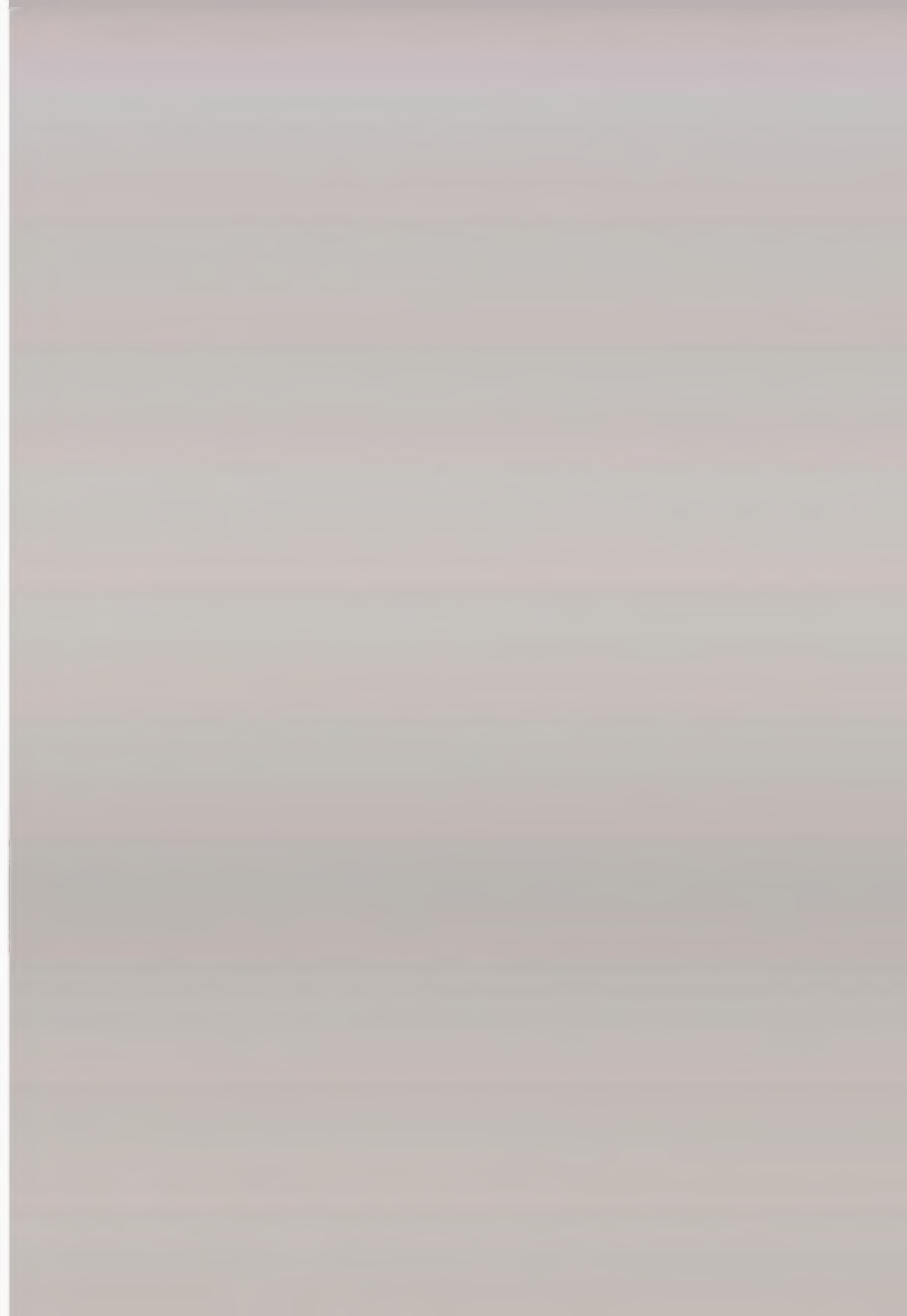
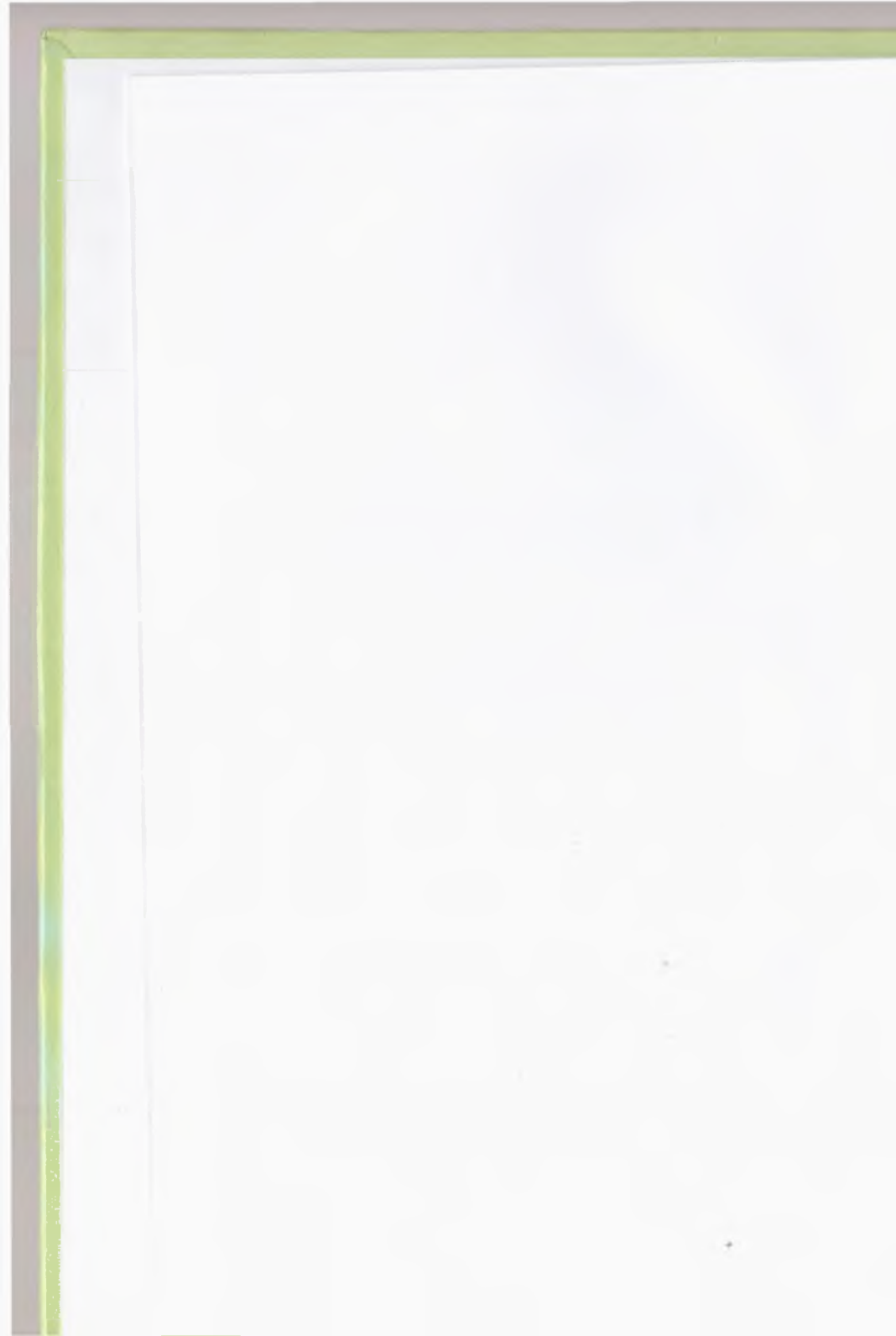




**SHERALI MUSTAFAYEV**

# **SPORT O'YINLARI**





MUSTAFAYEV SHERALI DJURABAYEVICH

# SPORT O'YINLARI

(O'quv qo'llanma)

“Surxon-nashr” – 2024

UBK:796.332.063:796.325.063:796.323.2.063(075.8)  
KBK:75.578+75.569-75.566ya73  
M:90

Sherali Mustafayev. Sport o'yinlari / O'quv qo'llanma. — Termiz:  
"Surxon-nashr", 2024-y. — 216-bet.

Mazkur o'quv qo'llanma oliy o'quv yurtlarining 60112200-jismoniy madaniyat kunduzgi, sirtqi va kechki ta'lim yo'nalishi talabalar uchun mo'ljallangan bo'lib, o'quv qo'llanmada futbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi, voleibol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi, basketbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi, qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi tashkil qilishning xususiyatlari haqida ma'lumotlar berilgan.

*O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar  
vazirligining 2023-yil 6-noyabrda 491-sonli buyrug'i bilan nashrga  
tavsiya etilgan.*

ISBN:978-9910-9212-4-7

© Mustafayev Sh.D.  
© "Surxon-nashr", 2024-y.

## KIRISH

Dunyoda so'nggi yillarda sport o'yinlari bilan shug'ullanuvchi sportchilarni tayyorlashda tobora yuqori vazifalarni bajarish talablarining qo'yilishi, texnik usullarning aniqqligini takomillashtirishda samarali vositalar va uslublarni izlab topish asosiy maqsadlardan biri bo'lib qolmoqda. Yuqori malakali sportchilarni tayyorlash bo'yicha dunyo amaliyotida maydondagi to'p bilan harakatlanish, raqib tomonidan yuqori bosim uyushtirilgan jarayonda texnik usullarni bajarishda aniqlik darajasini yuqori saviyaga yetkazish vazifasi sportchilarni muvaffaqiyatli hal qilishda muhim omil bo'lib bormoqda. Biroq hozirgi kunda sportchilarning jismoniy tayyorgarligi va texnik usullarni bajarish tezligi oshib borgan sayin to'p bilan bajariladigan harakatlarni amalga oshirish jarayonida aniqlik masalalari tobora muhim ahamiyat kasb etmoqda, chunki yuqori o'yin tezligi sharoitida sportchilar tomonidan texnik harakatlarning bajarilishi tobora qiyinlashib bormoqda.

Jahonda sport o'yinlari bo'yicha o'tkazilgan ilmiy tadqiqotlar asosan dinamik va kinematik harakatlar aniqqligini o'rganish, texnik usullarni bajarishga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni aniqlash, jismoniy yuklamaning o'yin vaziyatiga bog'liqligini tathbiq etish, maqsadli aniqlikning nazariy asoslarini yoritib berish, toliqish jarayonining o'yin holatiga bog'liqligi, diqqat xususiyatlarini musobaqa sharoitida tahlil qilish, turli shiddat zonalarida sportchilarning faoliyatini nazorat qilish, tayyorgarlik davrida o'quv-mashg'ulot jarayonini rejalashtirish masalalariga bag'ishlangan ko'plab izlanishlar olib borilmoqda. Innovatsion texnologiyalardan foydalangan holda organizmning toliqish darajasi hamda mashg'ulot yuklamasining shiddatidan kelib chiqib, sportchilarning texnik usullar aniqqligi darajasini oshirish va takomillashtirishga yo'naltirilgan tayyorlash jarayonini dasturlash va uni tashkil etish metodlari to'g'risida ma'lumotlar yetarli o'rganilmagan.

Respublikamizda so'nggi yillarda sportning o'yin turlaridagi sport musobaqalarini tizimli tashkil etish orqali sog'lom turmush tarzini keng targ'ib qilish vazifasi keng ko'lamda amalga oshirilmoqda. "Sport maydonchalarida mini-futbol, basketbol, voleibol, gandbol va badminton kabi sport turlaridan foydalanish imkoniyatini yaratish" vazifasi sport o'yinlarini ommaviy rivojlantirishga qaratilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining qator farmonlari, hukumat qarorlari hamda "Sportdagi har bir natija-millatning sog'lomligini, qudratini, buyukligini

## I BOB. FUTBOL

### 1.1. FUTBOL O'YININING KELIB CHIQISHI VA RIVOJLANISH TARIXI

Eng qadimiy manba – bu Xan sulolasining solnomalari bo'lib, bu sulola qadimiy Xitoyda hukmronlik qilgan. Bu solnomalar 2000 yillik tarixga ega. To'p tepishga o'xshaydigan va o'ynaladigan o'yin) – Tsu Chu (qadimgi Xitoyda eramizdan oldingi 250-yilda paydo bo'lgan).

“Tsu” – oyoq bilan to'pga zarba berish degan ma'noni anglatadi, “Chu” esa “havo berilgan charm to'p” deb tarjima qilinadi. Solnomadagi yozuvlarda aytilishicha, bu o'yin imperator tug'ilgan kuni sharafiga o'ynalgan. “Tsu – Chu” o'yinida kichkina tirqishga, ya'ni darvozaga to'p kiritish talab etilgan. Darvoza sifatida bambuk tayyoqchalarini vertikal holatga qo'yib, tirqish kattaligi 30-40 santimetr diametrdagi past bo'lib, 9 metr balandlikda joylashgan bo'lib to'pni 9 metr balandlikda 30-40 smli teshikdan o'tkazish kerak edi. Ko'rib turganingizdek, bu o'yinni o'ynash uchun kishi ma'lum bir qobiliyat egasi bo'lishi kerak, aks holda, darvozani ishg'ol eta olmaydi.



1-rasm

Sin sulolasi davrida (miloddan avvalgi 255-206-yillar) Tsu – Chu o'yini, asosan, askarlarga o'rgatilgan. Xan sulolasi davriga kelib esa (miloddan avvalgi 206-yil, milodning 220-yillari) Tsu – Chu keng yoyilib, ommaviy o'yin turiga aylangan. O'sha davr solnomalarida Tsu – Chu nomi bilan atalgan mashg'ulotlar yig'indisi haqida ushbu o'yin tasvirlanadi. Bu mashg'ulotlar pat va jun bilan to'ldirilgan charm to'pli mashq turlarini o'z ichiga olgan. Tsu – Chu – Chuuga o'xshash o'yinlar ham bo'lgan, ularning har birining maqsadi raqib o'yinchilariga to'p kiritishga

namoyon etuvchi eng yaxshi mezonidir” degan da'vat aholi o'rtasida jismoniy tarbiya va sportga bo'lgan munosabatni tubdan o'zgartirdi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2020-yil 24-yanvardagi PF-5924-son “O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi, 2020-yil 30-oktabrdagi PF-6099-son “Sog'lom turmush tarzini keng tatbiq etish va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi farmonlari, O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 13-fevraldagi 118-sonli “2019-2023-yillar davrida O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish Konsepsiyasini tasdiqlash to'g'risida”gi qarori hamda ushbu sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlar jismoniy tarbiya va sport sohasida ulkan islohotlar, beqiyos bunyodkorlik ishlarini amalga oshirish imkoniyatini yaratdi.

Mazkur o'quv qo'llanma 60112200-jismoniy madaniyat kunduzgi, sirtqi va kechgi ta'lim yo'nalishi talabalari uchun mo'ljallangan bo'lib, o'quv qo'llanmada futbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi, voleybol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi va taktikasi, basketbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasi, qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi, qoidalar va rivojlanish tarixi, o'yin texnikasi va taktikasini tashkil qilishning xususiyatlari haqida ma'lumotlar berilgan.

Ushbu o'quv qo'llanmani nashrga tayyorlashda o'z maslahatlari va beminnat ko'rsatmalari bilan ko'maklashgan barcha mutaxassis-olimlarga, hamda foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatida ismi sharifi ko'rsatilgan kasbdoshlariga ayniqsa taqrizchilarga mualliflar o'z minnatdorchiligini bildiradi. Ishonamizki, ushbu o'quv qo'llanma ta'lim muassasalarining professor-o'qituvchilari, murabbiylari va talabalarning bilimlarini oshirishga yordam beradi.

imkon bermaslik edi, bu maqsadda oyoqdan tashqari tananing barcha qismidan foydalanishga ruxsat etilgan.

Yaponiyada ham futbolga o'xshash o'yin bo'lgan. Bundan 1400-yil oldin, tarixiy ma'lumotlarga qaraganda, eramizning 300-600-yillarida yaponlar "Kemari" (ayrim ma'lumotlarda "Kenatt") nomli o'yinni ixtiro qilishgan, o'yinda sakkiztagacha kishi qatnashgan, to'pning diametri 5 sm bo'lib, yumshoq charm bilan qoplangan va ichi taxta qirindisi (opilka) bilan to'ldirilgan edi. O'yinchi to'pni yerga tekkizmasligi kerak edi, u to'pni havoda jamoadoshiga yetkazib berib yoki bo'lmasa havoda oyoqda tepib turib saqlashi zarur bo'lgan. "Kemari" o'ynaladigan maydon "Kikutsubo" deb atalgan. "Kikutsubo" maydon shakli to'g'ri to'rtburchak shaklda bo'lib, burchaklarida yosh daraxtlar ekilardi. Yaponlarda o'yinda ishlatadigan o'ziga xos so'zlari bor edi, masalan: to'p o'yinga kiritilganda o'yinchi "Ariyaaaa!" ("ketdik") deb qichqirsa, o'yinchilar to'pni jamoadoshlariga uzatganda "Ari!" ("mana") deb qichqirishardi.



*2-rasm*

XVI asr bilan XX asr oralig'i "Kemari" o'yinining oltin asri bo'ldi. O'yin aholining oddiy qatlamlari orasida ham mashhur bo'lib, bu o'yin shoir, yozuvchilarni ijod qilishga undar edi. Yapon solnomalarida aytilishicha, bir imperator o'z jamoasi bilan to'pni ming zarba bilan havoda ushlab turgan va o'yindan so'ng yashirilgan shu to'p uchun imperatorning shaxsan o'zi shu to'pga unvon hadya etgan. XIII-XIV asrdan boshlab "Kemari" o'yini uchun maxsus kiyim ishlatila boshlandi. "Kemari" o'yinchilari uzun yengli kiyim kiyishgan. Hozirgi vaqtda ham Yaponiya mamlakatida "Kemari" o'ynaydiganlar topiladi. Asosan bu o'yinni urf-odatlarini saqlab qolishni istagan ishqibozlar o'ynashadi.

Markaziy Amerikada to'p bilan o'ynaladigan o'yinlarning tarixi eramizdan avvalgi 1600-yilga borib taqaladi va bu o'yim "Pok-A-Tok", ya'ni ("Paso-de-la-Amada") deb nomlangan. "Paso-De-La-Amada" o'ynash uchun mo'ljallangan maydonlar 150 yil davomida kengayib borgan va takomillashgan. Bu maydonlar uzunligi 80 metr, eni tor, tekis bo'lib, atrofida o'rindiqlar bo'lgan. Olimlarning fikriga ko'ra, bu inshoot butun Amerika bo'ylab yoyilgan bo'lib, o'zaro chambarchas bog'langan inshootlarni o'zida mujassamlashtirgan maydonning bir bo'lagi bo'lgan. Devor va sopol idishlardagi rasmlar, tasvirlar asosida, arxeologlarning fikricha, qadimiy o'yin hisoblangan "Pok-A-Tok" ("Paso-de-la-Amada") Meksika va Amerikani bosib olgan ispan Konkistadorlari qoldirgan 1519-yildagi hujjatlarda nomi tilga olingan "Tlachтли o'yini"ga o'xshash bo'lib, o'yin maydoni "I" shakliga ega bo'lgan ikki yotqizilgan devorga to'g'ri burchak ostida uchta aylana plitalar o'rnatilgan bo'lgan. Ular "markerlar" deb atalgan. Agar to'p markerga tegsa yoki aylana ichidan olib o'tilsa gol hisoblangan. "Markerlar" va aylanalar yerdan taxminan 9 metrgacha balandlikda joylashgan bo'lgan. O'yinchilar diametriga 10-15 sm bo'lgan rezina to'plarga faqatgina tirsaklari, tizzalari va bellari bilan tegishlari mumkin bo'lgan. Gol shunchalik katta yutuq bo'lganki, hatto gol urilgandan so'ng o'yinlar tugatilib edi. Tadqiqotchilar fikriga ko'ra, "Pok-A-Tok" ga o'xshash o'yinlar siyosiy, diniy va ijtimoiy hayotda "Mokayya" (tarjima qilinganda "makkajo'xori odamlari") xalqlarida katta ahamiyatga ega bo'lib, ular, ya'ni "Mokayya"lar taxmin qilinishicha, "Olmek" va mayya xalqlarining ajdodlari hisoblanishgan. O'sha paytlarda mavjud bo'lgan to'p bilan o'ynaydigan o'yinlar oddiy badan tarbiyasidan gohida o'rtada (konga) katta narsalarni qo'yib o'ynaydigan o'yinlar darajasida tugatilib edi. Gohida mag'lub bo'lgan jamoa sardorining boshi tanasidan judo qilinib, g'olib jamoa vakillarini qahramon deb e'lon qilishgan. Olmeklar zamonida (taxminan eramizdan 1200 yil oldin) kuch-qudratli kishilarni boshlarida charmli shlem kiygan to'p o'ynovchi o'yinchilar sifatida tasvirlashgan. Bir antropologiya fani professori "Bu shlemlarga hir vaqtning o'zida ham sport anjomi, ham urush uchun kiyiladigan bir himoya vositasi sifatida qaralar edi", deb o'z sharhini bergan. U o'z so'zini davom ettirib, shunday deydi: "Qadimda buyuk jangchi, futbol o'yinchisi va yo'l boshchi o'rtasida unchalik katta farq bo'lmagan". Miloddan avvalgi 900-250-yillarda mayya qabilalari vakillari "Pok-A-Tok" o'yinini to'liq o'zlashtirishgan. Atsteklar bo'lsa "Pok-A-Tok"ning o'zlari uchun xos bo'lgan usulini va qonun-qoidasini ishlab chiqishgan (milodning 1200-1521-yillarida).

Ma'lum bo'lishicha, Shimoliy Amerika hindularining ham oyoq bilan tepib o'ynaladigan o'yini bo'lgan va u "rasuckuakohowog" deb nomlanib, tarjima qilinganda u "ular oyoqlari bilan to'p o'ynashgani uchun yig'illshgan" ma'nosini bildiradi. O'yinlar XVII asrlar boshida o'tkazilib, bir-biridan 2 kmli masofada joylashgan, kengligi 1 km keladigan darvozalarda o'tkazilgan. "Rasuckuakohowog" o'yinida 1000 tagacha odam ishtirok etgan. Ko'p hollarda o'yinchilar qo'pol va shikast yetkazadigan darajada o'ynashgan. O'yinchilar turli xil taqinchoqlar kiyishar va badanlariga turli xil bo'yoqlarni surtishar va shu sababli o'yindan so'ng o'yinchilar raqiblaridan o'yindagi jarohat uchun bir-biridan o'ch olisha olmas edi, chunki raqiblarda bir-birini topish imkoni yo'q edi. O'yinlarni yakunlash uchun keyingi kunga ko'chirish odatiy hol bo'lib, o'yin tugagach, uning yakunlanishi o'yin-kulgi bilan nishonlangan.

