkin, to`rtinchisi esa bellashuvda qatnashishdan maxrum etishni (“hansoki make”) anglatadi. “Shido” raqibga ustunlik keltirmaydi, tabloda esa texnik xarakatlar uchun bo`lgan baholar aks ettiriladi. “Shido” achkolar tengligida qaror chiqarishda etiborga olinadi – kim kam “shido” olgan bo`lsa o`sha olib hisoblanadi.

Ushlash: jazo berish (“shido”)

Taqiqlanadi: - raqibni tashlash uchun (ayiq usulida ishlash) quchoqlab olish xarakatiga ikki yoki bir yo'l bilan, yelka oldi, yengdan ushlashni barbod etish taqiqlanadi.



- Qo'l bilan urib ushlashni barbod qilish:

- xujumsiz raqibni ustidan jismoniy ustunlik qilishga xarakat qilish:



Xujumsiz bir yoki ikki qo'l bilan blokirovka qilish taqiqlanadi.



- **Xujum ko'inishida davomi bo'lmagan qo'shsha ushlab olish** (bu qoida belbodan va birtomonlama ushlab olishga ham ta'sir etadi) ... taqiqlanadi:

Rasmga qarang: 9,10.



Xakamlar sportchilarni jiddiy jazolashlari zarur:

ushlatishdan qochgan yoki oponentga ushlatishdan qochgan sportchilarni.



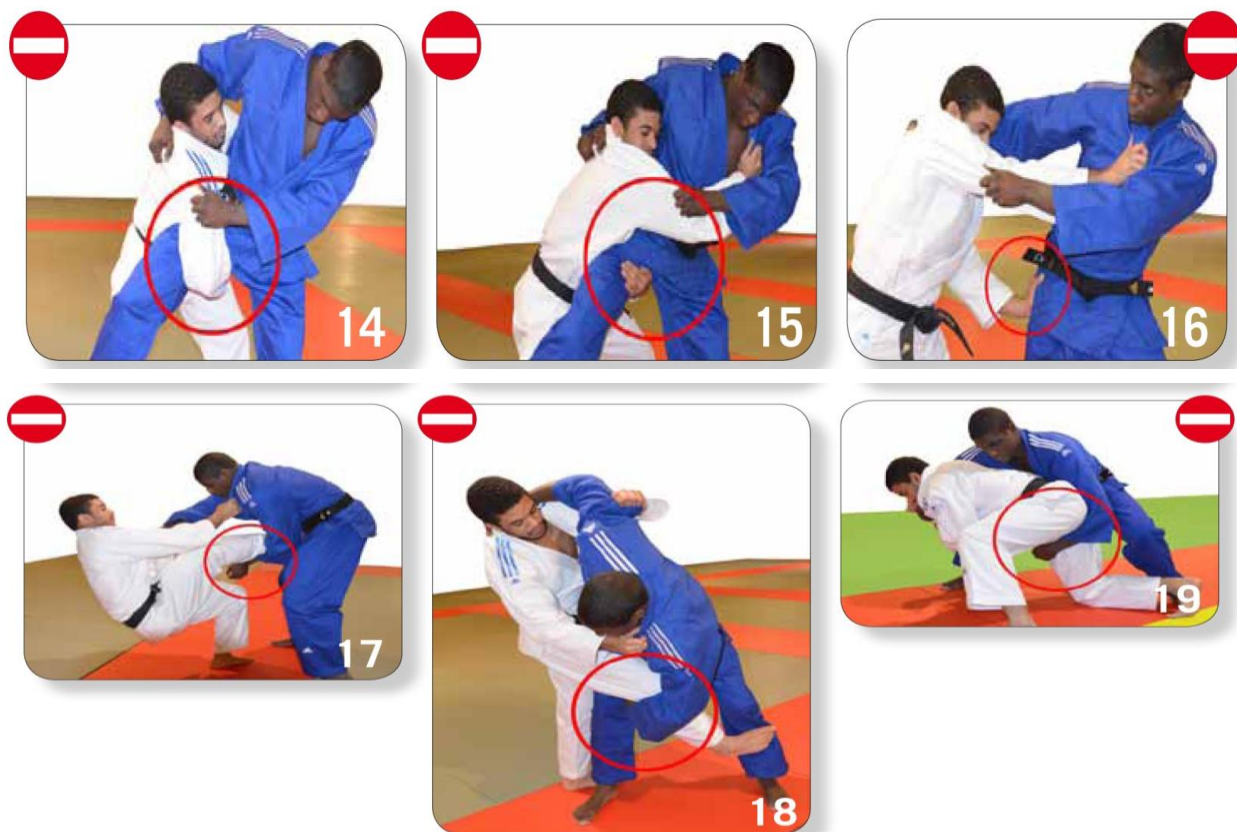
- **Raqib tashlashga intilganda uni (ayiq usulida ushlab olish) quchoqlab olish:**

Agar Uke qo'lini kimonoda ushlasa, tashlash uchun Tori to'ridan-to'ri ushlab (quchoqlab) ololmasa ("shido jazosi").



Oyoqni har qandayiga ushlash – “xansoki make” bilan jazolanadi.

Bitta yoki ikki qo'l bilan beldan pastga TACHI WAZA holatida hujum va himoyalashning barcha harakatlari uchun bellashuvda qatnashishdan maxrum etiladi 14-19 rasm.



Ne Waza holatida ushlash ruxsat etiladi.

- Osaekomi, Kansetsiy Waza va SHimi Waza

- Osaekomida 10 daqiqa yuko, 15 sekund Wazari va 20 sekund Ippon baholanadi.
- Kadetlar (harbiy tinglovchilar) uchun Kansetsu Waza texnikasini (usulini qo'llash ruxsat etiladi.
- Bellashuv hududidan tashqarisida boshlangan va davomiga ega bo'lgan Kansetsu Waza va SHimi Waza sportchilar hududdan tashqarida bo'lsa xam davom ettirilishi mumkin. 20-27 rasmlar.



Ta'zimlar

Sportchilar bellashuv boshlanishidan oldin harakat hududida bir-biriga ta'zim qilishlari kerak, bellashuv boshlanmaguncha bir-birlarini qo'llarini qisish huquqiga ega emaslar. 28 rasm.



9. JAROHATLAR, KASALLIKLAR, BAXTSIZ HODISA, TIBBIY

YORDAM KO'RSATISH

Agar ishtirokchilardan biri bellashuv davomida jarohatlanish, kasallanish yoki baxtsiz hodisa natijasida bellashuvni davom ettira olmasa, quyidagi holatlarda arbitr bellashuv natijasini yon hakamlar va vrach bilan maslahatlashgan holda e`lon qilishi kerak:

1. Jarohat.

a) agar jarohatlanish, jarohatlangan ishtirokchi aybi bilan sodir bo`lsa, jarohatlangan ishtirokchi yutqizgan hisoblanadi;

b) agar jarohatlanish, raqibning aybi natijasida sodir bo`lsa, jarohatlangan ishtirokchi g`olib deb e`lon qilinadi;

v) agar jarohatlanish sababini aniqlab bo`lmasa, jarohatlangan ishtirokchi yutqizgan hisoblanadi.

2. Kasallik.

Agar ishtirokchi bellashuv davomida kasallanib, kurashishni davom ettira olmasa, raqibi g`olib deb e`lon qilinadi.

3. Baxtsiz hodisa.

Agar baxtsiz hodisa tashqi ta`sir natijasida sodir bo`lsa, bellashuv hakamlar komissiyasi bilan maslahatlashgach, bekor qilinishi yoki qoldirilishi lozim.

4. Tibbiy yordam.

Ishtirokchi jarohatlanishi va kasallanishi natijasida arbitrdan doktorni chaqirishni so`rashi mumkin, biroq bu holatda bellashuv to`xtatiladi va raqib g`olib deb e`lon qilinadi ("KIKEN-GACH").

Vrach ham ishtirokchiga yordam ko`rsatish uchun ruxsat so`rashi mumkin, biroq bu holatda ham bellashuv to`xtatiladi va raqib g`olib deb e`lon qilinadi ("KIKEN-GACH").

Har bir ishtirokchi uchun faqat bitta doktor tatamiga chiqishi mumkin. Agar doktorga uning yordamchisi kerak bo`lib qolsa, u bu haqida arbitrga xabar beradi. Murabbiy hech qachon musobaqa maydonchasiga kirishiga ruxsat berilmaydi.

Vrach tatamiga chaqirilganda, yon hakamlar o'z joylarida bo'lishadi va vaziyatni kuzatishadi. Jarohatlangan ishtirokchi yonida faqatgina arbitr bo'lishi va doktor musobaqa qoidalarini asosida kerakli yordamni berishini nazorat qilishi lozim.

5. Agar bellashuv davomida ishtirokchi raqib harakatlari natijasida jarohatlansa va bellashuvni davom ettira olmasa, hakamlar ushbu qoidalar asosida qaror qabul qilishadi. Qaror har bir sodir bo'lgan holat asosida qabul qilinishi kerak.

6. Quyidagi holatlarda tibbiy yordamga ruxsat etiladi:

a) arzimasi jarohat.

- tirnoq singan holatda, doktor tirnoqlarni kesib tashlashiga ruxsat etiladi.

Arzimasi jarohatlar, ishtirokchining o'zi tomonidan davolanishi mumkin. Masalan, agar ishtirokchi barmog'i chiqsa, arbitr bellashuvni "MATE" yoki "SONO-MAMA" e'lon qilib, ishtirokchiga chiqqan barmog'ini joyiga solishga ruxsat beradi. Bu harakat darhol, arbitrning yoki vrachning ishtirokisiz bajarilishi lozim va ishtirokchi bellashuvni davom ettirishi mumkin. Ishtirokchiga chiqqan bir barmog'ini ikki marta solishga ruxsat etiladi. Bu holat uchinchi marta qaytarilsa, ishtirokchiga bellashuvni davom ettirishga ruxsat etilmaydi. Arbitr yon hakamlar bilan maslahatlashgach, ishtirokchi sog'ligini hisobga olib bellashuvni to'xtatadi va raqibini g'olib deb e'lon qiladi "KIKEN-GACHi".

b) qon oqishi bilan bog'liq jarohatlar.

- qon ketish holatlarida, jarohat xavfsizligi uchun, doktor tomonidan plastir, bog'ich, burun tamponi yordamida izolyastiyalanishi kerak (qonni to'xtatuvchi vositalardan foydalanishga ruxsat etiladi);

v) qonayotgan jarohatlar.

- qonayotgan jarohat yuzaga kelgan holatda, arbitr doktorni qonni to'xtatish va yordam ko'rsatish maqsadida chaqiradi. Arbitr qon to'xtamaguncha, bellashuvni davom ettirishga ruxsat bermaydi.

Shunga o'xshash qon oqishlar doktor tomonidan ikki marotaba davolanishi mumkin. Uchinchi marta qon oqayotgan jarohat vujudga kelsa, arbitr yon hakamlar

bilan maslahatlashib, ishtirokchi sog`ligi manfaatlarini hisobga olgan holda bellashuvni to`xtatishi va raqibini g`olib deb e`lon qiladi(“KIKEN-GACHi”).