"Askaktuk" o'yini esa unchalik mashhur emas, uni eskimoslar o'ynashgan. Ular o't va karibu (kanadalik bug'u turi) jumi bilan to'ldirilgan og'ir to'pda "Askaktuk" o'yinini o'ynashgan. Rivoyat qilishlaricha, bir kuni ikki qishioq vakillari o'zaro "Askaktuk" o'yinini o'ynashganda, darvozalar bir-biridan 30 km uzoqlikda joylashgan ekan.

Avstraliyada to'plar kisali kemiruvchilar terisidan, yirik hayvonlarning siydik qovuqlaridan, to'qilgan sochlardan qilinib o'ynalgan o'yimlar, ya'ni Avstraliyada o'ynalgan futbol o'yinlarining qonun-qoidasi bizgacha yetib kelmagan.

Qadimgi Misrda to'p bilan o'ynash o'yinlari boshqa davlatlarga nisbatan ancha oldin mavjud bo'lgan. Ya'ni, eramizdan 2500 yil oldin katta bo'lmagan Misrda topilgan "artefakt"lar shundan dalolat beradiki, o'sha davrda Misr hududida futbolga o'xshash o'yin mavjud bo'lgan.



3-rasm

Qadimgi Grestiyada to'p bilan o'yin o'ynash kamida eramizdan avvalgi IV asrdan boshlangan. Rivoyatlarga ko'ra, Erosga birinchi to'pni ma'buda Afrodita berib, shunday degan: "Men senga ajoyib o'yinchoq beraman, bu tezyurar shardir, bundan yaxshisini hatto Gefesdan ham topa olmaysan". To'pni maqsadga qarab Quyosh, Oy va yerga ham o'xshatish mumkin.

Futbolni eslatadigan va unga o'xshash to'pli o'yinlar, qadimdan ko'plab xalqlar orasida ma'lum bo'lgan.

Qadimgi Xitoy va Yaponiya xatlari manbasida ularni topish va uchratish mumkin. Qadimgi Misr fir'avnlari va qadimgi Gretgiya barelyeflari dag'ma (sag'ana)larida "futbol syujetlari" tasviri topilgan. Bular o'yinlar nafaqat ko'ngilochar o'yinlar, balki harbiylarning ham jismoniy tayyorgarligini ta'minlagan. Tarixchilar qadimgi futbolning paydo bo'lishini tildan tilga aytilgan taxminlardan kelib chiqqanligiga asoslanib, futbol to'pini quyoshga qiyoslaganlar (Quyosh hammani isitadi – futbol esa hammani birlashtiradi).

Sparta jangchilari o'rtasida ham to'p bilan o'ynaladigan "episkiros" o'yini mashhur bo'lib, bu o'yinda ham oyoq va qo'ldan foydalanilgan. Bu o'yinda asosan erkaklar o'ynashgan, lekin amallyot uchun ayollar ham o'ynashlari mumkin bo'lgan. Jinsidan qat'i nazar, greklar odatda yalang'och holda futbolga o'xshash o'yin o'ynashar edi. Afina Davlat Arxeologiya muzeyida o'zining granit relyefida tizzasida to'pni ushlab turgan atlet surati tasvirlangan bo'lib, ehtimol atlet bu qobiliyatini yonidagi bolakayga ko'z-ko'z qilayotgan bo'lishi mumkin. Xuddi shunday tasvir hozirgi kunda Yevropa Chempionlar ligasi kubogida ham tasvirlangan. Relyefda tasvirlangan to'p ehtimol "follis" yoki "dam urilgan to'p" deb nomlangan. Dastavval to'plar Misrda bo'lgani kabi I'ndan yoki jundan ip bilan o'ralgan va birgalikda tikilgan. Ular deyarli yerga urilganda sapchimas edi, ya'ni bunday to'plar yerga urilganda sakramagan. Keyinchalik grek modeli "follis" nomi bilan mashhur bo'lgan to'p turi cho'chqaning siydik qovuqlaridan shishirib, charm bilan mahkam o'ralar edi. To'plarni boshqa usulda yasash, dengiz gubkalarini maydalab kesib, ularni mato va ip bilan o'rashdan iborat bo'lgan.

**Rim futboli – garpastum** – Greklarning "Episkiros" o'yinini keyinchallik rimliklar o'zlariga o'zlashtirishdi va ular "Episkiros" o'yinini "Garpastum" o'yini deb nomlashdi. "Episkiros" o'yinining qoidalari ham bir muncha o'zgartirilib, u "Garpastum" o'yiniga ishlatildi. "Garpastum" (tarjimada – mayda to'p bilan o'yin) 700 yil davomida odamlar orasida mashhur edi. Unda asosan kichkina, lekin og'ir to'p bilan o'ynashgan. Bu

o'yinda to'pni ikki tayoq o'rtasidan o'tkazish zarur bo'lgan va bu o'yin harbiylarni mashq qildirish uchun ishiatilar edi. O'yinda har ikki jamoadan 5 tadan 12 tagacha o'yinchilar ishtirok etar edi. O'yinlar teng ikkiga bo'lingan to'g'ri to'rtburchak shakldagi maydonda o'tar edi. Har bir jamoa a'zolari to'pni iloji boricha uzoqroq vaqt mobaynida o'zlarida saqlab turishlari, raqib o'yinchilari esa to'pni o'z maydonlariga olib kirishlari shart edi. O'yin o'zining shafqatsizligi bilan ajralib turgan. "O'yinchilar ikki jamoaga bo'linishgan, to'p maydon markazidagi chiziqqa qo'yilib, har bir o'yinchi oldidan chiziq tortilib, har ikkala jamoaning vazifasi to'pni chizilgan chiziq ichkarisiga olib kirish kerak bo'lgan, to'pni raqib jamoa o'yinchilarni chetga itarib kirish orqali amalga oshirishi kerak edi". Qadimgi Rim zamondoshlarining ta'kidlashlaricha, yuqorida berilgan ta'rif futbolni eslatadigan gaspartumga berilgan ta'rifdir.

## 1.2. O'RTA ASRDA FUTBOL O'YINI

Rim imperiyasi parchalangandan so'ng uning o'rnida vujudga kelgan davlatlarda "Garpastum" turli xil nomlar ostida saqlanib qoldi: Fransiya da "Pa sup", Italiya da esa "Kalchio".

To'p bilan o'ynaladigan o'yin – Kalchio (Florensiya shahri) Italiya da taxminan XVI asrlarda paydo bo'ldi. Florensiya da ushbu o'yin P'yastta della Noverenning sport o'yini belanchagi hisoblanadi. Vaqt o'tishi bilan o'yin "giuoco del Calcio fiorentino" (oyoq bilan o'ynaladigan fiorentina o'yini) yoki oddiy qilib "Kalcho" deb nom oldi. "Kalcho" o'yinining rasmiy qoidalari Djovanni Bardi tomonidan 1580-yilda chop etildi. Rimliklarning "Garpastum" o'yini singari "Kalcho"ni ham qo'l, ham oyoq bilan o'ynashgan bo'lib, o'yinchilar soni 27 tani tashkil etgan. Maydonda belgilangan nuqtadan to'pni olib o'tgan jamoaga gol yozilgan. Boshida "Kalcho" asosan yuqori tabaqa vakillari uchun mo'ljallangan o'yin bo'lib, asosan diniy bayramlar arafasida o'ynalgan. Hattoki, Vatikan papalari Klement VII, Lev IX va Urban VIII larning o'zlari ham "Kalcho" o'ynashgan.



4-rasm

Hatto mashhur Leonardo da Vinchi ham tabiatan kamgap, o'z hissiyot va emotsiyalarini jilovlab olgan odam bo'lishiga qaramay, "Kalcho"ni o'ynab, o'z xotiralarida u haqda yozib qoldirgan.

Avvaldan "Kalcho" ishbilarmon odamlar o'yini bo'lgani uchun u xalqaro miqyosda katta kuchga ega bo'ldi. Ingliz xususiy maktab direktori Richard Mulkaster yoshlarning tarbiyasi haqida 1561-yilgi traktasida "Kalcho"ning britancha shakli "futbol olomoni" (futbol tolpi) paydo bo'lgani haqida so'z yuritadi. Shundan so'ng "Kalcho" deyarli ikki asrga unutiladi va XX asrga kelib u yana ommalashib boradi. O'yinlar 30-yillarda yana o'tkazila boshlandi. Hozirda Florensiyaning Pyaststa Santa Kroche shahrida iyul oyining 3-haftasida uchta o'yin o'tkaziladi. Zamonaviy qoidalar bosh, qo'l va tirsak bilan o'ynashni ruxsat etsa, ammo kutilmagan zarbalar, aymiqsa, boshga oyoq bilan zarba berish va hiylakor zarbalar taqiqlangan. XVII asrda qatl etilgan Angliya qiroli Karl I ning tarafdorlari Italiyaga qochib kelishgach, ingliz saroy amaldorlari "Kalcho" o'yini bilan shu yerda tanishishadi. 1660-yilda Angliya taxtiga Karl II kelgach, "Kalcho"ni Angliyaga olib kirishdi va bu saroy ayollarining o'yiniga aylandi. Angliyaning "Kalcho" o'yimiga o'xshash beshafqat va mashhur o'yini "ommaviy futbol" deb atalgan va odatda turli xil qishloqlar o'rtasida bayram va tantanalarda o'ynalgan.

O'rta asrlarda "futbol" o'yini madaniyatlashtirildi va bu narsa birinchi navbatda Britaniya orollarida, Italiya va Fransiyada bo'lib, vaqt o'tishi bilan boshqa davlatlarda ham tarqaldi. Ma'lumki, Angliyada mahalliy hokimiyat va monarxlar bu xavfli o'yinni taqiqlashga harakat qilganlar. Ba'zan bu o'yinlar qonli urushlarga olib kelishi natijasida ko'plab zararlarni ham olib kelgan (aytgancha, bunday ma'lumotlar o'sha paytda qabul qilingan qarorlardan birida, birinchi marotaba "futbol" so'zi ishlatilgan hujjat hisoblanadi). O'rta asr Angliya futbol o'yinida oyoq, qo'l o'yini ishtirokchilari soni chegaralanmagan (taqiqlanmagan) bo'lib, bu

sohada qonunlar yoki tartiblar ko'p bo'lmagan va shu holatlarda (ular bilan esa hech kim hisoblashmas edi) o'yinlarga ruxsat berilgan. Shunday qilib, zamondoshlar so'zlariga ko'ra, 1565-yilda Angliyada ochiq-oydin futbol o'ynashgan. O'rta asrlar futboli Angliyada qo'pollik va shafqatsizlik bilan o'ynalgan.

O'yinning naqadar shafqatsiz va chegarasiz ekanligini shundan ham bilish mumkinki, o'yin o'tkaziladigan hudud aholisi o'yin oldidan derazalarni tamg'alab, mix bilan qoqib yopishar edi. Ikkala jamoa a'zolari ham to'pni raqib jamoa jarima maydonchasiga kiritishni maqsad qilib, qo'shni qishloq yoki tuman jamoalari bilan o'ynash uchun markaziy ko'cha yoki maydonda to'planishar edi. Futbolning olomon bo'lib shakllanishi haqida ko'pgina farazlar ham bor. "Futbolning ajdodi" bo'lgan Maslenitsadagi "Futbol qoidalari"ga ko'ra, faqatgina odamni o'ldirmaslik kerak bo'lgan, ya'ni boshqa hamma narsaga ruxsat etilgan. Yana bir afsonaga ko'ra, futbol Britaniyada III asrda rimliklar ustidan erishilgan g'alabani nishonlashda paydo bo'lgan. Boshqa bir afsonaga ko'ra, hammasi mag'lubiyatga uchratilgan daniyalik shahzodaning uzilgan kallasini to'p qilib o'ynashdan boshlangan. Bundan tashqari, o'yin diniy marosimning bir bo'lagi bo'lib, to'pni quyoshni anglatib maydon bo'ylab uni olib o'tish yaxshi hosil yig'ishtirib olishni belgilagan. Bizgacha yetib kelgan ko'rsatmalarga asosan (Shotlandiya) regbi bo'yicha ham o'yinlar o'tkazilib, uylangan va bo'ydoqlar o'rtasida o'yin o'tkazilgan, ehtimol, bu ham, diniy udumlardan biri bo'lgan. Balki, olomonli futbol Angliyada Normand istilosi davrida paydo bo'lgan. Ma'lum bo'lishicha, o'sha yerlarda zamonaviy futbolga o'xshash o'yin Angliyada paydo bo'lmasdan oldin mavjud bo'lgan. O'yinning ildizlarini aniq ko'rsatishning iloji bo'lmasa ham, lekin taqiqlarga qaraganda, o'yin odamlarning holatiga ta'sir qilgan. Inglizlar va shotlandlar o'rtasidagi o'yinlar shunchalik asabiy o'tar ediki, o'sha paytlar aniq qonun-qoida bo'lmagani sababli o'yinlar ko'p hollarda o'yinchi va ishqibozlarning jiddiy jarohat olishi yoki insonlar o'limi bilan ham tugar edi. O'sha vaqtlarda ko'pchilik odamlarning futboldan nafratlanishi bejiz emas. Futbol va olomon tufayli sodir bo'lgan baxtsiz hodisalar haqida yozma ma'lumotlar ham berilgan (1280- va 1312-yilga oid). Bunday baxtsiz hodisalarning sodir bo'lishi taqiqlarga olib kelib, keyinchalik yozilmagan qonun-qoidalarning paydo bo'lishiga sabab bo'lgan.

Ajablanarli holat emaski, hukumat futbolga qarshi kurashib, hatto qirollarning ham futbol o'ynashini man etadigan farmonlarni chiqargan. 1314-yil 13-aprelda London aholisiga qirol Eduard II ning farmonini o'qib

eshittirishdi. Unga ko'ra, shahar ichkarisida futbol o'ynash qat'iyon man etilib, futbol o'ynagan kishi esa qamoqqa olinishi haqida e'lon qilingan.

1365-yil navbat Eduard III ga yetib keldi, askarlar futbol o'ynashdan ko'ra kamon otish san'atlarini oshirishni afzal ko'rishdi. Qirol Richard II 1389-yilgi chiqargan taqiqi bilan "futbol", "tennis" va "suyak" o'yinlarini o'ynashni chekladi. Futbol keyingi qirollarga ham yoqmas edi. 1399-yil Genrix IV, 1413-yil Genrix V, 1449-yil Genrix VI, 1471-yil Eduard IV, 1491-yil Genrix VII, 1512-yilda Genrix VIII va nihoyat, Elizabetta I 1572-yillardagi hukmronlar futbol o'yiniga qarshi chiqib, qonun bilan bu o'yinni taqiqlashgan.

Aslida esa futbol o'yinini taqiqlash uni o'ynashni to'xtatish degani emasligi uchun o'rta asrlarda futbol minglab odamlar tomonidan yevropa mamlakatlarining ko'pchiligida o'ynalgan.

### 1.3. YANGI DAVRDA FUTBOL O'YINI

Vaqt o'tishi bilan o'yin o'zining sivilizatsiyalashgan (madaniyatlashtirilgan) formasini egallagan. Ayrim pedagoglar esa futbolning nafaqat yoshlarning jismoniy rivojlanishiga, balki ularning jismoniy tayyorgarligiga ham g'oyat foydasi bor ekanligini ta'kidlab berganlar. XIX asr boshlarida esa futbol Angliyaning imtiyozli o'qish muassasalarida madaniyatlashtirildi. Bu esa nafaqat o'yinga bo'lgan munosabatni o'zgartirdi, balki o'yinning o'zini ham o'zgartirishga muvaffaq bo'ldi. Birinchi futbol qoidalari ishlab chiqila boshlandi, lekin ular hozirgacha "erkin" va bir-biridan farq qiladigan tartib va qonunlar edi. Shu bilan birgalikda asosiy (prinsipial) muammo shunda ediki, futbol o'yinida qo'l bilan o'ynashni ruxsat berish kerakmi yo yo'qmi? Bundan tashqari, ko'plab mutaxassislar tomonidan yagona qoida ishlab chiqishga urinishlar bo'lgan. Misol uchun 1863-yil o'tkazilgan har xil maktab va klublar vakillari o'rtasidagi uchrashuvda, "futbol va regbi" namoyandalari majlisida "regbi" mutaxassislari (o'yinda qo'l bilan o'ynash mumkin) noroziliklarni bildirib, yig'ilishda kamchilikni tashkil etganliklari uchun majlisni tark etishgani natijasida, "Oyoq futboli" tarafdorlari futbol o'yinini tartibga soladigan birinchi qonun-qoidalarni ishlab chiqishgan. Oxir oqibat esa futbol va regbi o'yinlari sport turlarining ajralishi sodir bo'lgan.

1863-yil esa rasmiy ravishda zamonaviy futbol an'anasi tug'ilishi yili hisoblanadi. Tarixda birinchi futbol klubi "Sheffield Yunayted" hisoblanib, u 1855-yilda tashkil etilgan (tuzilgan). XIX asrning 70-yillarida esa

Angliya Futbol Assotsiatsiyasi tarixda futbol bo'yicha birinchi rasmiy Assotsiatsiya kubogi musobaqasi bo'lib o'tdi. Bu esa dunyodagi qadimiy umummilliy futbol turniri edi. Bu trafeyning birinchi sovrindori "Uanderers" klubi bo'ldi. 17 yildan so'ng professional futbol liga chempionati o'tkazila boshlandi. Birinchi chempion unvonini "Preston Nors Endi" klubi qo'lga kiritishadi.



*5-rasm*

1872-yil futbol bo'yicha birinchi xalqaro uchrashuv bo'lib o'tdi. Unda Angliya va Shotlandiya futbol terma jamoalari kurash olib bordi, uchrashuv 0:0 hisobida yakuniga yetgan. Qiziqarlisi shundaki, shotlandiyaliklarning terma jamoa vakillari nomidan chiqmay, balki mamlakatning eski klubi – "Kuins Park" Angliya terma jamoasiga qarshi bo'lgan uchrashuvda qatnashgan. Shotlandiya Futbol Assotsiatsiyasi esa bu o'yindan bir necha oydan keyin tashkil qilingan. Bunday Assostiatsiya Uelsda 1875-yilda tashkil topadi, 1880-yilda esa Irlandiyada tashkil etiladi.

Shundan so'ng juda yaqin vaqtda angliyalik dengizchilar va savdogarlar harakati bilan futbol o'yini dunyoning barcha joylarida (boshqa mamlakatlarda) tarqala boshladi. Birinchi navbatda Yevropa va Lotin Amerikasi mamlakatlarida, asrning oxirigacha Daniya, Gollandiya, Chili, Argentina, Belgiya va boshqa davlatlarda futbol assotsiatsiyalari tashkil etila boshlanib, joylarda milliy birinchilik o'yinlari o'ynaldi.

Futbolga oid ilk qoidalarni 1848-yilda Kembridjning futbol jamoasi amalga kiritgan, afsuski, bu qoidalar matni bizgacha yetib kelmagan. Bizgacha yetib kelgan ilk futbol qoidalari 1863-yil 8-dekabrda nashr ettirilgan va ular quyidagilardir:

1. Maydon uzunligi 183 metr, kengligi 91,5 metrdan oshmasligi kerak. Maydon hurchaklarida bayroqchalar turishi kerak. Darvozalar ikki

(metall, yog'och, daraxt) ustunlaridan iborat bo'lib, ular bir-biridan 7,32 metr uzoqlikda joylashgan. Darvoza to'sini (perekladina) bo'lmagan.

2. O'yin boshlanishida jamoalarning qaysi tomon darvozani tanlashi qur'a tashlash orqali amalga oshirilgan. O'yinda qaysi jamoa to'pni maydon markazidan boshlashi, jamoadan bitta o'yinchining to'p tepishda (jonglyorlik qilish) g'olib chiqqani maydon markazidan birinchi bo'lib to'pni o'ynashni boshlagan. O'yinni boshlayotgan jamoa to'pga tegmaguncha raqib jamoa o'yinchilari to'pdan radiusi 9,1 metr uzoqlikda bo'lishi kerak bo'lgan.

3. O'yin vaqtida to'p darvozaga kiritilgach jamoalar darvozalarini almashtirishgan.

4. O'yindan tashqari holat va autlar hisobga olingan (zamonaviy futbolda bo'lgani kabi).

5. Qo'l bilan o'ynash taqiqlangan.

6. O'yinda o'yinchilarni yiqitish, urish, poypechak berish taqiqlangan.

7. Temir jism bo'lgan poyabzalda o'ynash taqiqlangan.

8. Himoyalalanayotgan jamoa vakili to'pni maydon tashqarisiga chiqarib yuborsa, to'pni oxirgi marta tekkan joyidan erkin zarba bilan o'yinchi kiritadi. Agar to'p hujum qilayotgan jamoa a'zolari tomonidan maydonni tark etsa, u holda darvoza chizig'idan 13,6 metrdan erkin zarba bilan to'p o'yinga kiritiladi.

1866-yilda darvozalar vazifasini bajaruvchi ikki tayoq ustiga gorizontal bo'yicha 5,5 metr tepalikda ip bog'lab darvoza ikki to'sinini birlashtirgan.

1871-yildan boshlab darvoza bo'yiga qo'l bilan o'ynashga ruxsat etilgan.

1873-yilda himoyalalanayotgan jamoa o'yinchilaridan to'p yon chiziqdan o'yindan chiqib ketganda, burchak zarbasi qoidaga kiritilgan.

1875-yilda darvoza ustidagi ip to'singa almashtirildi (2,44 metr balandlikda). Bundan tashqari, darvozalariga gol kiritilganida emas, balki 1-bo'lim (taym) tugagach, jamoa o'yinchilari o'z darvozalarini almashtirishga qaror qilgan.

Hakamlar maydonga 1880-1881-yillarda tushishni boshlashgan. 1891-yildan hakamga ikki yordamchi hakam maydonda yordam bera boshlagan.

Xalqaro miqyosidagi birinchi futbol o'yini rasman 1873-yilda Angliya va Shotlandiya futbol terma jamoalari o'rtasida bo'lib o'tgan. O'yindagi o'yinchilarning maydondagi joylashuvi hozirgidan ancha farq

qilgan, lekin ularning soni hozirgidek bo'lgan, ya'ni 11 kishidan oshmagan. Angliya terma jamoasi safida 7 nafar o'yinchi hujumda, 2 nafari yarim himoyada, 1 ta himoyachi va 1 ta darvozabon bo'lgan. Shotlandiya terma jamoasi quyidagi tarkibda maydonda o'ynagan: 6 nafar hujumchi, 2 ta yarim himoyachi, 2 ta himoyachi va 1 ta darvozabon bo'lgan.

1896-yilda futbol o'yini Olimpia o'yinlari tarkibiga kiritilgan bo'lsa-da, ammo 1908-yildagina futbol o'yinlarining rasman olimpia o'yinlari tarkibiga kiritilishi tasdiqlangan.