Qon oqishini to`xtatish iloji bo`lmagan barcha vaziyatlarda, raqib g`olib deb e`lon qilinadi (“KIKEN-GACHi”).

Doktor ishtirokchiga tibbiy yordam ko`rsatish uchun chaqirilgan vaqt, bu tibbiy yordam iloji boricha tezroq ko`rsatilishi lozim.

7. Qusish.

Ishtirokchining har qanday qusishi, raqib foydasiga “KIKEN-GACHi” natijasini keltirib chiqaradi.

8. Agar ishtirokchi qasddan bajarilgan harakat orqali raqibini jarohatlasa, unga sport direktori, sport komissiyasi va hay`ati tomonidan intizomiy jazodan tashqari, to`g`ridan-to`g`ri jazo “XANSOKU-MAKE” e`lon qilinadi.

9. Agar ishtirokchilardan biri tomonidan bo`g`ish usulini bajarish natijasida, doktor ishtirokchi sog`ligiga jiddiy xavf mavjud deb hisoblasa, u tataminig chetiga kelib, hakamlardan bellashuvni darhol to`xtatishni so`rashi kerak. Hakamlar doktorga yordam berish uchun, barcha kerakli choralarni ko`rishi kerak. Bunday aralashish ishtirokchi bellashuvni yutqizganini bildiradi, shuning uchun bunday oraga kirish, haqiqatdan ham favqulotdagi holatlarda qabul qilinishi lozim

10. Agar ikki ishtirokchining ham jarohatlanish sababi aniqlanmasa va aybdor topilmasa, bellashuvni davom ettira oladigan ishtirokchi g`olib deb topiladi.

11. Agar KATA musobaqalari davomida TORI va UKElar tomonidan harakatlar noto`g`ri bajarilishi natijasida birontasi yoki ikkalasi ham jarohatlanib, namoyish davom etirilmasa:

a) agar jarohatni hakam sezib qolsa, u oq bayroqni ko`tarib bosh hakam diqqatini bu holatga qaratadi. Bosh hakam musobaqa yoki jamoa doktorini chaqiradi, biroq chiqish davom etaveradi. Bosh hakam chiqishni doktor tibbiy yordam ko`rsatish lozimligini talab qilsa, to`xtatishi mumkin.

b) agar jarohatni doktor sezib qolsa, u bu haqida bosh hakamga xabar berishi va tibbiy yordam ko`rsatish zaruriyati tug`ilsa, chiqishni to`xtatadi.

Agar doktor tibbiy yordam ko`rsatilganidan so`ng, ishtirokchilarga musobaqani davom ettirishga ruxsat bersa, KATA namoyishi boshidan boshlanadi.

12. XDF chempionatlarida, jamoaning rasmiy doktori, tibbiy ma`lumotga ega bo`lishi va musobaqalardan oldin ro`yxatdan o`tishi kerak. U ko`rsatilgan joyda o`tirishga ruxsat etilgan yagona shaxs bo`lib, boshqalardan farqlanish uchun qizil xoch tasvirli engbog` taqishi lozim.

13. Milliy federastiyalar o`z jamoalari doktorini vakil qilib yuborsalar, ularning harakatlari uchun mas`uldirlar.

14. Doktorlar Qoidadagi tuzatish va izohlar haqida xabardor bo`lishlari lozim.

10. MUSOBAQADA O`Z VAQTIDA BO`LMASLIK YoKI ISHTIROK ETISHDAN VOZ KEChISH (“FUSEN-GACHi” VA “KIKEN-GACHi”)

1. “FUSEN-GACHi” qarori (raqibning bellashuvga kelmasligi natijasidagi g`alaba) raqibi uchrashuvga kelmagan ishtirokchiga e`lon qilinadi. Uchrashuvga o`z vaqtida etib kelmagan ishtirokchi, 5 daqiqadan so`ng chaqirilgan holatda ham etib kelmasa, ushbu uchrashuvda qatnashish huquqidan mahrum bo`ladi.

2. “KIKEN-GACHi” qarori raqibi uchrashuvda, qanday sabab bo`lishidan qat`iy nazar, qatnashishdan bosh tortsa, ikkinchi ishtirokchiga e`lon qilinadi.

11. BELLASHUV VAQTIDA HAKAMNING HARAKATLAR TARTIBI

Bellashuv vaqtida referilar almashishi.

Agar referi jiddiy jarohat yoki kasallansa va o`z vazifasini davom ettira olmasa, yon xakamlardan biri referi vazifasini o`z qo`liga olishi kerak.

Odatda yon xakamni almashtirish qiyinchiliklar keltirib chiqaradi, chunki boshqalar bellashuvni rasmiy ravishda kuzatmagan bo`ladi. Biroq agar

uchrashuvdan oldin, har qanday sabablarga ko`ra, bironta hakam bellashuvni boshidan kuzatgan bo`lsa, bu hakamni ishga solish mumkin.

Bellashuv hududida joylashish.

- Agar bellashuv hududida belgilar bo`lsa, ko`k belgi hakamlar stoliga qarayotgan referining o`ng tarafida bo`ladi.

- Yon hakamlar o`tirg`ichi quyidagicha joylashadi: referining oldidan - o`ng tarafda, orqasidan - chap tarafda.

Bellashuv boshlanishi va tugashi.

XAJIME.

Referi XAJIME buyrug`ini bellashuvni boshlash yoki MATE buyrug`idan so`ng, davom ettirish uchun beradi. Ishora bo`lmaydi.



Agar MATE buyrug`i ishtirokchining chiqib ketish holatida berilgan bo`lsa, ishtirokchilar o`zlarining dastlabki holatini qabul qilishi va XAJIME buyrug`i orqali bellashuvni davom ettirishi shart emas. Biroq referi ishtirokchilarning yuzi bir-biriga qaratilgan holda ekanligi va hech biri ustunlikka ega emasligiga ishonch hosil qilishi lozim.

Har safar XAJIME buyrug`ini berishdan oldin referi yon hakamlar o`z joyidaligi, tablodagi hakamlar, sekundometrchi hakamlar tayyorligiga va ishtirokchilar kiyimi qoidalar talabiga javob berishiga ishonch hosil qilishlari lozim.

MATE.

Referi MATE (kutib tur yoki to`xta) buyrug`ini bellashuvni vaqtinchalik to`xtatish uchun aytadi.



Ishora: Qo`lning ochiq kaft va barmoqlar birlashtirilgan holatda sekundometrchi tarafga qaratilgan bo`ladi. Bu ishora kamida 3 soniya ushlanishi va sekundometrchi bellashuv vaqti vaqtinchalik to`xtaganini bildiruvchi sariq bayroqni ko`targuncha ushlanishi lozim.

Izoh: Ishora $\frac{1}{4}$ burilishni talab qilmaydi.

SONOMAMA.

SONOMAMA (qimirlama) buyrug`i faqat parter (ne vaza) holatida, ishtirokchilarni o`z joylarida vaqtinchalik “muzlatish” uchun, agar ishtirokchilardan biri ustunlik holatiga ega bo`lsa ishlatiladi.



Ishora: Har bir ishtirokchiga qo`l tekkizib, SONOMAMA degan payt keskin pastga bosiladi.

Izoh: Referi ishtirokchilardan qo`lini, buyruqlari eshitilib, ushlash holatini saqlashib, kurashishni to`xtatishsagina oladi.

YoShI.

Referi YoShI (davom ettiring) buyrug`ini, SONOMAMA buyrug`i orqali to`xtatilgan bellashuvni davom ettirishni ko`rsatish uchun aytadi. YoShI buyrug`ini berishdan oldin, referi ishtirokchilarning gavda holati o`zgarmaganiga ishonch hosil qilishi kerak.



Ishora: Har bir ishtirokchiga qo`l tekkiziladi va pastga teng holatda bosilib, YoShI buyrug`i aytiladi.

Izoh: YoShI buyrug`i orqali bellashuvni davom ettirishdan oldin, ishtirokchilarga xalaqit bermaslik uchun , referi etarlicha uzoqroq masofada turishi va hakamlar ishtirokchilarni ko`rish uchun yaxshi holatda ekanliklariga ishonch hosil qilishi kerak.

SOREMADE.

Referi SOREMADE “hammasi tugadi” buyrug`ini har bir tugayotgan bellashuv uchun beradi. Bu buyruq, boshqa buyruq yoki tablo (sekundometrchi) ning bellashuv tugaganini bildiruvchi signalidan so`ng beriladi.



Holat: Referi SOREMADE buyrug`ini berishda, aniq bir holatga ega bo`lmaydi. SOREMADE buyrug`i e`lon qilayotgan vaqt, Referi ishtirokchilarni ko`rishi, buyruq ishtirokchilar tomonidan eshitilgani va bajarilayotganiga ishonch hosil qilishi kerak. Buyruqdan so`ng, referi va ishtirokchilar o`zlarining dastlabki start holatlariga qaytishlari va g`olib e`lon qilinishiga tayyorlanishlari lozim.

Baholar va jazolar.

IPPON.

Dzyudochi nazoratni amalga oshirib o'z raqibini ancha kuch va tezlik bilan orqa tomonining salmoqli qismi bilan tatamiga tashlasa, referi IPPON e'lon qiladi.

IPPON yana quyidagi holatlarda e'lon qilinadi:

- uke qocha olmaydigan darajada to'xtovsiz 25 soniya bosib turilsa;
- uke Maita (taslimman) so'zini aytsa;
- ikki va undan ortiq marotaba oyog'i yoki qo'li bilan qoqib qo'ysa;
- mahalliy/milliy musobaqalarda og'ritish yoki bo'g'ish usullari samarali tugashi aniq bo'lib qolsa (xalqaro musobaqalarda emas).



Ishora: Yon tomondan qo'l vertikal, boshdan yuqoriga, barmoqlar birlashtirilgan va kaft oldinga qaratilgan holatda bajariladi.

VAZARI.

Tashlash texnikasi ideal tarzda bo'lmasa, ya'ni harakat IPPON bo'lishiga etarli omillarning to'rtidan biri mavjud bo'lmasa yoki bosib turish 20 soniyadan ortiqroq, lekin 25 soniyadan kam bo'lsa, referi VAZARIning e'lon qilib, shunga muvofiq ishora ko'rsatadi.

VAZARI quyidagi holatlarda e'lon qilinadi:

- agar uke orqasiga aniq ravishda yiqilmasa (orqasining katta qismi bilan tushmasa);
- agar uke yiqilish holatidagi kuch va tezlik sifatlarini nazorat qilib, sekin va asta yiqilsa;
- barcha holatlarda samarali (natijali), biroq sekin tashlashlar bajarilganda.



Ishora: Qo`l (panja) harakati qarshi tomondagi sondan boshlanib, qo`l tananing yon tomoniga, elkalar balandligiga, kaftlar pastga qaratilgan holatda cho`ziladi. Qo`l elkadan sal yuqoriga ko`tarilishi, VAZARI va YuKO orasidagi farq aniq bo`lishi uchun tavsiya etiladi.