1904-yilda Xalqaro Futbol Federastiyasi (FIFA) tashkil etildi. Hozirda bu federastiyaga 150 dan ortiq mamlakatlar a'zo. FIFA bilan bir qatorda 1954-yil yevropa futbol ittifoqi UEFA tashkil etilib, hozirgi vaqtda 40 dan ortiq mamlakatlar UEFAga a'zo.

UEFA boshqaruvi ostida quyidagi kubok o'yinlari o'tkaziladi, Yevropa chempionlar kubogi (1956-yildan), kubok egalari kubogi (1961-yildan), Yarmarka kubogi (1958-yildan, hozirda UEFA kubogi deb ataladi).

UEFA boshqaruvi ostida quyidagi musobaqalar o'tkaziladi:

1. Yevropa mamlakatlari chempionati kuboklari
2. Kubok egalarining kubogi
3. UEFA kubogi

1930-yildan boshlab har to'rt yilda bir marotaba Jahon Futbol chempionati, 1958-yildan esa Yevropa futbol chempionati o'tkazilib kelinmoqda.

Bugungi kunda futbol dunyodagi sport turlari ichida eng birinchisidir. XX asrning ikkinchi yarmida milliy terma jamoalarning har xil turnirlarda qatnashishi bilan xalqaro musobaqalarda klub jamoalari orasida mashhurligi ortdi. Ayollar futboli rivojlanishi ham ko'zga ko'rinmoqda. Ko'plab mamlakatlarda "Mimi-futbol", "Sohil futboli" va har xil futbol turlari rivojlanib madaniylashtirilmoqda.

FIFA ma'lumotlariga ko'ra, 2001-yilda dunyoda 250 million kishi futbol o'ynagan (bu yer yuzidagi taxminan har bir 25 yashovchisidan biridir). Ularning, jumladan, 20 million kishisini ayollar tashkil etadi. Dunyoda 1,5 mln ta jamoa ro'yxatdan o'tkazilgan bo'lib, 300 mingta professional klublar mavjuddir. Mamlakatlar kesimida ko'rib chiqadigan bo'lsak, futbol bilan shug'ullanayotgan mamlakatlar ichida birinchi o'rinda AQSh (taxminan 18 million kishi, shu jumladan, 40% ayollar

tashkil etadi), Indoneziya (10 million kishi), Meksika (7,4 million kishi), Xitoy (7,2 million kishi), Braziliya (7 million kishi), Germaniya (6,2 million kishi), Bangladesh (5,2 million kishi), Italiya (4, million kishi), Rossiya (3,8 million kishi).

### 1.5. O'ZBEKISTONDA FUTBOLNING RIVOJLANISHI

O'zbekistonda zamonaviy futbol o'tgan asrning boshlarida paydo bo'ldi va tezda mashhur o'yinga aylandi. Uning rivojlanish joylari Farg'ona, Toshkent, Andijon, Qo'qon va Samarqand edi.

Ilk bor futbolni Farg'ona shahrida o'ynaganlar. Xuddi shu yerda 1911-yilning oxirida birinchi futbol jamoasi tashkil topgan.

Farg'onada tuzilgan futbol jamoalari soni 1912-yil avgustida Futbolchilar jamoasiga birlashishga yo'l berdi.

Biroz vaqt o'tgach, Toshkentda ham futbol o'ynay boshladilar. Toshkentlik futbol ishqibozlari orasida eng mashhur jamoa bu ТОЖС – “Ташкенское общество любителей спорта” (TSIJ — Toshkent sport ishqibozlari jamiyati) edi.

Bu jamiyat 1912-yilda tuzilgan bo'lib, juda qisqa vaqt ichida futbol hamda boshqa sport turlarining rivojlanishi uchun ko'p xizmat qilgan. 1912-yilning ikkinchi yarmida O'zbekistonda futbol aytarli darajada yoyila boshladi. Futbol o'ymiga Qo'qon, Andijon va Samarqandda ham qiziqish orta boshladi.

Bu yillardagi eng qiziqarli bosqich albatta Farg'ona, Toshkent, Andijon, Samarqand futbolchilarining uchrashuvi bo'ldi. Toshkentga tashrif buyurgan ilk futbolchilar Samarqand futbolchilar to'garagi (SFT) a'zolari edi.

1913-yilning 29-avgustida ular TOLS futbolchilari bilan uchrashuv o'tkazdilar. Yaxshi tayyorgarlik ko'rgan Toshkent jamoasi 5:0 hisobi bilan g'alaba qozondi.

1913-yil iyunida Andijonda Andijon futbolchilar jamoasi tasdiqlandi.

Va, nihoyat, 1914-yil 25-mayda Toshkentda O'zbekistonning eng kuchli ikki jamoasining markaziy uchrashuvi bo'lib o'tdi. Bunda Toshkent va Farg'ona futbolchilari to'p surdilar. Toshkentliklar o'yinda 3:2 hisobida muvaffaqiyatga erishdilar. O'zbekistonda futbol rivojlanishining boshlang'ich davri haqida xulosa qilib shuni ham aytib o'tish joizki, futbol maydonlari va o'quv mashg'ulotlarining bo'lmaganiga qaramay, qisqa vaqt ichida Farg'ona, Toshkent, Qo'qon, Andijon va Samarqandda o'zbek futbolning rivojiga ulkan hissa qo'shgan iste'dodli futbolchilar paydo

bo'ldi.

Shvetsariya va O'zbekiston jamoalarining uchrashuvi ishqibozlarida katta qiziqish uyg'otadi. O'zbek futbolchilari bu o'yinda jamoaviy o'yin, chiroyli va chaqqon kombinatsiyalar namoyish etdilar. Ammo asosiy vaqt 3:3 hisobi bilan yakunlangani sababli, g'olibni aniqlash uchun qo'shimcha 30 daqiqa qo'shib berildi. So'nggi 15 daqiqa ichida O'zbekiston futbolchilari Shvetsariyaliklar qarshiligini yenga oldilar va raqib 8:4 hisob bilan O'zbekiston futbolchilari g'alaba qozondilar.

Bir kundan so'ng esa qiyin kechgan o'yinda o'zbek futbolchilari Rossiya jamoasiga 1:2 hisobida g'alabani boy berdilar.

1934-yil O'zbekiston poytaxtida ilk O'rta Osiyo spartakiadasining ochildishi sharafiga bag'ishlab 36 ming nafar jismoniy tarbiya ixlosmandlari namoyishi bo'lib o'tdi. Bu namoyish O'rta Osiyo respublikalarida jismoniy tarbiya harakati o'sishining yorqin namunasi edi.

1950-yilning boshida O'zbekistonda Paxtakor sport jamiyati tashkil etildi. Hozirgacha mustaqil O'zbekiston chempionatida va rasmiy xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli o'yinlar ko'rsatib kelayotgan, respublikamizning eng kuchli jamoasi bo'lgan Paxtakorning tuzilishi ham shu jamiyat bilan bog'liq.

1960-yildan 1991-yilgacha (tanaffuslar bilan) Paxtakor sobiq Ittifoqning oliy ligasida ishtirok etib keldi. Bu islohotlar va tub o'zgarishlar davri bo'lgan edi. Kichik guruhlardagi saralash o'yinlaridan keyingina chempionatga yo'l olinardi. Oliy ligaga chiqish uchun tayyorlanadigan jamoa Toshkentning ikki jamoasi asosida tuzilgan bo'lib, bular Paxtakor va Mehnat zaxiralari (Трудовые резервы) jamoalari edi.

Paxtakorning barcha ko'zga ko'rinarli muvaffaqiyatlari uning kuchlilar guruhidagi chiqishlari bilan bog'liq. Yigirma yil tanaffus bilan ikki bora 1962- va 1982-yillarda "Paxtakor" oliy ligada faxrli 6-o'ringa sazovor bo'lgan.



6-rasm

Ikki marotaba "Paxtakor" futbolchilari oliy liga chempionatining eng yaxshi hujumchilari deb tan olingan. 1968-yil B.Abduraimov Tbilisi "Dinamo"si o'yinchisi bilan birga (22 tadan gol) va 1982-yilda A. Yakubik (23 ta gol).

Sobiq Ittifoqning ilk terma jamoasi uchun 5 ta paxtakorchi o'ynar edi: V.Fedorov, Yu.Pshenichnikov, G.Krasnitskiy, M.An, A.Pyatnitskiy. Turli yillarda eng yaxshi 33 futbolchi qatorida Yu.Pshenichnikov (1966, 1967), M.An (1974, 1978), B.Abduraimov, V.Xadzipanagis (1974), A.Yakubik (1982) va A.Pyatnitskiy (1991) nomlari bor edi.

O'sha yillarda O'zbekiston futbol ishqibozlarida katta qiziqish uyg'otgan o'yinlar sirasiga 1964-yil paxtakorchilarning "Pirasikaba" (Braziliya) hamda (1:0), Urugvayning 25 karra chempioni "Nasonal" (Montevideo) jamoalari bilan uchrashuvlar kiradi. Urugvayliklarning harchand urinishlari va qarshiliklariga qaramasdan "Paxtakor" 2:1 hisobida g'alaba qozondi.

Bu davr mobaynida "Paxtakor"ni sobiq Ittifoq chempionatidagi chiqishlarga tayyorlashda M.Yakushin, B.Arkadev, G.Kachalin, V.Solovev, B.Abduraimov, X.Raxmatullaev kabi murabbiylarning hissasi beqiyosdir. Respublika terma jamoalari va yuqori malakali jamoalar uchun zaxira tayyorlashda G.Sorvin, X.Muxitdinov, A.Mosheyev kabi ustoz murabbiylarning mehnati ulkan bo'lgan.

Murabbiy kadrlar tayyorlash bo'yicha O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti va viloyatlardagi Jismoniy madaniyat fakultetlarining o'zbek futboliga qo'shgan hissasi o'ta muhimdir. O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti 1955-yilda ochilgan bo'lib, u paytda futbol mutaxassisligi sport o'yinlari kafedrasida tarkibiga kirar edi, biroq 1966-yilda u mustaqil kafedra sifatida ajralib chiqdi. O'z faoliyati mobaynida bu kafedra futbol bo'yicha murabbiy kadrlar tayyorlash o'chog'iga aylandi. Natijada ko'pgina bitiruvchilar murabbiylik ishida ma'lum muvaffaqiyatlarga erishib, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan murabbiy unvoniga sazovor bo'ldilar. Bular B.Abduraimov, V.Tixonov va boshqalardir. Ayni paytda futbol kafedrasining ko'pchilik bitiruvchilari O'zbekistonning turli viloyatlari va chet ellarda ishlab kelmoqda.

1992-yil mustaqil O'zbekiston Respublikasining ilk chempionati yili edi. Mamlakatimiz futbol tarixida yangi sahifa ochildi. Bu chempionatning oliy ligasida 17 ta, birinchi ligasida 18 ta, ikkinchi ligasida esa 42 ta jamoa ishtirok etdi. O'zbekiston chempioni unvoni

uchun kechgan shiddatli kurashda "Paxtakor"ga asosan Farg'ona vodiysining "Neftchi", shuningdek, "So'g'diyona" (Jizzax) va "Nurafshon" (Buxoro) jamoalari kuchli qarshilik ko'rsatdilar.

1994-yil 7-iyunda O'zbekiston Futbol federatsiyasi "FIFA"ga, shu yilning dekabr oyida esa Osiyo Futbol konfederatsiyasiga a'zo bo'ldi.

1994-yilda ilk bor yosh mustaqil respublika elchilari Yaponiyada o'tkazilayotgan XII Osiyo o'yinlarida – Osiyo mintaqasidagi yirik sport forumida tanishtirildilar.

Oltin medal sovrindorlari nomi uchun kurashda o'zbek futbolchilari Saudiya Arabistoni (4:1), Malayziya (5:0), Gonkong (1:0) va Tailand (5:4) terma jamoalari ustidan g'alaba qozondilar. Chorak finalda Turkmaniston terma jamoasini 3:0 hisobida, yarim finaldagi shiddatli va o'ta murakkab o'yinda Janubiy Koreyaning kuchli jamoasini 1:0 hisobida mag'lub etdilar. Va, nihoyat, finalda Xitoy terma jamoasini 4:2 hisobi bilan yengdilar. Bu jamoa murabbiylari dotsent R.Akramov va sport ustasi B.Abduraimovlar edi. Asosiy tarkibning 7 nafar o'yinchisi O'zDJTI talabalari bo'lganini aytib o'tish joizdir.

1992-yildan hozirgi kungacha bo'lgan vaqt ichida Toshkentning "Paxtakor", "Bunyodkor" va Farg'onaning "Neftchi" jamoalari chempionat yetakchilari bo'lib keldi. Paxtakorchilar to'qqiz marotaba O'zbekiston chempioni bo'lganlar (1992, 1998, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2012) va 6 marotaba mamlakat Kubogi sovrindorlari qatoridan joy olganlar (1993, 1997, 2001, 2002, 2003, 2004). "Bunyodkor" jamoasi besh marotaba O'zbekiston chempioni bo'lganlar (2008, 2009, 2010, 2011, 2013) va 4 marotaba mamlakat Kubogi sovrindorlari qatoridan joy olganlar (2008, 2010, 2012, 2013). "Neftchi" ham besh karra respublika chempioni (1992, 1993, 1994, 1995, 2001) va 2 karra O'zbekiston Kubogi sohibi (1994, 1996) bo'lgan.

O'zbekiston chempioni unvoniga yana "Navbahor" (1996), MXSK (1997) va "Do'stlik" jamoalari erishganlar. Shuningdek, 1997, 1995, 1998 yillarda "Navbahor" va 2000-yilda "Do'stlik" jamoasi O'zbekiston Kubogini qo'lga kiritganlar. 2002-yilgi Osiyo Chempionlari Kubogi uchun kurashda qarshining "Nasaf" jamoasi ishtirok etdi. Saralash bosqichlarida 5 g'alabani qo'lga kiritib, yarim finalga chiqdilar. Ammo bronza medali uchun kechgan bu o'yinda qarshiliklar "Istiqlol" (Eron) jamoasiga 2:5 hisobida g'alabani boy berib, 4-o'rinni egallaydilar.

2003-yilda Toshkentda bo'lib o'tgan chempionlar ligasi chorak finalida paxtakorchilar katta ustunlik bilan Turkmanistonning "Nissa" jamoasini 3:0, Eronning "Piruz"ni 1:0 va Iroqning "Al-Taliba" kabi

jamoalarini 3:0 hisobida yengdilar. Yarim finalda ikki mach natijalariga binoan Tailandning "Bek-Tero Sosana" jamoasi ustun keldi.

2002-2003-yillarda O'zbekistonning yoshlar terma jamoasi futbolchilari katta yutuqlarga erishdilar. Qatarda Tailand terma jamoasini 4:0, Qatarni 5:4 hisobida yengib, so'ng Janubiy Koreyaga 0:2 hisobida g'alabani boy berib, futbolchilarimiz chorak finalga yo'l oldi va unda Saudiya Arabistonini 4:0 hisobida mag'lub etdilar. Yarim finalda o'zbek futbolchilari Yaponiya terma jamoasi bilan uchrashdilar. Shiddatli va qizg'in o'tgan o'yinning asosiy vaqti 1:1 hisob bilan yakunlandi. 11 metrli zarbalar yo'llashda yaponlar biroz ustunroq chiqib, 4:2 hisobida g'olib bo'ldilar.

To'rtinchi o'rinni egallagan O'zbekiston yoshlar terma jamoasi dunyoning eng kuchli 16 jamoasi qatorida maydonga chiqish imkoniyatini qo'lga kiritdi.

Jahon chempionati 2003-yilning dekabr oyida BAAda bo'lib o'tdi. O'zbekiston futbolchilari chiroyli va bahamjihat o'yin ko'rsatdilar, lekin 1/8 finalga chiqa olmadilar. Biroq, mutaxassislar va ishqibozlar O'zbekiston terma jamoasi o'yinini yuqori baholadilar. Uch o'yin davomida ular o'z tengdoshiari bilan kurash olib bordilar, lekin Mali jamoasiga (Afrika chempioni) 2:3, Argentina termasiga (ayni paytda jahon chempioni) 1:2, Ispaniya terma jamoasiga (Yevropa chempioni) 0:1 hisobi bilan g'alabani boy berdilar.

Oxirgi yillarda O'zbekiston milliy terma jamoamiz, yoshlar va o'smirlar terma jamoalari barcha Jahon chempionatlarida ijobiy ishtirok etib kelishmoqda. 2010-yilda Toshkentda bo'lib o'tgan o'smirlar o'rtasida Osiyo chempionatida terma jamoamiz sharaflari 2-o'rinni egallab jahon chempionatiga yo'llanma oldi. 2011-yilda Qatarda bo'lib o'tgan Osiyo chempionatida milliy terma jamoamiz 4-o'rinni egalladi. 2011-yili O'zbekistonda birinchi bor "Nasaf" jamoasi Osiyo Kubogi sohibi bo'lishdi. 2011-yili Meksikada bo'lib o'tgan yoshlar o'rtasida jahon chempionatida kuchli sakkizta jamoa safiga kirishgan. 2012-yilda Eronda bo'lib o'tgan o'smirlar o'rtasida Osiyo chempionatida terma jamoamiz ilk bor 1-o'rinni egallab chempionlikka sazovor bo'lishdi va Jahon chempionatiga yo'llanma olindi. 2013-yilda Turkiyada bo'lib o'tgan yoshlar o'rtasida Jahon chempionatida, o'tgan Jahon chempionatidagi natijasini takrorladi, kuchli sakkiztalikka kirishdi.

## 1.6. FUTBOL O'YINI QOIDALARI

Jamoa tarkibi – 16 kishi. Sportchilar – 15 nafar, murabbiy – 1 nafar. Musobaqalar O'zbekiston Futbol federatsiyasi tomonidan tasdiqlangan "Futbol o'yini qoidalar" va FIFA uslubiy ko'rsatmasiga asosan o'tkaziladi.

Barcha bosqichda g'olib bo'lgan jamoaga 3 ochko, durang bo'lganda 1 ochko, mag'lub bo'lgan jamoaga 0 ochko beriladi.

Jamoalar bir xil ochkolarga ega bo'lgan taqdirda quyidagicha aniqlanadi:

- o'zaro uchrashuvlardagi natija;
- o'zaro o'yinlardagi urilgan va o'tkazib yuborilgan to'plar nisbatiga;
- o'yinlardagi urilgan va o'tkazib yuborilgan to'plar nisbatiga
- agar barcha ko'rsatkichlar teng bo'lgan taqdirda qura tashlash orqali aniqlanadi.

Musobaqa ro'yxatida ko'rsatilmagan yoki o'yindan chetlashtirilgan o'yinchining qatnashirilishi uchun jamoaga mag'lubiyat yoziladi.

O'yin jarayonida 4 tagacha o'yinchini almashtirishga ruxsat etiladi.

Norozilik bildirmoqchi bo'lgan jamoa vakili o'yin tugashi bilanoq Bosh hakamni va raqib jamoasi vakilini norozilik bildirmoqchi ekanligidan zudlik bilan ogoh etishi kerak.

Yozma norozilik to'la asosli, vakil imzosi qo'yilgan va Bosh hakamlar hay'atiga o'z vaqtida topshirilgan bo'lmog'i lozim (norozilik o'yin tugagandan keyin 1 soat mobaynida ko'rib chiqiladi).

Quyidagi hollarda norozilik ko'rib chiqilmaydi:

- hakamlar tomonidan 11 metrlik jarima to'pi belgilanganligi yoki belgilanmaganligi;
- o'yindan tashqari holat belgilangani yoki belgilanmagan;
- darvoza to'g'ri yoki noto'g'ri ishg'ol qilinganligi;
- ortiqcha vaqt o'ynalganda.

O'yin davom etish muddati: 2 taym 40 daqiqadan iborat, tanaffus 15 daqiqa.

O'rinar uchun o'yinlarda durang natijasi qayd qilinsa, g'olib jamoa 11 metrlik belgidan jarima to'plarni 5 marotabadan tepish yordamida aniqlanadi. Shunda ham hisob durang bo'lsa, birinchi xatogacha davom ettiriladi.

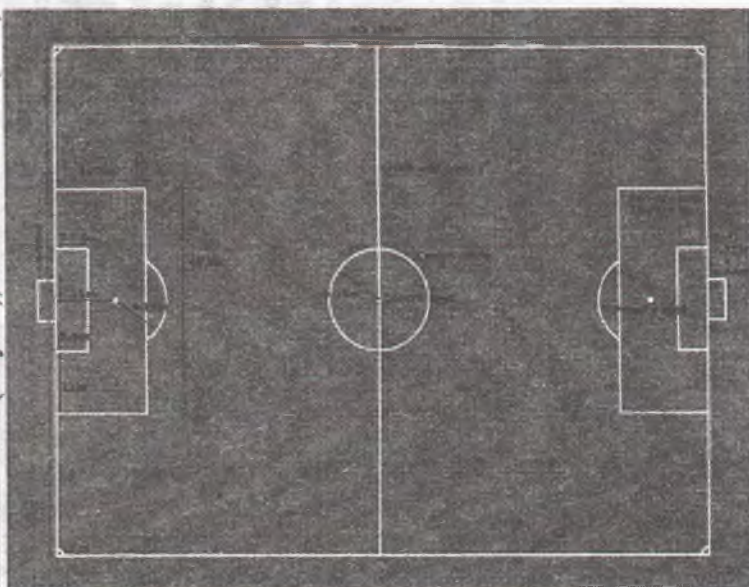
O'yin maydonidan chetlatilgan futbolchi avtomatik ravishda bitta o'yinda qatnashmaydi va keyingi o'yinlardagi ishtiroki hakamlar hay'atida muhokama qilinadi va tegishli qarorga kelinadi.

**1-qoida: o'yin uchun maydon.** O'yinlar musobaqa reglamentiga muvofiq sun'iy hamda tabiiy maydonlarda o'tkazilishi mumkin. Sun'iy maydon yashil rangda bo'lishi kerak.

Maydon markazidagi chiziq o'yin o'tkaziladigan maydonni teng ikkiga ajratib turadi. Ushbu markazdagi chiziqning o'rtasida markaziy belgi mavjud. Ushbu markaziy belgidan radiusi 9,15 m bo'lgan aylana chiziladi.

**Maydon o'lchamlari:** Maydonning yon tomoni (ya'ni bo'yi) darvoza ortidan (ya'ni enidan) katta bo'lishi kerak. Bo'yiga: minimum 90 m (100 yard), maksimum 120 m (130 yard)

Eniga: minimum 45 m (50 yard), maksimum 90 m (100 yard)



7-rasm

Barcha chiziqlar kengligi bir xil va 12 sm (5 dyum)dan oshmasligi kerak.