Izoh: Bosib turish bir marta (bosib turish e`lon qilinganda), bosib turish davomiyligiga asoslanib baholanadi. Referi bosib turishning 20-soniyasida VAZARI e`lon qilmasligi lozim. Faqatgina bosib turish 25 soniyaga etmasdan to`xtasa, VAZARI e`lon qilinadi.

Qo`shimcha tushuntirishlar bilan yuqoridagi bo`limlarda tanishishlaringiz mumkin.

VAZARI AVASETE IPPON

Agar ishtirokchi ikkinchi VAZARI bahosini olsa, referi shunga mos ishora bilan birgalikda VAZARI AVASETE IPPON, ya`ni ikkita VAZARI yig`indisi IPPONni e`lon qiladi



Ishora: Bu ishora ikkita individual ishoralarning ketma-ket

kombinastiyasidan iborat bo`lib, har biri to`g`ri bajarilib, muvofiq buyruqlarni talaffuz qilish orqali bajariladi. Qo`l VAZARI ishorasidan so`ng, o`sha elkaga qaytishi va keyin boshdan yuqoriga IPPONni ko`rsatishi lozim.

Izoh: VAZARI AVASETE IPPON buyrug`i baland bo`lishi kerak, lekin tez talaffuz qilinmasligi lozim.

YuKO.

Ishora: Qo`l (panja), harakati qarshi tomondagi elkadan boshlanadi. YuKO e`lon qilinishi paytida qo`l gavdaga nisbatan yon tomonga, pastga, 45 darajali burchaq hosil qilib kaftlar ochiq va tatmiga qaratilgan holda bajariladi.



Barcha ishoralar kabi, bu ishora ham 3-4 soniya, $\frac{1}{4}$ burilib, baho tablodagi hakamlarga va yon hakamlarga ko`rinayotganiga ishonch hosil qilib bajariladi.

Kurashmaslik.

Ishora: Bellashuv to`xtatiladi va ishtirokchilar o`zlarining dastlabki joylariga qaytariladi. Referi “kurashmaslik” ishorasini ko`rsatadi, keyin esa qoidani buzgan ishtirokchiga to`g`ri qarab, unga ko`rsatadi.



Qo`llar ko`krak o`rtasiga ko`tarilib, barmoqlar birlashtirilib, kaftlar ichkariga qaratilgan holda aylantiriladi, keyin esa barmoq bilan qoidani buzgan ishtirokchiga ko`rsatadi.

Izoh: Agar ikki ishtirokchi ham, bir vaqtning o'zida jazolanishi kerak bo'lsa, har bir ishtirokchiga ishora ko'rsatiladi.

Tablo va sekundometrchi hakamlarga signallar.

Bekor.

Bekor ishorasi referi va hakamlar tomonidan, qo'llanilgan usul bajarilganiga qaramay, bekor qilinganini bildirib, baholanmaydi va qaror chiqarilayotganda hisobga olinmaydi. Masalan, tashlash bellashuv hududidan tashqarida bajarilsa.



Ishora: Qo'l boshdan yuqoriga vertikal holatda, barmoqlar va bosh barmoq birlashtirilgan, kaftlar ichkariga qaratilgan.

Qo'l goh u tomon, goh bu tomon, bosh ustida bir necha bor silkitiladi.

Qo'l bo'shashtirilgan bo'lib, bilak va tirsak sal egilgan holda bajariladi.

Xato bahoni bekor qilish.

O'ziga xos ishora hisoblanib, bekor qilinishi va to'g'irlanishi kerak deb, bir qo'l bilan ko'rsatilib, qaytariladi. To'g'irlanishi kerak bo'lgan ishora ko'rsatib turilib, ikkinchi qo'l bekor ishorasini ko'rsatadi. Ovoz bilan aytiladigan buyruq bo'lmaydi.

Agar o'zgartirish kiritish lozim bo'lsa, qo'llar tezlik bilan tanaga qaytib, keyin esa to'g'ri ishora ko'rsatilib, shunga muvofiq ovoz bilan buyruq beriladi. Ishorani ko'rsatishda o'sha, yuqorida aytib o'tilgan o'ziga xos ishorani bajargan qo'l bilan bajariladi.



Izoh: Agar davom etayotgan harakat yangi buyruqda o`z aksini topsa, referi qulay imkoniyat bo`lishini kutishi va tuzatishlar kiritishi lozim.

OSAEKOMI. (Bosib turish)

Ishora: Bu ishora yon tomondan boshlanib, qo`l tanadan oldinga, gorizontal holatda, kaftlarni pastga qaratib cho`ziladi. Referi OSAEKOMI buyrug`ini talaffuz qilayotgan payt, qo`li ishtirokchilarga tomon yo`naltirilgan holda harakatlanadi va 45 daraja burchak ostida to`xtaydi. Panja ochiq holatda, kaftlar pastga qaragan, barmoqlar ishtirokchilarni ko`rsatgan, tana esa oldinga bir oz egilgan bo`ladi.



Bu ishora kamida 3 soniya davom etishi va referi aylana bo`yicha chapga yoki o`ngga ishtirokchilar atrofida aylanishi kerak. Bu vaqt ichida qo`l va barmoqlar ishtirokchilar tomon qaratilgan bo`lishi lozim.

Holat: Bosib turishni e`lon qilishda aynan biron-bir holat belgilanmagan. Har bir harakat referi yuzi ishtirokchilar gavdasining yuqori qismiga qarayotgan vaqt va ularga unchalik yaqin turmagan holatda bajarilishi kerak. Referi kamida bitta yon hakamni, tablodagi hakamni yoki sekundometrchi hakamni ko`rishi kerak.

Izoh: agar bosib turish sekundometrchining bellashuv tugashini e`lon qilish signali bilan bir vaqtda boshlansa, bosib turish IPPON yoki TOKETAgacha haqiqiy hisoblanadi. Bu degani bosib turish bellashuv tugash vaqtidan keyin ham davom etadi.

Bosib turish vaqtinchalik SONOMAMA buyrug'i orqali, asosli sabab bo'lsagina, referi va hakamlar tomonidan to'xtatiladi.

TOKETA.

Bosib turish e'lon qilinishi va Tori bosib turish ustidan nazoratni yo'qotgani aniqlanishi yoki ishtirokchilar bellashuv hududidan chiqib ketgan holat yuzaga kelishi bilan referi TOKETA e'lon qilib, bosib turish to'xtatilganini ma'lum qiladi.



Ishora: Qo'l elka balandligiga ko'tariladi va ishtirokchilar yo'nalishida tushirilib, taxminan 45 daraja burchak ostida, ochiq kaft va katta barmoq yuqoriga ko'tarilgan holda to'xtaydi. Referi qo'lini yon tomonlarga bir necha bor g'ayrat bilan, lekin pinagini buzmay silkitib, TOKETA e'lon qiladi. Qo'l bo'shashtirilgan bo'lib, bilak va tirsak sal egilgan holda bajariladi.

Holat: TOKETA e'lon qilishda aynan biron-bir holat belgilanmagan. Referi kamida bitta yon hakamni, tablodagi hakamni yoki sekundometrchi hakamni ko'rish va ular buyruqni eshitishi va ko'rishiga amin bo'lishi kerak.

Izoh: Elektron tablo bo'lmagan holatlarda, referi va hakamlar baholash imkoniga ega bo'lish uchun, Bosib turish va TOKETA orasida o'tgan vaqtni aniqlashlari lozim. Variantlardan biri quyidagicha: sekundometrchi hakam bosib turish sifatini katta "Y" yoki "W" harfli taxtachani ko'tarish orqali, YuKO yoki VAZARI bo'lganini ko'rsatishlari mumkin.

Boshqa variant: sekundometrchi hakam bosib turish vaqtini taxtachaga yozib, referiga beradi, referi bahoni aniqlashi va kerakli ishora orqali bahoni e'lon qilishi mumkin.

Shu bilan birga bosib turish vaqti mikrofon orqali e'lon qilinishi mumkin.

Ko`k yoki oq ishtirokchini ko`rsatish.

Baho berilib, qaysi ishtirokchi baholangani aniq bo`lmagan vaziyatlarda, masalan tezlik bilan bajarilgan qarshi hujum yoki tablodagi hakamlar, qaysi ishtirokchi foydasiga baho qo`yilgani (ko`k yoki oq ishtirokchigamik) haqida aniqlik kiritishni so`rashsa, referi tegishli rangni ko`rsatishi kerak.



Ishora: Baho e`lon qilingach, referi tegishli rangli tatamidagi chiziqni (dastlabki start holatini ko`rsatuvchi belgilar) ko`rsatadi. Referi rangni aytishga **ao** yoki **shiro** (ko`k yoki oq) haqli.

Ishtirokchilar uchun signallar.

Dzyudogini tartibga keltirish.

Referi har bir ishtirokchi dzyudogisi bir xil darajada tartibga keltirilganiga va hech qanday nohaq ustunlik vujudga kelmasligiga amin bo`lishi kerak. Odatda bu ishora, boshqa sababdan keyin berilgan MATE buyrug`idan so`ng ko`rsatiladi. Biroq kamdan-kam holatlarda belbog` to`liq echilib ketsa, maxsus MATE buyrug`ini dzyudogi tartibga keltirilishi uchun berilishi mumkin



Ishora: Ishtirokchilar dastlabki start holatida bo`lgan vaqt, referi qo`llarini beli sathiga ko`tarib, barmoqlar pastga qaragan, kaftlar gavda tomon yo`naltirilgan bo`lib, chap qo`l, o`ng qo`l ustida bo`lishi kerak.

Belbog`ni tortib bog`lash.

Har bir MATE buyrug`idan keyin, referi ishtirokchilar belbog`ini ko`zdan kechirishi va ularni tortib bog`lash kerakligini aniqlashi lozim.



Ishora: Ishtirokchilar o`zlarining dastlabki start holatida bo`lgan vaqt, referi mushtlangan qo`llarni bel sathiga ko`tarib, belbog`ni tortib bog`lashga o`xshatib, jaryonni takrorlashi va ko`rsatishi lozim.

G`alabani berish.

Kachi Uchrashuv g`olibini aniqlash.

Ishora: Referi uchrashuv g`olibini ko`rsatish uchun oldinga qadam qo`yadi, avval o`ng oyoq, keyin chap oyoq bilan qadam qo`yib, oyoqlar elka kengligidagi holada to`xtaydi.



Shu vaqtning o`zida, g`olibga yaqin qo`l (o`ng qo`l ko`k, chap qo`l oq yaktakdagi ishtirokchiga) yuqoriga, ishtirokchi tomon cho`ziladi va bir necha on ushlab turiladi. Qo`lni tushirish vaqtida referi orqaga avval o`ng, keyin chap oyoq bilan qadam qo`yib, dastlabki holat, oyoqlar birlashtirilib to`xtaydi.

Yusei Gachi.

Uch hakamdan ko`pchilikning fikri asosida Xantey e`lon qilingach, referi Yusei Gachi, ya`ni ustunlikdagi g`alaba qarorini chiqaradi.

Sogo Gachi.