Xalqaro o'yinlar uchun:

Bo'yiga: minimum 100 m (110 yard), maksimum 110 m (120 yard)

Eniga: minimum 64 m (70 yard), maksimum 75 m (80 yard).

**Darvoza maydoni:** Darvoza chizig'idan 5,5 metr masofada darvozani har bir ustunining ichki tomonidan parallel chiziq tortiladi. Bu chiziqning uzunligi ham 5,5 metr bo'ladi. Bu uzunlikdagi chiziqning oxiri perpendikulyar tarzda darvoza chizig'i bilan tutashadi. Shu shakldagi to'rtburchak darvoza maydoni deb ataladi.

**Jarima maydoni:**

Maydonning har ikki tomonida jarima maydoni mavjud bo'lib, u quyidagicha joylashgan: Darvoza chizig'idan 16,5 metr masofada darvozaning har bir ustunining ichki tomonidan parallel chiziq tortiladi. Bu kesmaning uzunligi ham 16,5 metr bo'ladi. Bu uzunlikdagi chiziqning oxiri perpendikulyar tarzda darvoza chizig'i bilan tutashadi. Shu shakldagi to'rtburchak jarima maydoni deb ataladi.

Har ikkala maydonlar o'rtasida darvoza chizig'idan 11 metr masofada hamda darvoza ustunlaridan teng masofada 11-metrlik belgi qo'yiladi. Har bir jarima maydoni chizig'i tashqarisidan radiusi 9,15 metr bo'lgan yarim aylana chiziladi va uning markazi 11-metrlik nuqta vazifasini o'taydi.

**Darvoza:** Darvoza ustunlarining orasi 7,32 metr (8 yard), darvoza to'sini yerdan 2,44 metr (8 fut) masofada joylashgan bo'lishi kerak.



**8-rasm**

Ikkala ustun va to'sim ham bir xil kenglikda, ya'ni 12 sm (5 dyum) gacha bo'lishi zarur.

**2-qoida: to'p.** To'p uchun xom-ashyo va texnik ma'lumotlar

To'p:

- dumaloq shaklda bo'lishi;
- teri yoki shunga o'xshash xom-ashyodan tayyorlangan bo'lishi;
- teri yoki shunga o'xshash xom-ashyodan tayyorlangan bo'lishi;
- hajmi 70 sm (28 dyum) kubdan ko'p yoki 68 (27 dyum) sm

kubdan kam bo'lmashligi; – uchrashuv boshlanish arafasida 410 gr-450 gr gacha bo'lishi;

– to'p ichidagi bosim me'yori 0,6-1,1 atmosfera (600-1100 gr./kv.sm) ga teng bo'lishi kerak.



**9-rasm**

**3-qoida: o'yinchilar soni.** O'yinda ikki jamoa har birida 11 tadan ko'p bo'lmagan o'yinchi qatnashadi. 11 o'yinchidan bittasi darvozabon bo'lishi kerak. Agar jamoalarda 7 tadan kam o'yinchi bo'lsa, unda uchrashuvni boshlash mumkin emas. Rasmiy uchrashuvlar: FIFA, qit'a konfederatsiyalari yoki milliy assotsiatsiyalar tomonidan o'tkaziladigan uchrashuvlarda uchtagacha o'yinchi apmashtirishga ruxsat etiladi. Agar musobaqa reglamentida ko'proq o'yinchi almashtirish mumkin bo'lsa, unda yettitagacha o'yinchi almashtirish mumkin.

**4-qoida: o'yinchilar kiyimi.** Xavfsizlik. O'yinchi kiyimida o'ziga yoki bironvga xavf soladigan predmetlarni olishi yoki taqishi qat'iyan man etiladi (bularga har xil suvenir buyumlar ham kiradi). O'yinchining asosiy kiyimi:



*10-rasm*

Futbolka yoki ko'ylak (agar futbolka yoki ko'ylakning ichida ichki kiyim bo'lsa, bu ham futbolka yoki ko'ylakning rangida bo'lishi zarur)

Short (agar shortning ichida ichki kiyim bo'lsa, bu ham shortning rangida bo'lishi zarur), Getralar

Himoya vositalari (shitki)

Oyoq kiyim

Himoya vositalari (shitki)

**5-qoida: to'p o'yinda va o'yindan tashqarida.** To'p o'yinda va o'yindan tashqari holatlarda:

to'pning o'yindan tashqari holatda bo'lishi

to'p quyidagi holatlarda o'yin holatida bo'ladi:

to'p maydon chizig'ini yerda yoki havoda to'liq kesib o'tsa;

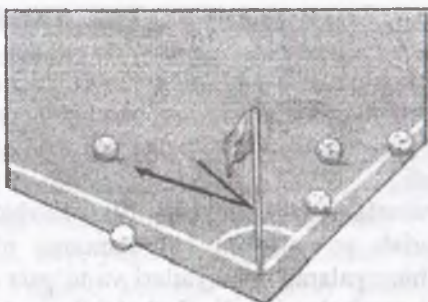
bosh hakam hushtagini chalib o'yinni to'xtanganda.

to'pning o'yinda bo'lishi

yuqoridagi holatlardan tashqari barcha vaziyatlarda to'p o'yindan tashqari holatda bo'ladi:

darvoza ustuni, to'sini yoki maydon burchagidagi bayroqqa tegib maydonga qaytsa;

bosh hakamga yoki uning yordamchilariga tegib maydonda qolsa.



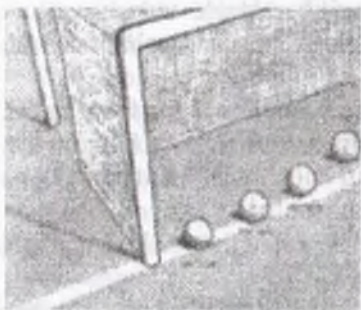
**11-rasm**

**6-qoida: to'p darvoza to'ridaligini aniqlash usullari.** To'p darvoza to'rida

To'p darvoza chizig'ini, to'sin osti va ustunlar orasini to'liq kesib o'tsa va to'p kiritgan jamoa o'yinchilari to'p kiritilgunga qadar hech qanday qoidani buzmagani hollarda to'p darvoza to'rida deb hisoblanadi.

**G'olib jamoa.** Uchrashuv davomida ko'proq to'p kiritgan jamoa g'olib jamoa deb topiladi. Agar ikkala jamoa ham o'yin davomida bir xil to'p kiritmagan yoki umuman to'p kiritmagan bo'lsa, o'yin durang deb hisoblanadi.

**Musobaqa reglamenti.** Keyingi bosqichga bitta jamoa yo'l olishi kerak bo'lsa-yu, lekin uchrashuv durang bilan yakunlansa, unda xalqaro kengash tomonidan tasdiqlangan musobaqa reglamentiga ko'ra qo'shimcha bo'limlar yoki boshqa choralar ko'rilishi kerak.



**12-rasm**

## 1.7. FUTBOL O'YINI TEXNIKASI

Futbol o'yini texnikasi, o'yinlarni o'yin qoidasi asosida o'tkazishda, to'p bilan va to'psiz harakatlanishning barcha jarayonlarini o'z ichiga qamrab oladi. O'yin texnikasi to'psiz va to'p bilan harakatlanish texnikasiga ajratiladi.

To'psiz harakatlanish texnikasi o'z navbatida yugurish va o'yinchining yugurish yo'nalishini har tomonga o'zgartirib yugurish, sakrash texnikasi, himoyalash vaziyatlari va to'psiz aldamchi harakatlar bajarish (fint) kahi mashqlar kiradi. Futbolchilarga beriladigan yugurish usullari ham xilma-xil. Bu – oldinga qarab, orqaga qarab, chalishtirma va yonlama qadamlardan iborat. Masalan: maydonda to'g'ri harakatlanish uchun quyidagi mashqlarni bajarishni biling: oddiy yurishdan yugurishga o'tishni; yugurishdan yurishga va yana yugurishga o'tishni; 10-15 daqiqaga start yugurishlarini, buyumlar orasidan "ilonizi" yurish va yugurishga o'tishni; tovushga ko'ra tezlikni oshirib yugurishni, avval oldinga, so'ngra orqaga qarab yugurishga o'tishni; yonlama va chalishtirma qadamlar bilan estafeta yugurishni; turli usullar bilan yo'nalish va harakatlanish usulini tovushga muvofiq o'zgartirib yugurishni o'zlashtirib olishlari kerak.

Harakat koordinatsiyasi va chaqqonlikni puxtalash uchun quyidagi mashqlarni bajarish tavsiya etiladi: bir oyoqda sakrash, so'ngra oldinga yugurish, bir oyoqdan ikkinchisiga sakrash, ishoraga binoan har joyga qo'yilgan to'ldirma to'plar orasidan yugurish; bir joyda turib ikki oyoqda turli tomonlarga  $90^{\circ}$ ,  $180^{\circ}$ ,  $360^{\circ}$  ga burilib sakrash, tovushga muvofiq oldinga sakrash; yugurib kelib bir yoki ikki oyoqda depsinib sakrash va osilgan to'pga bosh bilan tegish.

To'p bilan harakatlanish texnikasiga boshda va oyoqda to'pga zarba berish, to'pni idora qilish, to'pning qaytish usullari, to'p bilan aldamchi harakatlari, to'p tashlashlar, to'pni qabul qilib olish va darvozabonning to'p bilan bajaradigan texnikalarini o'z ichiga oladi.

**Zarba berish turlari.** To'pga oyoq bilan beriladigan zarbalarga quyidagi zarbalar kiradi:

Birinchi guruhga: to'pni oyoqning ichki tomoni bilan zarba berish, to'pni oyoqning ichki do'ng qismi bilan zarba berish, to'pni oyoqning tashqi tomoni bilan ko'tarib berish va ko'tarib berish zarbalari kiradi. Ikkinchi guruhga: to'pni oyoqning tashqi tomoni bilan zarba berish, tovon bilan zarba berish, poshna bilan zarba berish, tizza va son bilan zarba berishlar kiradi. O'yin vaqtida to'p uzatishda (pas), darvozaga zarba

berishda, jarima va erkin to'p tepishda oyoqda zarba beriladi. Agar berilgan zarba to'pning o'rtasiga berilmasa, to'p bunday hollarda "buriladi" va o'z o'qi atrofida aylanadi. To'pga zarba berish o'zida kompleks harakatni tashkil qiladi.

**Oyoq yuzasining ichki yon qismi bilan to'pni tepish (13-rasm).**

Bunday usul to'pni yaqin masofadan mo'ljalga tepish va to'pni o'rtacha hamda qisqa oraliqda uzatishda qo'llaniladi.

Bunda mo'ljal, to'p, yugurishning boshlanishi va yugurib kelish bir chiziqli bo'ladi. Yugurib kelishda yugurish qadamining siltov kuchi yordamida tizzani bukilishi va tepadigan oyoqning oldinga yozilishi hamono to'pni yo'nallishiga nisbatan muskullari taranglashgan oyoqlar tashqariga burilgan bo'lib, tepish vaqtida oyoq to'g'ri burchak holda bo'ladi. Oyoq kaftining ichki qismi bilan to'p tepiladi.



*13-rasm.*

**Oyoq uchlarining tashqi yon qismi bilan to'pni olib yurish (14 a-rasm).** Futbol maydonida yugurib yoki sekin harakat qilib, ushbu amal (texnik) uslubni oyoq uchlarining tashqi yon qismi bilan ketma-ket to'pni tepishni amalga oshiriladi. To'pni olib yurishning bu uslubi universal bo'lib, to'g'ri chiziqli va harakat yo'nalishini osongina o'zgartirishga imkon yaratadi.

**Oyoq yuzasi bilan to'pni tepib olib yurish (14 b, v, g-rasm).** Futbol maydoni bo'ylab to'pni oyoq yuzasi bilan ketma-ket to'pni tepib, bu usul texnikasi oshiriladi. Bunday to'pni olib yurish usul texnikasi sportchilar tomonidan to'g'ri chiziqli harakatlarda bajariladi.



14-rasm

**Oyoq qabarig'ining panjalar usti ichki qismi bilan to'pni tepish (15-rasm).**

Bu usul turli masofalarda mo'ljalga tepishlarda qo'llaniladi. To'pni tepadigan oyoqning uzatish jarayonida mo'ljal va to'pga nisbatan 45° burchaklikdan yuguriladi. To'pni tepadigan oyoqning tebranishi maksimal. Tayanch oyoq esa tizzalarda sal buqilgan. Gavda holati tayanch oyoq tomoniga ozgina engashgan. Tizzaning buklishidan boshlanib boldirming keskin zilishining qo'llanilishi bilan to'pni tepish harakati boshlanadi. Oyoq muskullari taranglashgan, oyoq uchi pastga uzatilgan. To'pning o'rta qismiga tepiladi.



15-rasm

**Oyoq qabarig'ining o'rta qismi bilan to'pni tepish (16-rasm).**

Bu darvozaga va uzoq masofaga to'pni zarb bilan eng kuchli tepish. Mo'ljal va to'pga nisbatan yugurish bir chiziq yo'nalishida bo'ladi. Oyoq tebranishi va zarb harakati oyoq oldi hamda orqa qismi bilan bajariladi. Tayanish tovonidan boshlanadi. To'pni va tizza bo'g'imini birlashtiradigan shartli chiziq o'qi tepish vaqtida qat'iy tik holatda bo'ladi. Oyoq kaftining to'pga tegadigan yuzasining katta bo'lishi zarbani juda aniq va kuchli bajarish imkonini beradi. Zarba oyoq uchini orqaga maksimal egilgan holatida bajarilishi kerak.



16-rasm

**Oyoq kafti burmasining tashqi va yon qismi bilan to'pga zarba berish (17-rasm).**

Bu usul uzoq va o'rta oraliqlarda to'pni uzatishda qo'llaniladi. To'pni xilma-xil tepishlarda bajarilish harakatlari ko'proq qo'llaniladi. To'pga va mo'ljalga nisbatan yugurib kelish bir chiziq yo'nalishida bo'ladi. Oyoq tebranishi va zarba harakati oyoq (panjasining) orqa hamda old qismi bilan bajariladi. Zarba berish vaqtida to'p bilan tizza bo'g'imini tutashirilgan shartli chiziq qat'iy tik holatda bo'ladi. To'pni tepish paytida oyoq kafti va boldiri ichki tomonga buriladi va to'pga oyoq kaftining bir muncha tegadigan holatda bajariladi.



17-rasm

**Oyoq uchi bilan to'pga zarba berish (18-rasm).**

Bu usul kutilmagan paytda tor fazo va qisqa vaqt ichida qo'llaniladi. Shuningdek, uzoq va o'rta oraliqlarda qo'llaniladi, ayniqsa, to'pni darvozaga tepish samaraliroq. To'pni tepishda mo'ljal, to'p va yugurib kelish bir chiziqda bo'ladi. Oxirgi qadamini qo'yishdagi deqsinish to'pni tepish uchun oyoq tebranishi bo'lib hisoblanadi. Tizza bo'g'imlarida biroz egilgan va oyoq muskullari taranglashgan holatda harakat qilinadi. Tepish paytida oyoq uchlari ozgina ko'tarilgan. Oyoq uchining zarba beradigan juda kam bo'lgani uchun bu usul, ayniqsa, dumalab kelayotgan to'pni tepishda sust aniqlikka ega.



**18-rasm**

**Tovon bilan to'pga zarba berish (19-rasm).**

Bu usul qisqa oraliqda to'pni uzatish uchun qo'llaniladi. Bu tepishning qadr-qimmati raqiblar uchun to'satdanligi, kutilmaganligi. Oyoq tebranish uchun old tomon to'pning ustidan o'tkaziladi va oyoqni orqaga keskin harakat qilish bilan tepish amalga oshiriladi. To'pni tepish vaqtida oyoq kafti yerga parallel bo'lib, oyoq muskullari taranglashgan.



**19-rasm**

**To'pni yerdan sapchish vaqtida zarba berish (20-rasm).** To'p yerdan sapchigan vaqtlarda tepish bajariladi. Tepishni oyoq kafti yuzasining o'rta va tashqi qismi bilan bajarish maqsadga muvofiq. To'pning yo'lga tushish joyi va tayanch oyoqni uning oldiga qo'yilishini hisobga olish bu usul bilan tepishda asosiy bo'lib hisoblanadi. Zarb harakati to'pning yerga tushmasidan oldin boshlanadi va to'p yerdan sapchishi bilan darhol tepiladi. Tepish vaqtida boldir qat'iy tik va oyoq kaft maksimal yozilgan (oyoq uchi pastga uzatiladi) bo'ladi.



20-rasm

**Burilib to'pga zarba berish (21-rasm).** Bu usul to'pning uchish yo'nalishini o'zgartirish uchun qo'llaniladi. Tushayotgan yoki qarshi tomondan past uchib kelayotgan to'pni tepish asosan oyoq kafti yuzasining o'rta, ichki va tashqari qismlari bilan bajariladi. Oxirgi yugurish qadamning depsinishi to'pni tepish uchun tebranish bo'ladi. Oyoq tayanch tizza bo'g'ilishda ozgina bukilgan bo'lib, taxminan to'pni uchish tomon buriladi va gavda holati tayanch oyoq tomon engashadi. Zarb bilan tepish harakati gavdaning burilishi bilan boshlanadi.



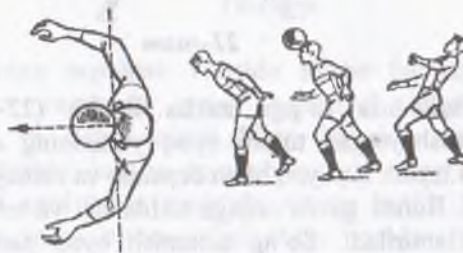
21-rasm

**Orqaga yiqilishda to'pga zarba berish (22-rasm).** Bu usul uchayotgan va tushayotgan to'pni oyoq yuzasining o'rta qismi bilan bajariladi. To'pni tepish bir oyoq bilan depsinib va tushayotgan to'p tomon sakrab bajariladi. Bunda gavda orqaga tashlanadi va tebranayotgan oyoq yuqoriga harakatlantiriladi. So'ng tebranish oyoq pastga va depsinish hamda to'pni tepadigan oyoq keskin yuqoriga harakatlanadi. Gavda gorizontal holatga o'tganida to'pni orqaga tepish bajariladi. Bundan keyin oldin qo'llarga so'ng orqa yerga tekkan holda yiqiladi.



22-rasm

**Peshona (o'rtasi) bilan to'pga zarba berish (23-rasm).** Bu usulni bajarish uchun bosh va gavda orqaga engashadi. To'p o'yinchining ko'z nazoratida bo'lishi uchun boshni orqaga tashlash, engashtirish mumkin emas. Gavdaning keskin to'g'rilanishi bilan o'tish harakati boshlanadi. Gavda va bosh (frontal) yuzada bo'lgan holatda urish bajariladi. Bu holatda bosh harakatlari eng yuqori tezlikka ega bo'ladi, bu katta kuch bilan urishni ta'minlaydi. Bundan keyin futbolchi keyingi harakat uchun dastlabki holatni egallaydi. Futbolchi sakramasdan to'pni peshona bilan urganda oyoqlari oralig'i kichik qadamda bo'ladi. Orqada qo'yilgan oyog'ini tizza bo'g'imlarida bukib, unga butun tana og'irligini o'yinchi tebranib gavidasini orqaga engashtiradi, qo'llari esa tirsaklarda biroz bukilgan. Orqadagi oyoqning keskin yozilishi bilan gavda ham to'g'rilanadi va urish harakati bo'ladi hamda keskin oldinga (qo'yilgan) bosh egilishi harakati bilan yakunlanadi. Butun tana og'irligi oldingi qo'yilgan oyoqqa o'tkaziladi.

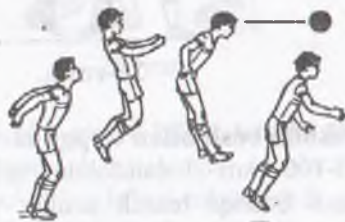


23-rasm

**Sakrab peshona o'rtasi bilan to'pga zarba berish (24-rasm).**

Bu usul bir oyoq yoki ikki oyoq bilan deysinib sakragandan so'ng bajariladi. Qo'llar tirsaklarda bukilgan holda oldinga taxminan ko'krak

sathigacha harakatlanadi. Bu esa balandroq sakrashga ko'maklashadi. Depsingandan so'ng gavda orqaga engashadi. Sakrash balandligi eng yuqori nuqtaga yetganda urish harakati bilan boshlanadi. Yerga qo'nishda oyoq uchlariga qo'shiladigan va oyoq tizza bo'g'inlarida qo'nishni yumshatish uchun ozroq bukiladi.



24-rasm

**Sakrab peshonaning yon tomoni bilan to'pga zarba berish (25-rasm).** Sakrab peshona yon tomoni bilan to'pni urish bir oyoq yoki ikki oyoq bilan depsinishdan so'ng bajariladi, bunda tana tebranishi uchun mo'ljalga qarama-qarshi tomon frontal holatda orqaga engashadi. So'ng cho'ziluvchan mushaklarning dastlabki keskin qisqarishiga binoan urish harakati bajariladi. Eng yuqori sakrash nuqtasiga erishganda to'p uriladi.



25-rasm

**Peshona yon tomoni bilan to'pga zarba berish (26-rasm).**

Bu usul to'p o'yinchining yon tomonidan uchib o'tayotganda va peshona o'rtasi bilan to'pni urishga imkoniyat bo'lganida qo'llaniladi. To'pni urishda oyoqlar ochilgan bo'lib gavda to'p yo'nalishiga qarama-qarshi engashadi. Tana vazni og'irligi tizza bo'g'imlarida bukilgan tayanch oyoqqa o'tkaziladi, gavda to'g'rilanishi va oyoqning yozilishi bilan to'p uriladi. To'p peshona do'mboq qismiga to'g'ri keladi.



26-rasm.

#### **Oldinga yiqilishda bosh bilan to'pga zarba berish (27-rasm).**

Bu usul 60-100 sm balandlikda uchayotgan to'pni urishda qo'llaniladi. Bu usul boshqa texnik usullar va yo'llardan foydalanish imkoniyati bo'lmagan to'pga yetish qiyin holatda (to'p uchidan 3-4 m narida bo'lganida) samarali zarba berish imkoniyatini beradi. Bir yoki ikki oyoq bilan deysinib uchish jarayonida fazasida urish bajariladi. Gavda yugurishning oxirgi 3-4 qadamlarida oldinga engashadi. Uchish fazasi yerga parallel bo'ladi. Qo'llar tirsaklarda bukilgan. Futbolchining tana massasi va uchish tezligining kuchi bilan to'p uriladi. To'pni urish peshona o'rtasi yoki yon qismi bilan bajariladi.



27-rasm

#### **Oyoqning tagi bilan to'pni to'xtatish (28-rasm).**

Bu usul tushayotgan va dumalayotgan to'pni to'xtatish uchun qo'llaniladi. To'pni qabul qiluvchi o'yinchining dastlabki holat-tayanch oyoqqa tana og'irligini o'tkazib, to'pga qarab turadi. To'pni to'xtatuvchi oyoq to'p yaqinlashgan sari tizza bo'g'imlarida o'zgina bukilgan to'p tomon chiqiladi. Oyoq kaftining tagi to'pga tegishi bilan biroz yon beruvchi harakat bajariladi.



28-rasm

**Oyoq kaftining ichki qismi bilan to'pni to'xtatish (29-rasm).**  
Tushayotgan va uchayotgan, dumalayotgan to'plarni qabul qilishda bu usul qo'llaniladi. Bu usul bilan to'pni to'xtatishda oyoq kaftining katta qismi qatnashishi borasida ham amortizatsiyali xususiyatlari bilan yuqori ishonch hosil qiladi.



29-rasm.

#### **Oyoq yuzasining o'rta qismi bilan to'pni to'xtatish (30-rasm).**

Bu usul keng tarqalgan bo'lib, past uchib kelayotgan va o'yinchi oldiga tushayotgan to'pni to'xtatish uchun qo'llaniladi. Taxminan 90° ga to'xtatuvchi oyoq soni va tizzalar bukilgan holda oldinga ko'tariladi. Oyoq uchlari ko'tarilgan. Oyoq yuzasi to'p bilan to'qnashish vaqtida orqaga amortizon xarakterini bajaradi. Yuqori yo'nalishidan tushayotgan to'pni to'xtatishda oyoq panjalarining yuzasi yerga parallel holatda bo'ladi. Egiluvchi amortizatsiyali harakat-pastga orqaga bajariladi.



30-rasm

### **Oyoqning son qismi bilan to'pni to'xtatish (31-rasm).**

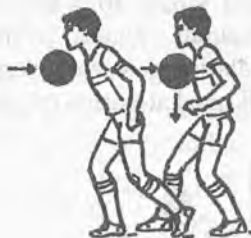
Zamonaviy futbolda bu usul keng qo'llaniladi. Turli tuman yo'nalishda tushayotgan to'pni son bilan to'xtatish mumkin. Oyoq sonining to'xtatuvchi yuzasi hamda uning amartizatsiyali yo'li (xususiyatlari) juda katta bo'lgani uchun bu usul chuqur ishonch hosil qiladi. To'pni to'xtatish oldidan oyoq soni oldinga ko'tarilib tushayotgan to'pga nisbatan to'g'ri burchakda bo'lishi kerak (oyoq sonining burchak hosil qilishi to'pni uchish yo'nalishiga bog'liq). Oyoq sonining o'rta qismi to'p bilan to'qnashgan vaqtida orqaga egiluvchi harakat bajariladi.



**31-rasm**

### **Ko'krak bilan to'pni to'xtatish (32-rasm).**

Bu usulni bajarishdan oldin o'yinchi to'p tomon qarab turgan bo'lib dastlabki holatni oladi. Kichik qadam kengligida (6-70 sm) oyoqlar ochilgan, ko'krak oldinga chiqarilgan, qo'llar tirsaklarda egilgan holda pastga tushirilgan. Ko'krak to'p bilan to'qnashgan vaqtda ko'krakni orqaga-ichiga o'tkazib, yelkalar va qo'llari oldinga chiqariladi. To'pni to'xtatish yakunida tana massa markazi taxminan to'p yo'nalish tomon o'tkaziladi.



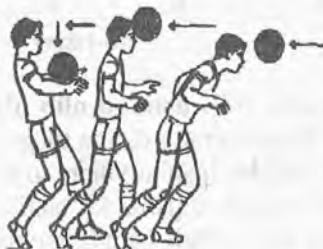
**32-rasm**

**Tushayotgan to'pni ko'krak bilan to'xtatish (33-rasm).** Tushayotgan to'plarni to'xtatishda gavda orqaga engashtiriladi. Gavdaning egilish burchagi to'pni uchish yo'nalishiga bog'liq (tushayotgan to'pga ko'krak to'g'ri burchakda bo'lishi kerak). Dumg'o'za ozgina oldinga chiqariladi. To'pni uchish yo'nalishi va tezligini aniqlash hamda o'z vaqtida egiluvchi harakatni bajarish bu usulni qo'llashda juda zarur.



33-rasm

**Bosh bilan to'pni to'xtatish (34-rasm).** To'p asosan peshonaning o'rta qismi bilan to'xtatiladi. O'yinchining dastlabki holati-kichik qadamda bo'lib to'pga tomon qarab turish. Oldinda qo'yilgan oyoqqa tana massasi o'tkaziladi. Bosh va gavda oldinga chiqarilgan (taxminan tayanch oyoqqacha). To'p yaqinlashgan sari tana massasi orqaga qo'yilgan oyoqqa o'tkaziladi hamda bosh va gavda orqaga engashadi.



34-rasm

**Tushayotgan to'pni bosh bilan to'xtatish (35-rasm).** Dastlabki holat – oyoq uchlarida tik turish, oyoqlar yelka kengligida ochilgan yoki kichik qadamda bo'lish. To'p tomon qarab bosh orqaga engashgan. Bosh to'pga tegish vaqtida engiluvchi harakat oyoqlarni tizzalarda bukib, boshini yelka ichiga tortish hisobiga bajariladi.



35-rasm

**To'pni olib yurish.** To'p oyoq kafining uchi (36 a-rasm), ichki (36 b-rasm), o'rtasi (36 v-rasm) va tashqi (36 g-rasm) yuzasi bilan olib yuriladi. Bu texnik usulni qo'llashda futbol maydoni bo'ylab yugurib, oyoq panjalari kafining ichki qismi bilan to'pni ketma-ket tepib olib yurishda amalga oshiriladi. Oyoq panjalari kafining ichki qismi olib to'pni olib yurish harakatining yo'nalishini keskin o'zgartirishga imkoniyat yaratadi.



36-rasm

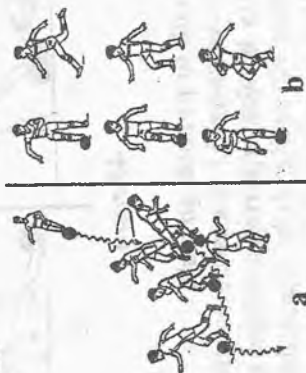
**Tepadigan oyoqni to'p ustidan olib o'tib qochib ketish-fint** (37-rasm). Bu fint usuli futbolchining oldida turgan o'yinchiga hujum qilishda qo'llaniladi. To'p bilan bo'lgan o'yinchi o'zining tayyorlov harakatlari bilan chap tomonga yugurib o'tishni ko'rsatib chapga tashlanadi va o'ng oyoqni to'p ustidan olib o'tadi hamda gavdasini chap tomonga buradi. Orqadagi raqib-o'yinchi to'pni ko'rmasdan bu harakatga binoan u ham chapga tashlanadi. Bu vaqtda to'p bilan bo'lgan o'yinchi tezda yo'nalishini o'zgartirib, o'ng tomonga buriladi va oyoq yuzasining tashqi qismi bilan oldinga uzatib qarama-qarshi tomonga (o'ng tomonga) to'p bilan ketadi.



37-rasm

**Fint-to'pni tepish** (38 a-rasm). Bu usul uzatilgan to'pni to'xtatilgandan so'ng to'pni surish vaqtida bajariladi. Yakkama-yakka bellashuvda oldida yoki orqasida, yon tomonidagi qatnashayotgan o'yinchiga yaqinlashganda tepadigan oyoq bilan tebranish harakat bajariladi. O'yinchining bu harakati to'pni uzatish yoki mo'ljalga tepilishini ko'rsatadi. O'yinchi raqib bu oyoq tebranishiga ishongan holda to'pni taxminiy uchish yo'lini to'sishga yoki to'pni olib qo'yishga harakat qiladi, ya'ni shpagat, podkat. Bu esa hujum qiluvchi o'yinchining harakatini sekinlashtiradi yoki to'xtatadi. Shu paytda o'yinchi taranglashgan oyoq bilan sekin tepib to'pni oldinga suradi va raqibdan qochib ketadi.

**Fint** (raqibni aldaydigan harakat) oyoq bilan to'pni to'xtatish (38 b-rasm). O'yinchi raqib to'pni yon tomonidan yoki orqa yonidan olib qo'yimoqchi bo'lganda to'pni bosib va bosmasdan fint qo'llaniladi. O'yinchi keyin yugurib to'pni surishni bajarib raqibdan uzoqroq turgan oyoq kafti bilan to'pni bosib tayanch oyoqni uning orqasiga qo'yadi. Bu bilan o'yinchi mohirona to'pni yolg'on to'xtatishini ko'rsatadi. Raqib harakatni sekinlashtiradi va shu vaqtda oldinga to'pni sekin surib, harakatni davom ettiradi.



38-rasm.

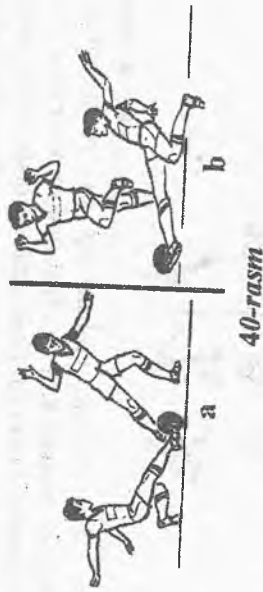
### Hamla qilib to'pni olib qo'yish (39-rasm).

Bu usul 2 m dan ko'proq bo'lgan oraliqdagi to'pga ega bo'la olishga imkoniyat yaratadi. O'yinchining orqasidan yoki yon tomonidan amalga oshiriladi. Hujum qilayotgan o'yinchi, raqib bilan yaqinlashib, yiqilishda oyog'ini oldinga uzatib to'p bilan harakatlanuvchi o'yinchiga nisbatan o't ustida yiqilishda sirpanib borishi bir necha marotaba tezroq bo'lgani uchun to'p urish yo'nalishini hujum qiluvchi o'yinchi o'zgartiradi.



### Yiqilib to'pni olib qo'yish (40 a, b-rasm).

Bu usul o'yinchidan ikki metrdan ortiqroq masofadagi to'pni olib qo'yish imkonini beradi va yon yoki orqa tomonidan bajariladi. Hujumchi raqibga yaqinlashib uning oyoqlariga sirpanib yiqiladi va undan to'pni olib chetlashtiradi. Natijada to'pning yo'nalishi boshqa tomonga o'zgaradi.



### Yelka bilan turtib to'pni olib qo'yish.

Ushbu usul yakkama-yakka kurashda kuchli harakatlarga kiradi. Shuning uchun bunday harakatlarga ruxsat etilgan qoidalarga qat'iy rioya qilish zarur. Faqatgina o'yin oralig'ida bo'lgan holda o'yinchi yelkasining 1/3 yuqorisini turtishga ruxsat beriladi. Raqib orqa oyoqdan tayanch holatda bo'lgan vaqtida yelka bilan turtish mumkin.

### To'pni o'yinga kiritishning turli xil ko'rinishlari (41-rasm).

To'pni tashlashda qo'l barmoqlari ochilgan holda uni yon tomonlarini qamrab oladi, katta barmoqlar bir-biriga tegish oraliqda.



### To'pni yon chiziqdan o'yinga kiritish (42-rasm).

Bu tabiiy texnik usul maydon o'yinchisining qo'llari bilan bajariladi. Dastlabki holat - qadam tashlash holatida yoki oyoqlar yelka kengligida turadi. To'p bilan qo'llar tirsaklarda bukilib tepaga ko'tarilib bosh orqasida o'tkaziladi. Tana massasi orqada turgan oyoqqa o'tkazilib, oyoqlar tizza bo'g'inlarida bukiladi, gavda orqaga engashadi.

To'pni tashlash qo'l, gavda, oyoqlarning keskin to'g'rilanishi bilan tashlash tomon yo'nalishiga yakunlovchi barmoqlar zo'r berishidan boshlanadi. Yakunlovchi fazani bajarishda to'pni tashlash qoidalarga rioya qilib, futbolchi ikkala oyog'ini yerdan uzmasligi kerak.



Darvozabon o'yini. Eng murakkab va og'ir vazifalar darvozabonlar oldida turadi. Chunki darvozabon maydonda hamma o'yinchilarni nafaqat ko'rish, ularni kuzatib turishi lozim. Ayniqsa to'p bilan o'ynayotgan sportchini, to'p tepilishini, yo'nalishini ko'rish va sezish kerak. Bulardan tashqari, futbolchilarning o'yin texnikasini, taktikasini va tayyorgarligini darvozabon bilishi shart.

Darvozabon o'yin mahoratiga binoan ko'pincha jamoaning yutuqlari bog'liq. Shuning uchun darvozabondan katta jismoniy tayyorgarlik,

epchillik, tezkorlik, chidamlilik va sezgirlik talab qilinadi. Shu bois, epchillikni tarbiyalashda, shuningdek, xuddi kuch va tezlikda ham oldingi yuklamadan (nagruzka) charchash alomatlari bo'lmagandagina, o'zlari mashqlarni bajaradigan, shunga nisbatan yetarli darajada to'liq tiklash uchun dam olish vaqt oralig'idan foydalanish ahamiyatga ega.

Futbolchi "portlovchi" kuchini, tezlikni, epchillikni egallashi qiyin, shuning uchun bu sifatni butun sport hayoti davomida tarbiyalash kerak. Uni tarbiyalashga diqqat e'tibor bilan yondashish kerakki, aynan shu sifat futbolchilarning o'yin faoliyati samaradorligini aniqlaydi.

**Darvozabonning asosiy holati** (43 a-rasm). Texnik usullarning samarali bajarilishi ko'pincha darvozabon harakati tayyorlarligidan aniqlanadi. Buning uchun darvozabonning har xil harakatlarni bajarishdan oldingi dastlabki holat asos bo'ladi. Bu esa oyoqlar tizza bo'g'inlarida o'zgina bukilgan, oyoqlar yelka kengligida ochilgan. Tirsakda bukilgan qo'llar ko'krak sathida oldinga uzatilgan. Qo'l kaftlari ichki tomon va oldinga qaratilgan. Barmoqlar kengroq ochilgan. To'g'ri dastlabki holat to'pga sakrashda, yiqilishda, qadamlab borishda, umumiy markaz nuqtasini tezda tayanch holatdan tashqariga o'tishda imkoniyat yaratadi.



43-rasm

**Dumalayotgan to'pni pastdan ilib olish** (43 b-rasm). Dastlabki holat — darvozabonning asosiy turishi. Darvozabon oldinga engashib qo'llarini pastga tushiradi. Qo'llari tirsak bo'g'inlarida o'zgina bukilgan bo'lib, barmoqlari ochilgan qo'l kaftlari to'pga qaratilgan va yerga tegish holda. To'p bilan to'qnashish vaqtida darvozabon uni tagidan ko'tarib oladi. Tushirilgan qo'llar massasi va ularni egilish amortizatsiyali harakat hisobida to'pning tezligi susayadi. So'ng darvozabon gavdasini to'g'rilab ko'tariladi.

**Yerdan sapchigan to'pni ilib olish.** Dastlabki holat — darvozabonning asosiy holati. Bu to'pni ushlash usulida darvozabon sapchilgan to'p bilan uchrashish nuqtasini aniqlashi va hisobga olishi kerak. O'ng darvozabon oldinga engashadi (qo'l kaftlari va barmoqlari

birlashgan, qo'llar tirsak bo'g'inlarida o'zgina bukilgan) va to'pni ilib oladi. So'ng to'pni ikki qo'l bilan ko'krakiga tortadi va to'g'rilanadi.

**Uchayotgan to'pni pastdan ilib olish** (44-rasm). Dastlabki holat — asosiy turish, tirsakda yengil bukilgan qo'llar kaftini to'pga qaratgan holda oldinga uzatiladi. Barmoqlar o'zgina bukilgan va bo'shashtirilgan (taranglamagan). Oyoqlar o'zgina tizzalarda bukiladi va gavda oldinga engashadi. To'p bilan to'qnashishganda darvozabon uni barmoqlar bilan ushlab qorniga yoki ko'krakiga tortadi. Katta zarba bilan tepilgan to'pni (uchayotgan to'pni) ushlashda gavgdani oldinga engashish va oyoqlarni to'g'rilash hisobga olgan holda orqaga egiluvchi harakat bajariladi.



44-rasm

**O'rta balandlikdagi to'pni ushlash** (45-rasm). Dastlabki holat — ushlashning tayyorlov fazasidagi asosiy turish. Gavda oldinga ko'proq engashadi, qo'llar tirsaklarda yengil bukilib, qo'l kaftlarini to'p ro'parasiga qaratib oldinga uzatiladi. Darvozabon qo'llari to'p bilan to'qnashishi zahoti qo'l barmoqlari bilan pastdan ushlab tezda uni qorniga tortadi; ikkala oyoq bilan deysinib, qo'llarni uchib kelayotgan to'pga uzatib, pastdan uni ushlab, tezda ko'krak yoki qorniga tortadi, so'ng yarim bukilgan oyoqlariga tushadi; yetarli to'g'irlangan qo'llarining kaftini pastga qaratilgan holda uchib kelayotgan to'pga uzatiladi. Qo'llar to'p bilan to'qnashganda egiluvchi harakat qilib to'pni qorniga tortadi. To'pni qorniga tortish vaqtida ushlash usulini o'zgartiradi va to'pni pastdan ushlab, o'ziga tortib, oldinga engashadi. So'ng to'g'rilanadi va o'yin sharoitiga binoan harakatni bajaradi.



45-rasm

**Sakrab yuqoridan to'pni ushlash (66-rasm).** To'pni uchish yo'nalishiga binoan bir yoki ikki oyoq bilan depsinib baland sakrashni bajaradi (old tomon balandlikka yoki yon balandlikka). Harakat vaqtida bir oyoq bilan depsinish bajariladi, bir joyda turgan ikki oyoq bilan depsinish bajariladi. Qo'llar tirsaklarda o'zgina bukilgan holda oldinga uchib kelayotgan to'pga qarshi keng ochilib bir-biriga yaqinlashadi. Darvozabon qisqa yo'l bilan qo'llarini maksimal holda bukib, to'pni ko'kragi oldiga tortadi. Darvozabon to'pni ushlagandan so'ng o'zgina bukilgan oyoqlariga tushadi.



46-rasm

**Yon tomondan to'pni ushlash (47-rasm).**

Dastlabki holat — darvozabonning asosiy turishi. Bu usul darvozabonning yon tomonidan o'rta yo'nalishda uchib kelayotgan to'pni ushlashda qo'llaniladi. Qo'llar to'pni uchish tomoniga qarab uzatiladi. Qo'l barmoqlari salgina bukilib, kaftlari parallel holda bo'ladi. Tana massasi to'pni ushlash tomoniga yaqinroq oyoqqa o'tkaziladi. Xuddi shu tomonga g'avdani ham buriladi. So'ng to'pni ikki qo'llab ustidan ushlagandan harakatlar bajariladi.



47-rasm

**Ikki qo'llab to'pni darvoza tepasidan o'tkazish.**

Darvozabon baland uchib kelayotgan to'pni ikki qo'l bilan darvozaning yuqori ustun tepasidan tashqariga uzatib yuboradi. Bu katta tezlik bilan asosan darvozabon ustidan yoki uning yon tomonidan uchib kelayotgan to'p. To'pni tashqariga uzatib yuborish bir yoki ikki qo'l bilan amalga oshiriladi. Buning uchun to'pni darvoza yuqori ustunlaridan

tashqariga uzatib yuborishda harakatning boshlanishida bir yoki ikkala taranglashgan qo'l to'p uchishining yo'nalishi tomon uzatiladi. Darvozabon baland sakrab burchak hosil qilgan qo'l kaftining uchib kelayotgan to'pga qarshi qo'yiladi va to'p o'nga tegib uchish yo'nalishini o'zgartirib darvozaning yuqori (ustuni) tepasidan o'tadi.

**Yiqilishda to'pni ushlash (48-rasm).** Darvoza tomon aniq va to'siqdan zarb bilan tepilgan to'pni ushlab yiqilish darvozabon uchun eng ishonchli usul bo'lib hisoblanadi. Bu harakat to'pni uchish tomoniga tez qadamlab yoki chalkashma qadamlar qo'yilishidan boshlanadi. So'ng to'pni yo'nalishiga yaqin turgan oyoq bilan depsinib to'pni ushlash tomoniga g'avda engashiladi. Darhol qo'llar to'pga uzatiladi. Qo'l harakatlari va ikkinchi oyoqning bukilishi kuchli depsinishga ko'maklashadi. O'rta sathida uchib kelayotgan to'pni ushlashda depsinish yuqoriga yon tomonga bajariladi. Darvozabon uchish fazada to'pni ushlash amalga oshiriladi. To'pni ushlagandan so'ng darvozabon g'ujanak bo'ladi (to'p bilan qo'llari qorin va ko'krak oldiga tortilgan, tizzalar ham ko'krak oldiga tortilib bosh oldinga bukilgan). Tana og'irligining kuchi ta'sirida yiqilish sodir bo'ladi.



48-rasm

**Raqibning oyog'iga tashlanish (49-rasm).**

Bu usul himoyachilardan raqib to'p bilan o'tib darvozaga yaqinlashganda qo'llaniladi. Darvozabon raqibning oyog'iga tashlanib to'pni olib qo'yishga, uni urib yuborishga yoki to'pni darvozaga o'tish yo'lini to'sishga intiladi. Raqibning ro'parasiga keskin harakat qilishdan so'ng uning oyog'iga tashlanish boshlanadi. Darvozabon biroz engashadi, g'avdasi va qo'llari maksimal pastga tushirilgan. So'ng raqibgacha bo'lgan oraligni hisobga olib, darvozabon to'pga tashlanishni bajaradi; u to'pni raqib oyog'iga bosib qolishga intiladi yoki ikki qo'l bilan to'pni tepishdan oldin yoki tepish vaqtida uni to'sish kerak. Raqib oyog'iga to'pga ko'krak va qo'llar bilan tashlanishda uni olib qo'yish mumkin. Agarda to'pni olishga erisha olmasa, darvozabon qo'llarini, oyoqlarini, ko'kragini butun bag'rini to'p tepilishiga qarshi qo'yish kerak.



49-rasm

**Musht bilan to'pni urib yuborish (50-rasm).** To'pni musht bilan urib gvardani burish bilan uradigan qo'l mushtini tirsaklarda bukilgan holda orqaga tebratilib boshlanadi. Taranglashgan qo'lining keskin to'g'rilanishi bilan va gvardani burilishi bilan urish harakati boshlanadi. Mushtning to'p bilan to'qnashishi qo'lga to'la to'g'rilanishidan oldinroq bo'ladi. To'pni urish barmoqlarning birini bo'g'iniga to'g'ri keladi.