Referi Sogo Gachi bo`yicha g`olibni e`lon qiladi, bu degani, ishtirokchi texnik baho VAZARIGA yoki ikkinchi VAZARI bahosiga teng, raqibning uchta ShIDO

tanbehi bilan jazolansa yoki qarama-qarshi kombinastiya, raqibning uchta Shidoosidan keyin VAZARI bahosini olsa. Referi bellashuvni to'xtatadi, ishtirokchilarni o'zlarining dastlabki joylariga qaytaradi va SOGO-GACH deb, g'olibni ko'rsatadi. Ushbu g'alabagina muvofiq ovoz bilan beriladigan buyruqqa ega bo'ladi.

Tartibi: Agar VAZARI raqibning uchta Shido olganidan so'ng berilsa, referi avval VAZARI, keyin esa SOREMADE buyruqlarini berishi kerak. VAZARI AVASET IPPON iborasi qo'llanilmaydi.

XIKI VAKE (durang).

XIKI-VAKE faqatgina aniq va muayyan musobaqalarda, ushbu turnirlarning qoidalariga asoslanib (masalan, jamoaviy musobaqalarda) beriladi. Yana bu baho maxsus vaziyatlarda (masalan, baxtsiz hodisa tufayli, ishtirokchilarning ikkalasi ham bellashuvni davom ettira olmasa yoki ikkala ishtirokchi ham baravariga IPPON bahosini qo'lga kiritga) berilishi mumkin. Referi va yordamchi hakam fikri bir joydan chiqib, ikkalasi ham, referi XIKI-VAKE, ya'ni hech bir ishtirokchi bir-birining ustidan ustunlikka ega bo'lmaganini e'lon qiladi.

Ishora: Qo'llarda bayroqlarni ushlagan holda, qo'llar boshdan yuqoriga, kaftlar ochiq va bosh barmoq yuqoriga (gavda bilan parallel) qaratilgan holda ko'tariladi, keyin esa referi qo'li qat'iyat bilan oldinga, elka sathiga tushadi. Qo'l mana shu holatda bir necha soniya turadi.

XULOSA

Shuni alohida ta'kidlash kerakki, barcha yoshdagi maktab o'quvchilari va oliy maktab talabalari sport mashg'ulotlari va musobaqalari jarayonida ro'y beradigan turli xil o'zgarishlarni o'rganadi, ilmiy va amaliy ma'lumotlarni hamda ilg'or tajribalarni taxlil qilib umumlashtiradi, jismoniy tarbiya va sportning tegishli vazifalarini belgilaydi, ularning mohiyatini, sport mashg'ulotlari va musobaqalari jarayonini, sportchilarda sodir bo'ladigan ichki va tashqi kechinmalarni o'rganadi, tahlil etadi va xulosa chiqaradi. Bu esa sportimizning kelajak ravnaqini ta'minlash imkonini beradi.

Ishimning maqsadiing bir bo'lagi bo'lgan mamlakatimizda ayniqsa Surxondaryoda yoshlarining dzyudo kurashi bilan shug'ullanuvchilar sonini ko'paytrish ya'ni o'zimizning milliy kurashimiz bilan shug'ullanuvchi yoshlarga dzyudo kurashiga ham ishtirok etish uchun engillik bo'ladi.

Shuni inobatga olish kerakki Olimpiada sport hisoblangan dzyudo kurashining yangi qoidalari kiritilganidan so'ng bizning milliy kurashga juda o'xshash sport turi bo'lib qoldi. Mamlakatimizning xar bir kurashchisi dzyudo kurashining texnik qoidalariga rioya qilgan holda bemalol dzyudo kurashidan O'zbekiston chempionatlariga ishtirok etishlari va Olimpiada o'yinlari yo'lida xarakat qilishlariga bitiruv malakaviy ishim sportchi talabalarimizga as qotadi deb o'ylayman.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. I.A.Karimov, Buyuk maqsad yo`lidan o`ishmaylik. Toshkent. O`zbekiston 1993y.
2. I.A.Karimov, Halollik va fidoiylilik-faoliyatimizning asosiy me`zoni bo`lsin. Toshkent. O`zbekiston 1994y.
3. I.A.Karimov. Yuksak malakali mutaxassislar-taraqqiyot omili. Toshkent. O`zbekiston 1995 y.
4. Barkamol avlod O`zbekiston taraqqiyotining poydevori. Toshkent. 1997 y.
5. Umumiy o`rta ta`limning davlat ta`lim standarti va o`quv dasturi. Toshkent. 1999 y. 6-maxsus son.
6. Рахлин Н. Дзюдо: правила соревнований Москва 2010г
7. Istomin. A.A. Dzyudo kurashi Toshkent 1993
8. Elov. A.N Dzyudo, Toshkent / 2005
9. Kerimov F.A «Sport kurashi» Toshkent 2005
10. Рахлин Н Правила судейства в Дзюдо. Москва 2010г.
11. Л П Югай Основы дзюдо Тошкент 2003
12. [www. Judo.uz](http://www.Judo.uz)

Жисмоний маданият факультети
4 курс талабаси Рахимов Дилмуроднинг
“Дзюдо курашида ҳакамлик қилиш ва
мусобақаларни ўтказиш қоидалари”
мавзусида бажарган битирув малакавий
ишига илмий раҳбарининг

ХУЛОСАСИ

Ватанимиз мустақилликка эришгач қисқа вақт ичида спорт соҳасида қавас қилса арзийдиган ишлар амалга оширилмоқда. Дзюдо спорт тури ёшлар ўртасида оммавалашиб бормоқда. Бу мамлакатимизда жисмоний тарбия ва спорт машқулотлари учун қулай шароитлар яратилганлиги туфайли ривожланиш имкониятига эга бўлди.