Mushtlar bilan urib yuborish. Dastlabki holat – qo'llar tirsaklarda bukilib va ko'krak oldida bo'lib, barmoqlar musht bo'lib birga qaratilgan. Taranglashgan qo'llarni bir vaqtda keskin to'g'irlab ikki musht bilan to'pni urib yuborish bajariladi. Urish yuborish to'rgan joyda va sakraganda amalga oshirilishi mumkin. Sakrashda eng yuqori nuqtaga yetgan to'pni urib yuborish amalga oshiriladi. Yengilgina bukilgan oyoqlarga ko'nish bo'ladi.



50-rasm

### To'pni tepadan tashlash (51 a-rasm).

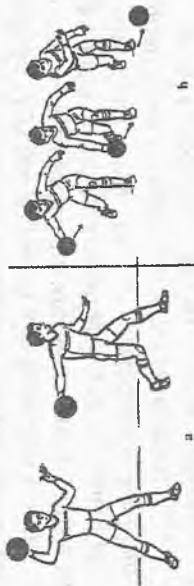
Bu to'pni o'yinga kiritish uchun keng qo'llaniladigan usul. To'pni sherigiga turli yo'nalishda, har xil oraliqda va yetarlicha aniq uzatishga imkoniyat yaratadi.

Dastlabki holat – qadam qo'yilgan holatda turish. Darvozabonning yarim bukilgan va ochilgan barmoqlari bilan kafida erkin yotgan to'pni ushlab turadi. To'p tirsak bo'g'inlarida bukilgan qo'lda tebratib, yon tomondan orqaga va yuqoriga bosh sathigacha ko'tariladi. Gavda ham shu tomonga buriladi. Tana massasi orqada ozgina egilib turgan oyoqqa

o'tkaziladi. Gvardani burilishi va orqada turgan oyoqni tez qo'lni to'g'irlash harakatini qilish kerak. Tashlash barmoqlarning shiddatli harakati bilan yakunlanadi.

### To'pni pastdan tashlash (51 b-rasm).

Dastlabki holat – oyoqlar yetarlicha bukilib qadam qo'yish holatida bo'ladi. To'pni tagidan barmoqlar bilan ushlab turgan qo'l pastga tushirilgan. So'ng darvozabon tebratish uchun qo'lni orqaga uzatadi va tana massasining oldinda turgan oyoqqa olib o'tadi. To'p bilan qo'l yerga parallel bo'lgan holda oldinga shiddatli harakatda bo'ladi. Gavda oldinga engashadi. To'p qo'lining uchiga tegishi bilan mo'ljal tomon intiladi.



51-rasm

### 1.8. FUTBOL O'YINI TAKTIKASI

Taktika elementlari. To'p oshirish – bu har bir futbolchining bir-biriga bog'lovchi harakati. Ular ko'pincha o'yin avjini aniqlaydi.

Masofa bo'ylab to'p oshirish – o'yinchini bir-biriga aloqada bo'lishga undaydi. Raqiblarning hujumidan ozod qiladi, katta bo'lmagan oraliqni yengadi. Yuqori aniqlikdan ajralib turadi. Qattiq zarbani talab qilmaydi. O'rta (10-20 metr) bunday to'p oshirish futbol o'yinida har tomonlama o'yin qoidasini hal qiladi. Yuqori cho'qqini egallagan bir paytda hujumchilarni almashtirish darvozabon xavfsizligini ta'minlaydi.

**O'yinchining bo'sh joyga ochilishi.** Bo'sh mintaqaning ichiga kirib to'pni olish uchun hujumchilar hech qanday qarshiliklarga qaramasdan ustalik bilan harakat qilishadi. Masofadagi o'yinchilarning asosiy vazifalari bunday harakatlarga to'sqinlik qilishdir. Bir qancha ochiq o'yinchini ko'rib chiqamiz.

1. To'satdan joydan chiqib ketish hamda raqibga chetga chiqish uchun vaqt ajratish. Agar hujumchining start tezligi juda yaxshi bo'lsa, unda bunday usul juda qulaydir.

2. Mohir ta'qibchi hech qachon raqibning qochib ketishiga osonlik bilan yo'l qo'ymaydi. Bunday vaziyatda startdan oldin yolg'ondakam harakat qilish kerak.

3. Agarda oddiygina fint bilan qanoat hosil qilishning iloji bo'lmasa, unda juda ustalik bilan yolg'on harakat qilish lozim. Haqiqiy yo'nalish esa o'yinda boshqa vaziyatda qo'llaniladi.

4. Raqibni har xil qiliqlar, ovozlar bilan chalg'itish kerak.

5. Ochilish o'yinchidan juda epchil, faol harakatni talab qiladi.

Sherigi bilan kelishilgan holda amalga oshiradi.

**O'yinning asosiy uslublari.** Asosiy uslub bu zamonaviy futboldir. Futbol – bu kombinatsiya, kombinatsiya – bu juft bo'lib yoki guruh bilan amalga oshiriladi. O'yinga yo'nalish kombinatsiya uslubi o'yinda qanday taassurot ko'rsatsa, masofada ham shu taassurotni ushlab turadi. Bunday uslubni qo'lga kiritish uchun kombinatsiya jarayonini juda yaxshi bilish kerak. Kombinatsiyali o'yin har bir o'yinchidan bir-birini tushunishni, o'yinda sheriklari bilan kelishib o'ynashni talab etadi.

**O'yin kombinatsiyasi.** Bo'sh joyga chiqish. Kombinatsiya (yurishlar majmui) futbol o'yinida juda ommalashgan vosita. U juda har tomonlama mohir bo'lib har bir maydonda har qanday o'yinchi bilan hujumga o'tib o'yinni yakunlaydi. Bo'sh joy tanlab turadi. Bulardan biri faol, ikkinchisi sustdir. Bo'sh sust joy raqibning oldida mavjud bo'ladi. Bo'sh joyga chiqish uchun qaysi paytda raqib bilan o'yinni boshlash kerak. Sherik to'p oshirishga tayyor bo'lganda o'yinni boshlash kerak. Bo'sh joyga chiqishdan oldin o'yinchi birona muvaffaqiyatga ega bo'ladigan harakatni qilishi kerak. Yugurishdan oldin raqib bilan yaqinlashib o'yin masofasini bo'sh joyda ushlab turishi kerak.

**Devor.** Bu hujumda juda katta ahamiyatga ega bu kombinatsiyadir. Bu kombinatsiya har bir o'yinchidan bir-birini tushunish, o'yinda texnik mahoratni talab etadi. To'pga ega bo'lgan o'yinchi raqibi bilan shunday masofada bo'lishi kerakki o'yinchi bo'sh joyda to'p oshirgandan so'ng raqibdan oldin bo'sh joyga yetib borishi kerak. Agar hujumchi tekzor bo'lsa raqibi bilan orasidagi masofa ikki metrni tashkil qiladi. Agarda raqib tekzor bo'lsa unda bir yarim metr masofada bo'lishi kerak. Raqib bilan yaqin masofaga kelganda kuchli zarb bilan to'pni sherigiga raqibning oyog'idan uzoq bo'lgan masofaga uzatish kerak. Sheriklar orasidagi masofa 8-10 m o'yinda to'p oshirish o'z vaqtida tezkorlik bilan oshirilishi kerak.

**Chalg'itish** – bu samarali kombinatsiya. Uning asosiy usullari sheriklardan qaysi birida to'p bo'lsa unda u ustalik bilan bir-biriga

oshiradi. Chalg'itish paytida raqiblar to'p kimda bo'lishini bilmaydilar. Chalg'itish bu tik chiziqli. Futbolchi o'zining vasiysi bilan maydonni ko'ndalang kesib o'tib to'pni sherigiga oshiradi.

**Qalbaki chap berib o'tish.** Raqibdan oldinga chiqib olish va oldinga o'tib olish imkoniga ega qalbaki chap berib o'tishning asosiy vazifasi to'rgan raqibni olib ketib doirani haqiqiy chap berib o'tgan o'yinchiga bo'shatib berish kerak. Qalbaki chap berib o'tish zamonaviy futbolda mustahkam o'rinni va haqiqiylik bilan birga uyg'un negiz rejasini tuzadi. Qalbaki chap berib o'tishning bajarilishi har xil yo'nalishda bo'ladi. Qalbaki chap berib o'tish qalbaki chap chun foyda keltirmaydi. Raqibni qalbaki chap berishga ishonitirish uchun uning diqqatini o'ziga tortib sekin harakat qilish kerak. To'pni to'pni uzatish tuzilishi oddiy tartibda. Bunda to'pni sherigi oyog'i ostiga o'tkazadi. U to'pni chaqqonlik bilan yonidagi sherigiga o'tkazib yuboradi. To'p o'yinchiga kelayotgan paytda u har qanday vaziyatda shay bo'lib turishi kerak.

**O'ziga xos yakka o'yin usuli.** Bu usul futbol o'yinida kam tarqalgan, lekin ayrim hollarda juda keraklidir. Ayniqsa, darvozaga hujum uyushtirilganda bu usulda (driblerlar), o'ziga xos mohir aldovchilar mohirlik bilan aldad o'tishadi, yana to'pni tezkorlik bilan olib yurish, tezlik bilan tezlik olish o'zining maydonida raqibni ustunlik bilan safga tortish 50-60-yillarning mohir ustasi jahon futbolida Braziliya terma jamoasi hujumchisi Gorringadir. Uning mohirligi shu darajada bo'lganki, u har qanday tezlikda to'pni oyog'ida bemaolol ushlab turgan. Uni o'yinda birga-bir bo'lganda hech kim uni to'xtata olmagan. Shuningdek, hozirgi XXI asr futbolida ham bor. Ular Ronaldo, Rivaldo, Geynrix, Shevchenko va boshqalar.

**Joyni almashtirib o'ynash.** Raqiblar darvozasiga qanchalik yaqin hujum boshlansa o'yinda vasiylikdagi o'yinchilar o'zlarini jamoalarini otaliqqa oladilar.

Bu holda hujumchiga bo'sh joyga chiqib olish juda qiyin. Shuning uchun ular raqibni adashitirib, bo'sh joyga o'tib oladilar va bir-birlari bilan ustalik bilan o'rin almashadilar. Bunday o'rin almashish hozirgi paytda hech kimni ajablantirmaydi. Vaqtinchalik o'rin almashish keyinchalik o'yin usuliga aylangan. Ko'p hollarda himoyachi va yarim himoyachilar ko'pincha gollarni urishgan. Bunday usullarda o'ynagan futbolchilarning texnik usullari moddiy saviyasi ko'tarilgan.

**Turli xildagi masofa.** Turli xildagi masofa-birikish demakdir. Bu yerda chap masofa usuliga muvofiq shaxsiy birikish hamda doiraviy usul haqida ketmoqda. Biron bir maqsadni ko'zlab qilingan harakat birikish

usulining kirib kelishi "Dubl-VE" usuli 50-yillarda taniqli murabbiy Boris Arkadev tomonidan vujudga kelgan. O'yinda hujum paytida joy almashish usuli juda qulay maydonda zarbani mustahkamlashni ta'minlaydi. Turli xildagi mudofaa usulini qo'llash har bir himoyachi uchun qulay vaziyat.

**Yakkama-yakka harakat taktikasi.** Asrlar davomida futbolning rivojlanishida taktika usullari bir necha bor o'zgarib kelgan, eskilar ketib yangilar kelgan. Oldin ularning atalishi har xil bo'lgan (besh chiziqqa "Dubl-VE") keyinchalik ularni oddiy matematika tilida atashgan (1q 4q 2q 4; 1q 4q 4q 2; 1q 4q 3q 3) bu sonlar o'yinchilarning qanchaligini har xil chiziqdaligini anglatadi. Darvozabon har doimgidek o'yin davomida darvozani qo'riqlashi kerak, himoyachilar esa samara bilan darvoza mudofaasini va u yerga hech kimni yaqinlashtirmasliklari lozim. Yarim himoyachilar o'zlarining darvozalarini qanchalik himoya qilsalar shu harakat bilan raqiblarning darvozalariga qarab hujum uyushtirishadi. Hujumchilar esa chaqqonlik bilan raqib darvozasni ishg'ol qiladilar. Futbolning tarixi hujumga va zarbaga qarshilik ko'rsatadi. Agar mudofaada asosiy namuna asosida himoyachilar hisobini ko'paytirish kerak bo'lsa, unda hujumga o'tgan jamoalar murabbiylar futbolchilar yangi usullar vositalar qo'llaydi. Yarim himoyachilarning faol hujumlari bilan jamoada birinchi o'rinda kuch quvvati oshib boradi. Paxtakor jamoasining yarim himoyachisi Andrey Yakubik 1982-yilning eng yaxshi to'p urgan o'yinchisi. Uning hisobida (23 ta to'p). Yillar o'tib futbolchilarning taktikasi oshib bordi. Endi jamoa o'yinchilari o'zlarining taktika bilimlarini o'z joylaridan tashqari, boshqa joylarda ham ko'rsatishlari kerak.

Shunday qilib, yakka harakat taktikasi o'yini futbolchining maqsadga muvofiq bo'lgan harakatini nazarga oladi. Ayrim hollardagi turda yakka tartibdagi o'yin harakatida raqibni biriktiradi, keskinlik bilan o'yin harakatiga chek qo'yadi, tashabbuskorlikni namoyon qiladi, hujum paytida o'yinni kuchaytiradi.

### **1.9. JAMOADAGI O'YINCHILARNING MAJBURIYATLARI VA TAKTIK VAZIFALARI**

**Darvozabon.** O'yin mobaynida uning asosiy vazifasi darvozani mag'lubiyatdan qutqaradi. Darvozabon to'g'ridan-to'g'ri o'yin maydonida yanada kam jarima maydonida bo'ladi. Darvozabon juda epchil va chidamli bo'lishi kerak. Chunki uning yiqitishi, sakrashi, to'pga otilishi, tez o'rnidan turib, o'z joyini o'zgartirishi kerak.

**Asosiy taktika majburiyatlari.** Darvozabon o'yin qoidasini va jamoa o'yinchilarining asosiy taktikasini yaxshi bilishi kerak. O'yin oldidan taktika rejasini o'zlashtirish lozim. Darvozabonni asosiy joyi darvoza chizig'idan 20-30 sm oldinga chiqa olishi. Darvozabon darvozasidan chiqishi bilan maydonda to'plardan o'q yog'dirish kamayadi. Ko'pgina hollarda darvozabonga to'pga ega bo'lib, uni tutib olish kuzatiladi. Hujummi qaytarish mobaynida yaqin masofadan to'pni qabul qilish paytida raqib halaqit beradi va bu holatda to'pni ilib olish xavfli to'pni chetga chiqazib, raqibni to'pga ega bo'lishidan mahrum qiladi. Agar darvozabonda to'p darvoza tomon uchib kelayaptimi yoki darvoza yonidan o'tib ketadimi degan shubha yuzaga kelsa, sakrab to'pni ilib olishi kerak.

Darvozabonda o'yinda ko'pincha raqib o'yinchi bilan birga-bir chiqib qolish paytlari paydo bo'ladi. Bunday paytda darvoza oldida turishi raqibni darvozaga to'p kiritishiga imkon yaratadi. Shunda darvozabon raqib bilan birga to'p uchun kurashishi kerak. Raqib juda tezlik bilan to'pni surayotganda darvozabon juda jadal harakatda bo'lishi, to'pni ko'zdan qochirmasligi kerak. Raqiblarning hujumlarini kuzatgan holda va har bir sherigining joylashuvini baholash bilan birga darvozabon o'zining buyrug'i bilan o'yin vaziyatiga tuzatish kiritadi. Darvoza mudofaasini boshqarishda darvozabon javobgarlikni o'z zimmasiga oladi. Himoyachilar uchun eng xatarlisi darvozabon 17-22 metrdan bo'lgan jarima zarbalari. Bunday vaziyatda darvoza mudofaasini mustahkamlash uchun darvozabon darvozaning yarim qanotini himoyalash uchun "devor" qo'yadi, qolgan himoyachilarni to'g'ri kelgan zarbadan himoya qiladi.

**Himoyachilar o'yini.** Yuksak darajadagi zamonaviy futbolda himoyachilarning harakati o'zlarining darvoza chiziqlaridan raqiblarning darvoza chiziqlarigacha cho'ziladi. Ularning asosiy harakati o'zlarining maydonlarida, ya'ni raqibining darvozaga hujum qilishidan iborat. Shunday qilib, himoyachilar yuqori balandlikka, yugurish tezligiga ega bo'lishlari kerak. Tez balandga sakrovchi va epchil bo'lishi kerak. Qanot himoyachi, bu o'yinchi chiziq mudofaasida, qanotdagi joyni egallaydi. Uning asosiy vazifasi, vositadagi o'yinchining oldini to'sib, sherigini himoyalab, jamoasi uchun faol qatnashib harakat qilish kerak.

**Asosiy taktik majburiyatlari.** Agar (подопечный) vasiylikdagi o'yinchi to'p doirasida bo'lsa va sherigidan aniqlik bilan to'p uzaytirilsa, unda qanot himoyachi uning oldini to'sishi kerak. Oldi to'silgan o'yinchiga uning to'pga ega bo'lgan sherigi o'yinga qiziqishi susayadi. O'yinchining oldini to'sgan himoyachi vasiyga qarshi ikkita imkoniyatga ega bo'lishi kerak. Bo'sh joyga chiqib olish hamda zo'r intilish bilan

to'pni oyog'i ostiga olish kerak. Bunday maqsad bilan hujumchi ham qarshilik ko'rsatishi kerak.

Himoyachining qo'pol xatosi vasiyni bo'sh joyga chiqib olishiga imkon berishi, bunday holatda mudofaadagi o'yinchi raqibiga yetib olishi lozim. Agar u tez yugursa, u holda to'pni raqib oyog'iga uzaytirish mumkin emas.

Burchakdan oshirilgan to'pni qanot himoyachi o'z joyini egallab, darvozabonga yordam berib, yaqin burchakni himoya qilishi kerak. Qanot himoyachi, eng avvalo, mudofaa ishini bajarishi uchun da'vat etilgan zamonaviy futbolda himoyachining ish vazifalari shiddat bilan qamraymoqda.

Markaziy himoyachining asosiy vazifalaridan biri markaziy hujumchini oldini to'sishdan iborat.

Darvozabondan keyingi mas'uliyatli lavozim, markaziy himoyachi baland bo'yli, tezkor, kuchli, epchil bo'lmog'i lozim. Yuqori sifatli texnik mahoratga ega bo'lishi kerak. To'pni oyog'i va boshi bilan qaytarishni juda yaxshi bilishi kerak. Asosiy taktika majburiyatlari hujumchi ustalik bilan aldash yo'liga o'tsa uning oldini to'sish qiyinlashadi. Jarima to'pi tepilganda markaziy himoyachi o'zining darvozasi oldida devor bo'lib turmay, balki raqibning oldini to'sib, xatarli joyni egallashi lozim. Raqib to'pni darvozaga oshirsa himoyachi o'z darvozasi tomonga o'tib, himoyaga o'tishi kerak. Raqibning hujumi barbod bo'lganda markaziy himoyachi o'zining sheriklari bilan raqibni markaziy maydon o'rtasiga siqib boradi. To'pni tanlashda himoyachi o'zini raqib tomondan aldashiga yo'l qo'ymasligi shart.

**Yarim himoyachilarning o'yni.** Yarim himoya chizig'i futbol jamoalari uchun juda muhim. Bir angliyalik murabbiy: "Aytib ber, yarim himoya chizig'i qanaqaligini aytib bersam, men sening jamoang qandayligini aytib beraman" degan edi. Yarim himoya atamasi o'yinchilarning asosiy vazifalaridan biri. Yarim himoyachilar shunday bo'lishlari, ya'ni mahoratli, jonkuyar, intiluvchan va chaqqon, baquvvat bo'lishlari kerak. Ularning o'yin doirasi-darvozadan to darvozagacha, ular uchun dam olish faqat tanaffus paytida yoki o'yin tugagandan so'ng dam oladigan yarim himoyachilar bo'lishlari lozim.

**Asosiy taktika majburiyatlari.** Yarim himoyachilarning asosiy majburiyatlaridan biri o'yin mobaynida faollik, g'ayratlilik bilan kurashish.

Hujum mobaynida bunday o'yin kombinatsiyali uslubni tuzatish kerak, masofada esa raqibning faol kuchi tartib-intizomni mustahkamlaydi.

Jamoalarning hujumi va qayta hujumida yaxshi tashkilotchi bo'lishi uchun to'pni o'z vaqtida sheriklariga oshirish kerak. Birinchi o'rinda hujum uchun o'tkir qurolli qulay joyni egallash kerak. U bir qolipda kombinatsiya uyushtiradigan va o'yinda faol qatnashib, hamma ishini bekam-u ko'st bilishi kerak. Qachon to'p hujum chizig'ida tursa, doimo xushyor turishi kerak. Chunki bu paytda hujumchilar qatoriga qo'shib, orqa tomondan hujumni ushlab turishi kerak. Maydon o'rtasida raqibga yon tarafdan to'p uzatiladi. Burchakdan to'p uzatilganda hujumchining orqa tomonini mustahkamlab, to'pni raqibdan olib, imkon qadar darvoza tomon yo'naltirish kerak. Hujum barbod bo'lganda o'z vaqtida tezlik bilan mudofaani o'zgartirish vasiy oldini to'sib, qayta hujumda ishtirok etishiga yo'l qo'ymasligi kerak. Raqibning yon tomondan qilingan hujumida yarim himoyachi aylana himoyalaniшни ishlatadi. Yosh futbolchilarni ogohlantirib qo'ymoq lozim. Agar yarim himoyachi to'pni uzoq vaqt ushlab tursa (ko'pincha aldab o'tsa, raqiblarni chalg'itish, qisqa, ko'ndalang uzatishlar) maydonni yomon ko'rish, chidamsizlik qilsa, unda o'nga o'yinni davom ettirish mumkin emas.

**Hujumchilarning o'yini.** Hujumchilarning jamoa uchun asosiy maydonni yorib o'tuvchi, qattiq zarba beruvchi, samarali o'yinchilar hisoblanishadi. Hujumchilar orasida harakatchan o'yinchilar ko'p. Asosan ular qoida bo'yicha gol uruvchilar hisoblanishadi. O'yinning chiroyli o'tishi ham ko'pincha ular ishtirokida o'tadi. Ularning chiroyli oldinga intilishlari, ustalik bilan aldab o'tishlar, ayyorlik kombinastiyalari, darvozaga chiroyli gollarni kiritishlari tomoshabin tomonidan olqishlarga sazovor bo'lgan hujumchilar hamma vaqt o'yin taqdirini hal qilib kelishgan. Turnirlarda musobaqalarda ularning tutgan o'rni doimo yuqori baholangan. Shuning uchun yulduzlar orasida jahon futbolida hujumchilar doimo ko'p bo'lgan.

**Qanot hujumchilar.** Jahon jamoalarining yetakchi o'yinchilariga bunday qobiliyatlari uchun katta e'tibor berilgan.

Asosan qanot hujumchilar asosiy vaziyatda hujumni kuchaytirishadi. Mudofaadagi raqiblarni o'yindagi ishtirokini qiyinlashtiradi. Qanot hujumchilar o'yinni katta kuch bilan hujum qilish jarayonini kuchaytiradilar.

**Asosiy taktika majburiyatlari.** Faol ishtirok etish uchun, eng avvalo, qanot hujumchilarning bir qancha holatlarini ko'rib chiqamiz.

a) agar raqib to'p bilan darvoza oldida qanot hujumchining o'mida bo'lib, to'pni yo'qotib qo'ysa, unda hujumchi dastlabki holatda bo'lishi lozim. Hujumni uyushtirish yoki o'zining darvozasi oldida asosiy hujumga

o'tishni ta'minlaydi. Qanot hujumchining dastlabki holati himoyachilarning harakatiga bog'liq. Hujumni yoki asosiy hujumni uyushtirishda raqibning mudofaasini yorib o'tish vaziyatini izlab topish kerak. Qanot hujumchining to'p bilan darvoza chizig'iga yon chiziqdan jarima maydoni o'z ichiga raqibning darvozasi uchun katta xavfsizlikni yashiradi. Bunday vaziyatda qanot hujumchi o'z sherigiga to'pni oshirish imkoniyatiga ega, oyoq ostiga tepilgan to'pni ilib olganda tezkorlik bilan aylanib himoyachilar bilan yuzma-yuz bo'lib, hujumga o'tishlari kerak. Har qanday qanot hujumchining to'p bilan qanchalik tezkorlik bilan markaziy maydonda hujumni davom ettirishi uch variantdan iborat. To'pni olib qochish, sherigining oldinga yoki orqaga samarali yurishi. Himoyachi to'p bilan oldinga tashlanganda qanot hujumchi uning o'rniga qaytib, uning vazifasini bajarib turishi shart.

**Markaziy hujumchi.** Hujumchilar orasida markaziy hujumchi eng jonkuyar, ko'zga ko'ringan hisoblanadi. Ko'pincha o'yinda u eng ko'p to'p uradi. Grigoriy Fedotov va Boris Kapadze, Sergey Solovev va Vasilii Korstov, Eduard Strelstov va boshqalar. Bular qatoriga yana jahon futbolining qiroli Pele (Braziliya), gerd Myuller (GFR), Goleleu Lautona (Angliya), Eysebio (Portugaliya).

Markaziy hujumchi o'z raqibi bilan yakkama-yakka o'z kuchlarini sinagan holda kurashishlari kerak.

**Asosiy taktika majburiyatlari.** Markaziy hujumchining asosiy vazifalari unchalik katta emas. Lekin shunga qaramay har qaysi o'yinga futbolda o'z fazilatlarini ko'rsata bilishlari lozim. Markaziy hujumchining bir nechta dastlabki holatlari mavjud.

1.Oldinda himoyachining oldida vaziyat o'yindan tashqari holat: bunday vaziyatda hujumchi erkin hujumchining orqa tomonidan turib, har qanday to'p oshirishni ishga solish kerak.

2.Hududdagi oldindagi markaziy himoyachi maxsus o'yinchidir. O'zining jamoasining hujumini tashkil qilib, uning yuksalishini rivojlantirishni, hujumchi har xil yo'nalish bo'yicha yuqori natijaga ega bo'lib, sheriklari uchun hududni bo'shatib, o'yin uchun sharoit yaratib beradi.

3.Yarim himoya chizig'idan orqaga chekinish. Bunday holatda markaziy hujumchi juda yaxshi o'yin olib borishgan. Bular jumlasiga Moskvaning Spartak jamoasidan Yuriy Gavrilov. U nozik fikrlovchi va yuksak taktikaga ega bo'lgan o'yinchi, jamoaning bosh to'p bilan ta'minlovchisi erkin holatdan to'pni ushlab sherigining vaziyatini tushungan holda o'ynaydi.

**Hujum.** O'yin uch qismdan iborat bo'ladi: 1) hujumchilar; 2) mudofaalar; 3) hujum fazasidan mudofaaga o'tish. Hujum ikki xil ko'rinishda bo'ladi. Hujum va asosiy hujum. Ularning orasidagi muhim farq boshidan ma'lum. Vaqt o'ylab qo'yilgan ishda asosiy vositachi. Xuddi vaqtning o'zi hujumchining tezligini aniqlab beradi. Hujumda uch bosqich bilan ajralib turadi. O'yinni uyushtirish, yuksalish, tugatish. O'yin qoidasi buzilganda yoki to'p maydon tashqarisiga chiqib ketgandan so'ng to'p o'yinga jariina yoki erkin zarba bilan kiritiladi.

Birinchi o'yinda to'pni maydonga o'yinchilar qo'llari bilan oshirishadi. Ikkinchi o'rinda hakam to'pni o'yinga kiritishi mas'uliyatli lahza. Hujumning buzilishi to'pni o'z vaqtida uzatmaslikka olib keladi. Hujum uyushtirilganda raqibni shoshirib qo'yish qiyin bo'ladi. Mudofaa holatini egallash uchun ular doimo vaqt topadilar. Ayrim hollarda hujumni tezkorlik bilan boshlash kerak. Chunki raqiblar joyini mudofaa uchun egallamasliklari lozim.

To'p saralash raqib tomonidan xatoga yo'l qo'yilganda asosiy hujum vujudga keladi. Asosiy hujumni uyushtirganda vaqtning bahosi asta-sekin ortib boradi. Tez uyushtirilgan asosiy hujum raqibni qiyin ahvolga solib qo'yadi. Chunki unda qarshi harakatga vaqti qolmaydi.

**Jarima to'pi va erkin to'p tepish.** Qo'pol va dahshatli o'yin o'zining jarima maydonidan darvozaga xavf-xatarni kuchaytiradi. Aniqlik hisobchilarning tasdiqlashi bo'yicha Jahon chempionatlarida 40% gollarni (standart) bir qolipdagi ahvolda kiritgan. Ko'pincha jarima to'pi tayinlansa, himoyachilar darvoza oldida devor bo'lib turishadi. Bunday vaziyatni yengib o'tish, faqat epchil, to'pni o'z vaqtida uzatishga qodir futbolchi egallaydi.

Darvoza oldida turgan devorni bartaraf qilish uchun bir qancha standart kombinatsiyalarni bilish lozim.

1. Eng oddiysi-shiddatli qisqa zarba bilan darvoza oldidagi devordan oshirib darvozaning burchagiga qarab to'pni tepib kiritish ko'pincha bunday paytlarda raqib osonlikda qarshilik ko'rsatadi.

2. Zarba uchun dastlabki holatda ikki o'yinchidan bittasi u yoqdan bu yoqqa yuguradi, lekin to'pni tepmay, u bilan yonma-yon yugurib boradi. Dastlabki holatga qaytib kelgandan so'ng aldash sababini tushuntiradi. Bu vaziyatdan foydalangan sheriklardan biri qisqa uzatish qiladi, uchinchi o'yinchi darvozaga qarata to'pni tepadi.

3. Jamoaning ikki o'yinchisi devorning ichki qismiga saflanib turishadi. Himoyachilarning darvozaboni darvoza ustunidan uzoqlashib, zarba tepilgan to'pni ilib olish uchun harakat qiladi.

bo'ladi, negaki raqibning qo'shimcha qiyinchiliklarga olib keladi. Bunday sharoitda yakka tartibdagi hujum oxirgi bosqichda foydali. O'yinchilarning bunday harakati ommaviy hujumga qaraganda samarali.

Markaziy hujumda hamma hujumchilar ishtirok etishlari va markaziy himoyachilar ham bu o'yinchilarning biri sust harakatda bo'lib chalg'itadi, boshqalari esa chaqqon harakatda bo'lishadi. Hujumni tashkil qilishda himoyachi va yarim himoyachilarning o'zaro katta. Ko'pincha markaziy hujumchiga qarshi oldindagi markaziy himoyachi o'ynaydi.

Uning orqasidan ikkinchi markaziy himoyachi vazifasiga markaziy hududni va oldindagi himoyachini muhofaza qiladi. Markaziy maydonda hujum avjiga chiqqanda, erkin markaziy hujumchi faol o'ynay oladi. Biroq qalbaki aldamchi harakatlar bilan markaziy hujumchi jamoa uchun ko'p natijalar qilishi mumkin. O'zining ta'qibchisi bilan erkin himoyachining hududi ichiga kirib boradi. U erkin hudud yaratib, sheriklaridan birontasi bostirib kuchlar tengligini yuzaga keltiradi (2:2). Mudofaani yorib, zarba berish hududini ko'paytiradi, hujumchilarning hamma harakati markazdan hujumning yuksalishi sonlarning tengligini ta'minlashi kerak.

**Mudofaa.** Mudofaa uch bosqichdan iborat: boshlang'ich, o'rta, yakunlovchi.

Boshlang'ich bosqich to'pni o'zinga kiritishda yoki o'yin buzilganda va jamoaning mudofaaga o'tishi bilan yuzaga keladi.

O'rta bosqich hujum boshlanishida, oxirgi bosqich darvoza yaqinida jamoa to'pni yo'qotishi bilan himoya boshlanadi. Himoyalanshidan maqsad, raqib jamoadan to'pni olib hujumni rivojlantirish, uni yakunlash. Yakka himoya bu guruh bilan yoki jamoa bilan bo'ladi. Raqib futbolchiga xalaqit berib, harakat qilib to'pni olish. Yakka himoyachining vazifasi raqib futbolchini ta'qib qilib undan to'pni olib qo'yish. Guruh himoyachilarni – guruh hujumchilarga ikkitadan to'rttagacha himoyachilar joylashtiradi. Guruh himoya o'yinchilarning bir-birlari harakatlarini tushunib, o'ynashdan iborat. To'p oldirib qo'yilishi bilan o'yinchilar joylariga qaytishadi. Jamoa markazda, qanotda va butun maydon bo'ylab himoyalaniishi mumkin.

**Markaziy mudofaa yo'nalishi.** Mudofaaning markaziy maydonida futbolga katta ahamiyat beriladi. Bunday yo'nalish bo'yicha raqib darvozaga xavf tug'diradi. Bunday vaziyatda eng samarali butun maydon bo'ylab to'plardan zarba berish. Mudofaaning markaziy yo'nalishidagi hujumning asosiy vazifasi, markaziy o'yinchilarning-himoyachilarning yarim himoyachilarning, hujumchilarning zimmasiga tushadi. Mudofaaning birinchi bosqichida katta qiyinchilik markaziy hujumchiga

**Burchakdan to'p tepish.** Burchakdan bo'lgan zarba zamonaviy kombinatsiya bo'lib kelgan. Burchakdan har xil zarbalar qilish mumkin. Pastdan, yuqoridan yoki sherigi yordamida to'pni bir-biriga tez uzatib darvozaga tepishlari mumkin. To'p tashlashda juda oddiy kombinatsiyani qo'llasa bo'ladi. Sheriklar 7-10 metrdan bo'lgan masofadan foydalanishadi. Sherigidan boshiga yoki oyog'iga to'pni ilib olganda shu zahoti to'pni qaytarib, o'zi bo'sh hududga o'tib olishga harakat qiladi. Bitta o'yinchi yon tomon vaziyatini egallaydi (8-10 m).

Ikkinchisi xuddi shu masofada bo'lgan hududni egallaydi.

Xulosa qilib aytganda, har bir burchak to'pidan unumli foydalanish maqsadga muvofiq.

**Hujumni oxiriga yetkazish.** Hujumning tugash bosqichi hujumda jamoa uchun juda muhim va qiyin davr. Bu bosqich o'yinchilarning faolligi, texnologik kuchlilikini ta'riflaydi. Taktikaga asoslangan bilimi, texnika fazilatlarini, o'yinchilarning epcilligini juda ko'p narsani hal etadi. Darvozaga yo'naltirilgan zarba hujumning xotimasi. Darvozaga tepilgan bitta aniq zarba hujumga yakun yasaydi. Darvozaga yo'naltirilgan zarba o'yinchilar va jamoa uchun juda muhim ahamiyatga ega. Har bir gol jamoani g'alabaga yaqin qanday mag'lubiyatni tan olishni bilish kerak. Har bir o'yinchining o'zining hududi bor, shu hududdan u darvozani ishg'ol qilishi mumkin. To'pni raqib darvozasiga yo'naltirish uchun jamoa bu bellashuvda o'z kuchlarini kuchaytirishlari kerak. Shuning uchun to'pning qadriga yetib darvozaga to'pni nishonga olishda xatoga yo'l qo'yimaslik kerak.

**Qanotdan hujum qilish.** Qanotdan hujum bir qancha ustunlikka ega. Ular kuchlarning birligi bilan hujumning boshi yoki hujum ketayotgan paytda o'zining yarim maydonidan raqibning erkin markaziy hujumchisi o'z hududini tashlab ketishga jur'at qilolmay o'z xavfsizligini ta'minlaydi. Qanot hujumchi o'yinchilari tezkor, ular uchun mudofaani yorib o'tish hech qanday qiyinchilik tug'dirmaydi. Qanot hujumchining o'z vaqtida o'zi aytgan joyiga chiqishi himoyachining xatti-harakatiga bog'liq. Ko'pincha qanot hujumchining asosiy joylashuvi markaziy va yon chiziqlarni kesib o'tadi. Ta'qibchining hujumiga kirib kelishi qanot hujumchining o'z mudofaasiga tortib oladi. Bunday vaziyatda asosiy hujum paytida yana bitta raqib paydo bo'ladi.

**Markaziy hujum qilish.** Hujumni markaziy yarim maydondan olib borish yon qanotdan hujum qilishdan qiyin. Bunday kurash yo'nalishi ortiqcha o'yinchining raqibi erkin markaziy himoyachi bilan mustahkamlanadi. Markazdagi hujum tugash bosqichida juda zerikarli

tushadi. Chunki unga ikkita markaziy himoyachiga qarshi kurashish kerak bo'ladi. Agar hujumda ikkila raqib ham kuchli bo'lsa, unda unga juda qiyin bo'ladi. Raqibning hujumi va darvozaga yaqinlashishi mudofaani soni bilan mustahkamlaydi. Hujumchilarning hujumi va raqiblarning mudofaasi torayadi, mudofaada himoyalarni kuchayadi. Har doim ham ikkita markaziy himoyachiga qarshi bitta hujumchi o'ynay olmaydi, unga qanot tomondan sherigi yordamga keladi. Bunday paytda markaziy himoyachilar to'pni surib borayotgan o'yinchiga qarshi harakat qiladilar. To'pni erkin raqibga oshirgan paytda uning himoyachisi zudlik bilan uni qurshab olishi kerak. Ikkinchi himoyachi ham shu asnoda sherigi qanday ishtirok qilgan bo'lsa, shunga qarab ish tutishi shart.

### **Bob bo'yicha nazorat savollari**

1. Futbol o'yinining tarixi va rivojlanishi qanday?
2. O'zbekistonga futbolning kirib kelishi va rivojlanishi haqida mulohaza yuritng.
3. Futbol o'yin maydoni o'lchamlarini bilasizmi?
4. Futbol to'pining o'lchamlari qanday bo'ladi?
5. Futbol musobaqalarini tashkil qilish va o'yin qoidalarini bilasizmi?
6. Hakamning huquqi va majburiyatlari haqida fikringiz.
7. Xalqaro yig'in qarori nima?
8. O'yin davomiyligi, o'yin vaqti, taymlar oralig'idagi tanaffuslar haqida bilasizmi?

### **Bob bo'yicha adabiyotlar**

1. Нуримов Р.И. Ёш футболчиларни техник ва тактик тайёрлаш. Ўқув қўлланма. Тошкент. 2005.
2. Футбол. Дарслик Р.А.Акрамовнинг умумий таҳрири остида. Тошкент, ЎзДЖТИ нашриёти. 2006.
3. Футбол. Учебник. Под об.ред. Р.И.Нуримов. Ташкент. 2005.
4. Футбол. Теория и практика, методы и средства. П.Черепанов. Алма-ата. 1998.
5. Кошбахтиев И.А. Управление подготовки футболистов. Ташкент. 2001.
6. Маҳкамжанов К.М. ва бошқалар. Футбол ўйини техникаси. Тошкент. Республика таълим маркази. 1999.

## II BOB. VOLEYBOL

### 2.1. VOLEYBOL O'YINING KELIB CHIQISHI VA RIVOJLANISH TARIXI

Voleybol 1895-yilda Amerika Qo'shma Shtatlarining Massachusets shtatidagi Xoliok shahrida yosh xristianlar ittifoqining jismoniy tarbiya bo'yicha rahbari, pastor Uilyam J.Morgan tomonidan yaratilgan. U voleybol o'yinini oddiy, ko'p mablag' sarflamasdan tashkil etishni ko'zda tutgan.

1896-yilda Springfield shahridagi kollej direktori, doktor Alfred Xalsted bu o'yinga «voleybol» deb nom berdi. «Voleybol» inglizcha so'z bo'lib, o'zbek tilida «parvoz qiluvchi to'p» degan ma'noni bildiradi.

1896-yilda tatbiq etilgan ba'zi bir o'ym qoidalari quyidagicha edi:

1. Maydon chegaralari 7,6x15,2 m
2. To'urning o'lchamlari 0,65 x 8,2 m, balandligi 195 sm
3. To'pning vazni 252-336 gr, aylanasi 63,5-68,0 sm
4. O'yinchilarning soni chegaralanmagan va hokazo.

1895–1920-yillar voleybol o'yini rivojlanishining birinchi bosqichi hisoblanadi. 1920-yildan boshlab maydon o'lchamlari 9x18m qilib belgilandi.

O'yinning boshqa davlatlarda vujudga kelishi va rivojlanishi quyidagicha:

1900-y. – Kanada, 1906-y. – Kuba, 1909-y. – Puerto-Riko, 1910-y. – Peru, 1917-y. – Braziliya, Urugvay, Meksika, Osiyoda 1908–1913-yillar – Yaponiya, Xitoy, Filippinda, 1914-y. – Angliya, 1917-y. – Fransiya.

Voleybol 1920–1921-yillarda O'rta Volga (Qozon, Nijniy Novgorod) hududlarida tarqala boshladi. 1922-yildan boshlab voleybol Vseobuch (Umumiy harbiy tayyorgarlik) tarkibiga kiritildi.

Moskvada voleybol bilan muntazam shug'ullanishga san'at va teatr vakillari kirishdilar. 1923-yilda tashkil etilgan «Dinamo» jamiyati sportning boshqa turlari bilan bir qatorda voleybolni ham targ'ib qila boshladi.

Xuddi shu yillarda voleybol Uzoq Sharqda – Xabarovsk va Vladivostokda paydo bo'ldi. 1925-yildan esa Ukrainada ham rivojlana boshladi.

Jahon voleybol tashkilotlari o'z oldilariga mamlakatda voleybolni ommalashtirish, tarbiyaviy ishlarni kuchaytirish, texnika va taktikani

mukammallashtirish, o'yinchilarning har tomonlama jismoniy tayyorgarligini yuksaltirish kabi qator vazifalarni qo'ydilar.

Voleybolning keng ommalasha borishi musobaqalarning yagona qoidalarini ishlab chiqish zaruriyatini o'rta qo'ydi. Jumladan, 1925-yilning yanvarida Moskva jismoniy tarbiya kengashi voleybol bo'yicha musobaqalarning birinchi rasmiy qoidalarini tuzib, tasdiqladi. To'rtinchi yilning balandligi – ayollar uchun 2 m 20 sm va erkaklar uchun – 2 m 40 sm qilib belgilandi. Ayollar jamoalarida o'yin 15x7,5 o'lchamli maydonchada o'tkaziladigan bo'ldi.

1926-yilda Moskvada yangi qoidalar asosida birinchi musobaqalar o'tkazildi. 1927-yildan voleybol bo'yicha Moskva birinchiligi muntazam ravishda o'tkazila boshladi.

Voleybol bo'yicha ilk adabiyot 1926-yilda paydo bo'ldi va u «Voleybol va mushtlar jangi» deb nom olgan edi. Uning mualliflari S.V.Sisoyev va A.A.Marku edi.

Shu yillarda voleybol faqatgina Moskvada emas, balki Ukrainada, shimoliy Kavkazda, Kavkazortida, Uzoq Sharq va O'rta Volga o'lkalarida ham keng tarqaldi.

1928-yilda Moskvada doimiy hakamlar uyushmasi tashkil etildi.

Voleybol taraqqiyotida maktab o'quvchilarining spartakiadasi ham (1929) katta ahamiyatga ega edi. Bu spartakiada qatnashchilaridan ko'pchiligi keyinchalik voleybol ustalari bo'lib yetishdilar.

Shaharlararo musobaqalar soni anchagina ortdi, bu esa turli texnik usullarning paydo bo'lishiga, voleybol taktikasining rivojlanishiga, o'yinchilar jismoniy tayyorgarligining o'sishiga olib keldi. Shu davrda o'yinchilar maydonga to'pni kuch bilan kiritish, aldov zarbalari usullarini keng qo'llay boshladilar, uzatish texnikasiga e'tibor berdilar, himoyaning ahamiyati ortib o'yin tezkor, shiddatli bo'la boshladi, natijada o'yinchilarning harakatchanligiga talab oshdi.

Voleybolning ommaviy rivojlanishi va keng targ'ib qilinishida ko'pgina madaniyat va istirohat bog'larining maydonchalarida o'tkazilgan musobaqalar katta ahamiyatga ega edi.

30-yillarda Olmoniyada (Germaniya) «Voleybol – rus xalq o'yini» deb nomlangan voleybol bo'yicha musobaqa qoidalari kitobcha holida chop etildi.

Turli shaharlarning eng kuchli jamoalari orasida birinchiliklar o'tkazilib turildi. 1931-yilda Xarkovda Moskva, Dnepropetrovsk va maydon egalari erkak va ayollar jamoalari uchrashdilar. Moskvallik ayollar g'olib chiqdilar, har uchala erkaklar jamoasi bittadan mag'lubiyat

va g'alabaga ega bo'ldilar. Bu uchrashuvlar «tez sur'atli» o'yinning ahamiyati ancha ortganligini ta'kidladi.

1932-yildan voleybol barcha nufuzli sport musobaqalarining dasturiga teng huquqli sport turi sifatida kiritildi. Shu sababdan voleybol bo'yicha mamlakat musobaqalarining har yili muntazam o'tkazib turilishi haqidagi masala ko'tarildi.