Талаба-ёшларни дзюдо спорт турлари машқулотларига узлуксиз жалб қилишни таъминлаш мақсадида мамлакатимизда ёш авлодни жисмоний камол топтиришга йўналтирилган самарали спорт тизими шаклланди. Бу тизимнинг маънавий – тарбиявий ақамияти шундаки, мамлакатимиз ёшларнинг барча қатламларини қамраб олади ва янада бирлаштиришга хизмат қилади.

Ўзбек дзюдочилари олимпиада ўйинларида эпчилликда чаққонликда, куч-қудратда, ақл-идрокда, тафаккурда ва моқиятда нималарга қодирлигини кўрсата олди. Жисмоний тарбия ва спорт жамиятнинг моддий қаёт билан боқлиқ жараён бўлиб, у муайян қонуниятлар асосида ривожланаётганлиги мазмун ва моқияти жиқатидан соқлом авлод тарбиялашга қаратилган.

Рахимов Дилмурод ишда дзюдо курашида қакамлик қилиш ва мусобақа қоидаларини ўрганиш жараёнида интернет маълумотларидан, хориж илмий мақолалардан ва дзюдо кураши ўқув қўлланмаларидан кенг фойдаланган.

Дзюдо курашининг янги қоидалари расимлари билан келтирилган бўлиб, тадқиқотчи талаба Рахимов Дилмуроднинг малакавий иши долзарб муаммо қисобланиб ўзининг илмийлиги билан ажралиб туради. Мақсад, вазифа ва хулосалар фақат бири-бирини тўлдиради.

Қўйилган талаблар олий даражада бажарилган бўлиб ишни қимояга тавсия қиламан.

Илмий рақбар:

к. ўк Даминов И.А.

Жисмоний маданият факультети
4 курс талабаси Рахимов Дилмуроднинг
“Дзюдо курашида ҳакамлик қилиш ва
мусобақаларни ўтказиш қоидалари”
мавзусида бажарган битирув малакавий
ишига

ТАҚРИЗ

Ватанимиз мустақиликка эришгач қисқа вақт ичида спорт соҳасида қавас қилса арзийдиган ишлар амалга оширилмоқда. Мамлакатимизда болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари, олий таълим муассалари ва олимпия захиралари коллежларида дзюдо кураши ўқув дастурида жой олган бўлиб мураббийлар томонидан дарсларини ўқувчи ёшларга қизиқиб ўрганилмоқд ва машқулотларини олиб бормоқда.

Ёшлар билан ўсмирлар дзюдо курашининг ҳакамлик қоидалари жараёнида уларнинг ҳакамлик усуллари, иродавий ва маънавий жиқатларини шакллантириш, мусобақаларни ўтказиш жараёнини режалаштириш, замонавий спортда юқори натижаларга эришишга доир ишларни ўз ишида акс эттирган. Ишда со\лом турмуш тарзда, турмуш ва дам олиш гигиенаси, шахслараро муносабатлар маданияти, экологик маданият ва мусобақа қатнашчиларнинг саломатлиги тў\рисида қай\уриш сингари мажмуавий омилларни ўз ичига олган ҳолда яхши ёритилган.

Мавзу илмий рақбар томонидан тўқри танланган. Ишнинг мақсади асосида қўйилган вазифалар ишда ўз ечимини топган. Иш олий таълим талаби даражасида ёзилган. Ишда жузий камчиликлар

мавжуд, аммо бу камчиликлар ишнинг мазмунли қийматига таъсир қилмайди.

Шунинг учун ишни малакавий битирув иши сифатида расмий қимояга тавсия қиламан.

Тақризчи:

к.ўқ. Шарипов қ. А

Жисмоний маданият факультети
4 курс талабаси Рахимов Дилмуроднинг
“Дзюдо курашида ҳакамлик қилиш ва
мусобақаларни ўтказиш қоидалари”
мавзусида бажарган битирув малакавий
ишига

ТАҚРИЗ

Мамлакатимизда болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари, олий таълим муассалари ва олимпия захиралари коллежларида дзюдо кураши ўқув дастурида жой олган бўлиб мураббийлар томонидан дарсларини ўқувчи ёшларга қизиқиб ўрганиб машқулотларини олиб бормоқда.

Ёшлар билан ўсмирлар дзюдо курашининг ҳакамлик қоидалари жараёнида уларнинг ҳакамлик усуллари, иродавий ва маънавий жиқатларини шакллантириш, мусобақаларни ўтказиш жараёнини режалаштириш, замонавий спортда юқори натижаларга эришишга доир ишларни ўз ишида акс эттирган

Ўзбек дзюдочилари олимпиада ўйинларида эпчилликда чаққонликда, куч-қудратда, ақл-идрокда, тафаккурда ва моқиятда нималарга қодирлигини кўрсата олди. Жисмоний тарбия ва спорт жамиятнинг моддий қаёт билан боқлиқ жараён бўлиб, у муайян қонуниятлар асосида ривожланаётганлиги мазмун ва моқияти жиқатидан соқлом авлод тарбиялашга қаратилган.

Талаба ишда дзюдо курашида ҳакамлик қилиш ва мусобақа қоидаларини ўрганиш жараёнида интернет маълумотларидан, хориж илмий мақолалардан ва дзюдо кураши ўқув қўлланмаларидан кенг фодаланган.

Мавзу илмий рақбар томонидан тўқри танланган. Ишнинг мақсади асосида қўйилган вазифалар ишда ўз ечимини топган. Иш олий таълим талаби даражасида ёзилган. Ишни қимояга тавсия этаман.

Дзюдо федерацияси мураббийи:

Арзиев Б. М