Voleybol bo'yicha «Ittifoq» birinchiligi ilk bora Rossiyaning Dnepropetrovsk shahrida 1933-yilning 4-6-aprelida bo'lib o'tdi. Musobaqalarda ayollar jamoasi (Moskva, Dnepropetrovsk, Xarkov, Baku, Minsk) va 5 ta erkaklar jamoasi (Moskva, Dnepropetrovsk, Xarkov, Tiflis, Minsk) ishtirok etdi. Aylanma tartibda o'tkazilgan o'yinlar ko'p sonli tomoshabinlarni o'ziga jalb qildi. Qiziqarlisi, birinchilik tugagach, moskvalik aralash jamoalarning ko'rgazmali o'yinlari o'tkazildi. Har bir jamoa tarkibida 3 ayol va 3 erkak bor edi.

Voleybol bo'yicha «Ittifoq» ikkinchi birinchiligi 1934-yilda Moskvada o'tkazildi. Unda tarkibida 9 kishilik ayollar va erkaklar jamoalari qatnashdilar. Mamlakat maydonida endi Leningrad, Sverdlovsk, Gorkiy, Rostov, Toshkent jamoalari paydo bo'ldi. Shu yilning oxiridayoq Moskva terma jamoasi Uzoq Sharq safariga chiqib, Vladivostok, Chita, Ulan-Ude, Novosibirsk va Tyumenda ko'rgazmali uchrashuvlar o'tkazdilar. Bu esa shubhasiz voleybolning Uzoq Sharq va O'rta Osiyoda keng tarqalishiga sharoit yaratdi.

Yoshlar orasida voleybolni ommalashishiga qattiq turtki bo'lgan hodisa 1935-yilning avgustida o'tkazilgan maktab o'quvchilarining «Butunittifoq» birinchiligi hisoblanadi. 12 shahar va viloyat jamoalari ishtirok etgan bu musobaqalarning birinchi bosqichi chiqib ketish tartibida, yakunlovchi (final) o'yinlar esa aylanma tartibda o'tkazildi. Har bir shahar jamoasi uchun uch jamoa: katta va kichik yoshdagi yigitlar hamda katta yoshdagi qizlar qatnashdi.

1935-yil o'yinchilarning xalqaro uchrashuvlarda birinchi bor kuch sinashib ko'rganligi tarixda o'chmas iz qoldirdi. Toshkentda va Moskvada voleybolchilarimizning Afg'oniston jamoasi bilan ikkita o'rtoqlik uchrashuvi bo'lib o'tdi. O'yin afg'on qoidalari asosida o'tkazilganligiga qaramay (jamoada 9 o'yinchi bor edi, o'yin 22 ochkogacha davom etdi, o'yinchilar maydonda joy almashmadilar) mamlakat voleybolchilari osongina g'oliblikka erishdilar.

1936-yilning eng ommaviy o'yinlaridan biri VSSPS Kubogi uchun 100 dan ortiq jamoa bilan o'tgan musobaqalar bo'ldi. Kubokni Moskvaning ayollar va erkaklar jamoasi «Medik» qo'lga kiritdi.

Voleybolning texnika va taktikasiga emas, musobaqa qoidalarini ham o'zgarishda davom etdi, ya'ni 1935-yilda erkaklar uchun to'rtinchi balandligi 2 m 45 sm ga ko'tarildi, 1937-yildan esa ayollar uchun to'rtinchi balandligi 2 m 25 sm bo'ldi. Maydonchada hujum chizig'i belgilandi va old hamda orqa chiziq o'yinchilari degan tushuncha paydo bo'ldi, bu esa alohida o'yin ixlosmandlarining harakatlarini chegaralab qo'ydi. Shu yildayoq o'yinga to'p kiritish joyi maydonchani orqa va o'ng qismidan 3 m qilib belgilandi. Sababidan qat'i nazar, o'yinchilarni almashtirishga ruxsat berildi (ilgari almashtirishga faqat baxtsiz hodisalar keyin yo'l berilardi).

1938-yilda «Ittifoq» birinchiliklarini o'tkazish qoidalarida jiddiy o'zgarishlar sodir bo'ldi. Bu yilning birinchiliklari yozgi maydonlarda sport jamiyatlari jamoalari orasida o'tkazildi. Dastlabki o'yinlar «Ittifoqning» turli shaharlarida o'tdi, yakuniy o'yin esa Moskvada bo'ldi. Birinchilik ko'pgina yangi jamoalarni o'ziga jalb etdi va hamma yerda voleybol taraqqiyotiga jonlanish olib kirdi.

Murabbiylar va o'yinchilarning texnika va taktika sohasidagi izlanishlari davom etaverdi. Hujumning ahamiyati ortib borayotganligi bilan bog'liq ravishda jamoalarni 6 nafar hujumchidan iborat qilib shakllantirishga urinishlar bo'ldi. O'yinga yon tomon bilan kuchli to'p kiritish katta ahamiyat kasb etdi. Yakka to'siq qo'yish sifatini oshirgan holda ayrim jamoalar guruh bo'lib to'siq qo'yishga o'tdilar.

Ikkinchi jahon urushi ko'pgina mamlakatlarda voleybolning taraqqiyotini to'xtatib qo'ydi. Ko'pgina sportchilar frontga ketdilar. Ammo joylarda sport hayoti butunlay «to'xtab» qolgani yo'q. Bu davrda voleybol harbiy qismlarga kirib bordi. 1943-yildayoq front orqasidagi voleybol maydonchalariga jon kirdi. Shu yili Moskva va boshqa shaharlarning birinchiliklari o'tkazildi. 1945-yilda voleybol bo'yicha musobaqalar Moskva, Leningrad, Boku, Tbilisi shaharlarida bo'lib o'tdi. To'garaklarda o'quv-mashg'ulot ishlari muntazam ravishda o'tkaziladigan bo'ldi. Yetakchi mutaxassislar urushgacha bo'lgan davr tajribasini umumlashtirdilar. Jamoaning hujumchilik harakatlarini jadal amalga oshirishga katta e'tibor berildi.

Texnika va taktikada keskin o'zgarishlar bo'ldi – birinchi to'p uzatish yoki birinchi uzatilgan to'pdan hujum qilish keng qo'llana boshladi. Guruhli to'siq qo'yish, kuchli to'p kiritishlarning kam ishlatilishini esa asosiy kamchiliklar qatoriga kiritish mumkin.

1947-yili «Ittifoq» terma jamoasi xalqaro doiraga chiqishi bilan diqqatga sazovor bo'ldi. Pragada bo'lgan demokratik yoshlarning birinchi

xalqaro festivalida voleybol bo'yicha musobaqalar o'tkazildi va ularda Chexoslovakiyaning yosh jamoasi, Yugoslaviya hamda Leningrad terma jamoalari qatnashdi. Chexoslovakiya terma jamoasi uchrashuvda qattiq qarshilikka duch keldi. «Ittifoq» voleybolchilari shu uchrashuvda ustun chiqdilar va demokratik yoshlarning xalqaro festivali g'olibi bo'ldilar. Chexlar bilan bo'lgan uchrashuvda terma «voleybolchilari» birinchi bor «shamsimon» to'p kiritish vaziyatiga to'qnash keldilar.

Shu yili Parijda xalqaro voleybol federatsiyasi ta'sis etildi (FIVB). FIVBning birinchi prezidenti Pol Libo. 1984-yilda uning o'rini Roben Akosta egalladi va deyarli 2008-yilgacha shu lavozimda faoliyat ko'rsatdi.

1948-yilda «Ittifoq» voleybol sho'ba xalqaro voleybol Federatsiyasi (FIVB) a'zolicigiga qabul qilindi.

Shu yilning sentabr oyida Pragada erkaklar jamoalari orasidagi birinchi jahon birinchiligi va ayollar jamoalari o'rtasida birinchi Yevropa birinchiligi bo'lib o'tdi. Bunday yirik musobaqalar «Ittifoq voleybolchilari» uchun katta tayyorgarlik bo'lib, Budapeshtda o'tgan demokratik yoshlarning ikkinchi xalqaro festivalida qatnashish uchun xizmat qildi. Erkaklar o'rtasida ikkinchi jahon birinchiligi va ayollar o'rtasidagi birinchi jahon birinchiligi 1952-yili Moskvada o'tkazishga qaror qilindi. Musobaqalar ko'p sonli tomoshabinlarni o'ziga jalb qildi. Omad yana «Ittifoq» jamoalariga kulib boqdi.

Keyingi yillarda rasmiy xalqaro musobaqalarda terma jamoalar natijasi keskin pasayib ketdi. 1955-yilda Buxarestda o'tkazilgan Yevropa birinchiligidagi «Ittifoq» voleybolchilari bor-yo'g'i to'rtinchi o'rinni egalladilar, ayollar esa birinchi o'rinni chexlarga bo'shatib berdilar. 1956-yilda Parijda o'tkazilgan jahon birinchiligidagi «Ittifoq» ayollar terma jamoasi ikkinchi marta g'olib degan nomni olishga muvaffaq bo'ldi, erkaklar jamoasi esa oldinga Chexoslovakiya va Ruminiya jamoalarini o'tkazib yubordi. 1958-yilda Pragada bo'lgan Yevropa birinchiligi xalqaro doiradagi kuchli munosabatni o'zgartira olmadi.

Ayollar o'rtasidagi uchinchi va erkaklar o'rtasidagi to'rtinchi jahon birinchiligi Yevropada emas, 1960-yilda Braziliyada o'tkazildi. «Ittifoq» terma jamoasi o'zining eng kuchli ekanligini yana bir bor isbotlab, ketma-ket uch marta jahon chempioni unvonini qo'lga kiritdi. Ilk marta qatnashayotgan Yaponiya ayollar jamoasining kumush nishon sovrindori bo'lishi katta shov-shuv ko'tardi. «Ittifoq»ning erkaklar terma jamoasi yana jahon chempioni nomiga ega bo'ldi.

1962-yilda Moskvada ikkinchi marta – ayollar o'rtasidagi to'rtinchi, erkaklar o'rtasidagi beshinchi jahon birinchiligi o'tkazildi. Bu davrda

Yaponiya, Polsha, GDR, Xitoy kabi mamlakatlar jamoalarining o'yin darajasi nihoyatda oshganligini e'tirof etish kerak. Jahon birinchiligi ko'pgina jamoalarning texnikasi o'sganligini ko'rsatdi.

1963-yil Yevropa birinchiligi Ruminiyada o'tdi. Shu yilning ko'pgina xalqaro musobaqalari Tokioda bo'ladigan Olimpiada o'yinlariga tayyorgarlik sifatida o'tkazildi. Ayrim jamoalar asosiy tarkibini 5x1 tartibida shakllantira boshladilar.

Tokio olimpiada o'yinlaridagi voleybolchilar kuch sinashuvi 1962-yilgi jahon birinchiligida sovrinli o'rinni egallagan jamoalar mahoratini ta'kidladi. Yaponiya ayollar jamoasi va «Ittifoq» erkaklar jamoasi birinchi olimpiada g'oliblari bo'ldilar, Tokio musobaqalari jamoalarning mahorat darajasi tobora o'sib borayotganini isbotladi. Agar ilgari sovrinli o'yinlarga 2-3 jamoa da'vogarlik qilgan bo'lsa, endi ularning soni 5-6 taga yetdi. Hatto 3:0 hisobi hali g'olib jamoaning so'zsiz ustunligidan dalolat bermay qo'ydi. Tokio musobaqalari davomida hakamlar hay'atining yig'ilishi bo'lib, unda musobaqa qoidalariga o'zgarishlar kiritildi va tasdiqlandi. Bu o'zgarishlar 1965-yildan kuchga kirdi.

Yuqorida qayd etilganidek, 1964-yil Tokioda o'tkazilgan olimpiada o'yinlaridan so'ng Amerika, Ovropa va Osiyo voleyboli mahorat jihatidan tenglasha bordi. Voleybol taraqqiyotida tamomila yangicha yo'nalish yuz bera boshladi. Mazkur vaziyatni Olimpiada o'yinlari, Jahon Chempionatlari, Jahon kubogi, Gran-Pri va Jahon ligasi musobaqalari davomida turli mamlakat jamoalarining erishgan yutuqlari misolida ko'rish mumkin.

## 2.2. O'ZBEKISTONDA VOLEYBOLNING VUJUDGA KELISHI VA RIVOJLANISH TARIXI

Tarixni, ajdodlarimiz merosini bilmay turib bugungi kunga baho berish, kelajak loyihasini chizish va istiqbol binosini qurishga kirishish boshi berk ko'chaga kirib qolish ehtimolidan holi emas. Shuning uchun har bir sohani joylarda vujudga kelishi va rivojlanish tarixini o'rganmay shu sohani bugungi va ertangi istiqbolini ta'minlash mushkul muammodir. Voleybol jismoniy tarbiya va sport tizimining yirik va mustaqil irmoqlaridan biri hisoblanib, O'zbekiston, uning viloyatlari va tumanlarida o'ziga xos rivojlanish tarixiga ega. Voleybol O'zbekistonda eng ommalashgan sport turlari qatoriga kirsada, respublikamizning barcha mintaqalarida u turli darajada «obro'-e'tibor» qozonib kelgan. Toshkent

shahri va Toshkent viloyatida, vodiy shahar va qishloqlarida voleybol boshqa viloyat tumanlaridagiga nisbatan samaraliroq «hurmat»ga sazovor bo'lgan. Bunday vaziyatning sabablari deyarli shu viloyatlar tarixiy-ijtimoiy negizlari bilan bog'liq deb taxmin qilinsa-da, lekin masala chuqur izlanishni, mavzuga oid tarixiy ma'lumotlarni ilmiy asosda o'rganishni taqozo etadi.

Voleybol O'zbekistonda qachon, qayerda va qanday vaziyatda vujudga kelgani haqida aniq ma'lumot yo'q. Lekin ayrim taxminlarga qaraganda 1921-24-yillarda voleybol o'yini Qo'qon, Toshkent va Farg'onada vujudga kela boshlagan. O'sha davrning sport veterani K. Lebedevning hikoyasiga binoan 1924-25-yillarda ko'pgina yoshlarni doira shaklida joylashtirib bir-birlariga to'p uzatish o'yinlari tarqala boshladi. Qiziq, mazkur davrda voleybol bo'yicha qabul qilingan xalqaro musobaqa qoidalarini ancha takomillashgan bo'lib, maydoncha 9x18 m, to'p bilan faqat uch marta o'ynash mumkinligi, o'yinchilar tarkibi bir jamoada 6 kishidan iborat bo'lishi, to'pning balandligi 243 sm (erkaklar uchun), hisob 15 ochkoga yetganda o'yinning bir bo'limi yakunlanishi, to'pni o'yinga kiritish - xullas, barcha o'yin qoidalarini zamonaviy voleybol o'yini qoidalariga o'xshash edi. Shunga qaramay O'zbekistonda voleybol qoidalarini 1924-25-yillarda hali ancha soddaga bo'lgan. O'sha davrning V.I. Perevovnikov degan sport ixlosmandining aytishicha, 1926-yilda Toshkent shahridagi Chernishevskiy nomli maktab o'qituvchisi Moskvadan musobaqa qoidalarini, voleybol to'ri va to'pini birinchi bor keltirgan. 1927-yilning 26-aprelida esa aynan shu maktabning voleybol to'garagi jamoasi birinchi rasmiy musobaqa tashkil etib, unda u yuksak mahorat ko'rsatdi va musobaqa g'olibi bo'ldi. Mazkur musobaqa voleybolni ommalashishi va shakllanishida katta buriilish kashf etdi. 1927-yilning yoz oylaridan birida voleybol bo'yicha Toshkent shahar birinchiligi o'tkazilib, unda 9 ta voleybol jamoasi ishtirok etdi. Chernishevskiy nomli maktab voleybol jamoasi bu musobaqada ham g'oliblikni qo'ldan bermadi.

Voleybolni keng ommalasha borishiga KIM stadionida o'tkazilib kelingan musobaqalar katta ta'sir ko'rsatdi.

1927-yilda Toshkentda 6 ta voleybol maydonchasi mavjud bo'lib, ular Chernishevskiy va KIM nomli maktablarda, Mexanika texnikumida (2 ta), «Metallist» sport to'garagi qoshida va Profintern yozgi sport klubida joylashgan edi.

1928-yilda Toshkentda kuzgi voleybol musobaqalari bo'lib o'tdi, unda 10 ta erkaklar va 4 ta ayollar jamoalari qatnashgan edi. 1929-yildan

boshlab voleybol bo'yicha Toshkent shahar birinchiligi muntazam o'tkazila boshladi.

1930-yillarda «Dinamo» ko'ngilli sport jamiyatida voleybol jamoalari tuzildi. Ilk bor tuzilgan «Dinamo» voleybol jamoasining birinchi murabbiysi B.A.Voronov O'zbekistonda voleybolning rivojlanishiga salmoqli hissa qo'shdi. Shu bilan bir qatorda malakali mutaxassislarning yetishmasligi, ayniqsa, mahalliy millatga mansub yo'riqchi, murabbiy va tashkilotchilarning sanoqli bo'lganligi voleybolning uzoq viloyat va qishloqlarda quloch yozishiga xalaqit berib keldi.

Mehnatkashlarni, ayniqsa ayollarni jismoniy tarbiya va sportga, jumladan, voleybolga jalb qilish maqsadida Toshkent shahar Kengashi Toshkent mavze qo'mitasi bilan birgalikda 1929-yil 25-apreldan 15-maygacha respublika miqyosida amaliy haftalik tashkil qilgan edi. Mazkur tadbir sezilarli natijalar berdi. Jumladan, joylarda jismoniy tarbiya va sport, aksariyat voleybol bilan shug'ullanuvchilar soni keskin ortib borishi ko'zga tashlandi. Ko'pgina joylarda voleybol maydonchalari va boshqa sport inshootlari barpo etilishi avj olib bordi. O'quv-trenirovka ishlariga va mutaxassislarning malakasini oshirishga, alohida ahamiyat berildi. 1929-yil 30-sentabrda Samarqandda mahalliy millatga mansub bo'lgan yoshlardan iborat jismoniy tarbiya va sport bo'yicha yo'riqchi-tashkilotchilar tayyorlandi.

1933-yilda O'zbekiston Spartakiadasi o'tkazildi. Erkaklar o'rtasida «Dinamo» va ayollar bahsida «O'ztrans» jamoalari birinchi o'rinni egalladi.

1934-yil o'zbek voleyboli uchun muhim burilish yili bo'lib qoldi. Jumladan, o'zbek voleybolchilari birinchi bor Moskvada mamlakat birinchiligida ishtirok etdi. Shu yili voleybol birinchi bor O'rta Osiyo va Qozog'iston Spartakiadasi dasturidan o'rin oldi.

1936-yilda Toshkentda «Jismoniy tarbiya turkumi» va «Fizkultura UYI» ochilishi voleybolning yanada ommaviylashishida katta ahamiyat kashf etdi. Bundan tashqari, Toshkent moliya-iqtisod institutida voleybol bo'yicha mashg'ulot va musobaqalar o'tkazishga mo'ljallangan katta sport zali ochildi. Samarqandda shahar ma'muriyati va shahar fizkultura Kengashi Qaroriga binoan 60 kishiga mo'ljallangan voleybol sport maktabi ochildi.

Shuni ham ta'kidlash o'rinliki, o'zbek voleybolining ilk bor ravnaq topishida A.Saakov, G.L.Keshishev, V.X.Shnurov, V.F.Shveduks, A.A.Bogachenko, B.A.Voronov kabi murabbiylarning xizmati alohida ahamiyatga ega.

1938-yilga kelib O'zbekistonda kuchli jamoalarning soni 72 taga yetdi. Bular SAGU «Dinamo», ODO, Qurilish texnikumi, «Lokomotiv», O'zTRANS, SazPI (Toshkent), Farg'ona, Xorazm, Buxoro, Qoraqalpog'iston, Samarqand, Qo'qon va boshqa jamoalardir.

1938-yilning dekabridan boshlab birinchi bor Konstitutsiya kuniga bag'ishlangan an'anaviy musobaqalar tatbiq etildi.

1939-yilning fevral oyida Toshkentga Moskva «Lokomotiv» jamiyatining kuchli voleybol jamoalari tashrif buyurishdi. O'tkazilgan musobaqalarda Toshkentning ayollar terma jamoasi 2:1 hisobi bilan g'alaba qozonishgan bo'lsa, erkaklar jamoasi mag'lub bo'ldi.

Voleybolning yanada ommaviylashishiga va voleybolchilar mahoratining oshishiga 1939-yilda o'tkazilgan mamlakat birinchiligining Toshkentda tashkil qilingan zonal musobaqalari katta asos bo'ldi. Bu zonal musobaqalarda «Nauka» (Tbilisi), «Spartak» (Stalinobod), «Uchitel» (Chkalov), «Lokomotiv» (Baku), «Uchitel» (Kuybishev), «Spartak» (Ashxabad) va «Stroitel» (Toshkent) jamoalari ishtirok etishgan edi. Toshkentning erkaklar jamoasi uchinchi, ayollar jamoasi to'rtinchi o'rinni egalladi.

Ulug' Vatan urushi yillarida musobaqalar soni ancha kamaygan bo'lsa-da, voleybol aholini jismoniy-harbiy tomondan tayyorlashda o'z vazifasini topdi. O'sha davr hisoblariga qaraganda 1941-yilning 1-yanvarida e'lon qilingan ko'rsatkichlar bo'yicha respublikada voleybol bilan shug'ullanuvchilarning soni 14 429 kishini tashkil etgan.

1941-yilning oktabr oyida O'zbekistonning barcha viloyat, shahar va tumanlarida harbiy o'quv shaxobchalari tashkil etilib, ular faoliyatida jismoniy tayyorgarlikka alohida e'tibor berildi. 1943-yil 18-iyulda O'zbekiston sportchilari va sport ixlosmandlari «Mamlakat» fizkulturchilar kunini nishonlashdi. «Pishchevik» stadionida mazkur sanaga bag'ishlangan voleybol musobaqalari bo'lib o'tdi.

Urushning og'ir yillariga qaramasdan O'rta Osiyo va Qozog'iston Respublikasi Spartakiadasi o'tkazilib, undagi dastur bo'yicha tashkil etilgan voleybol musobaqalarida O'zbekistonning erkaklar jamoasi birinchi o'rinni, ayollar jamoalari bahsida esa Qozog'iston sportchilari yuqori natijaga erishishdi.

1944-yilda o'tkazilgan navbatdagi O'rta Osiyo va Qozog'iston Respublikasi Spartakiadasida o'zbek voleybolchilari yuqori mahorat namoyish etib, erkaklar va ayollar jamoalari birinchi o'rinni egallashga muvassar bo'lishdi.

1945-yildan boshlab jismoniy tarbiya va sport hamda jamoalarni qayta tiklash davri kuchga kira boshladi.

1946-yili Toshkent, Andijon, Samarqandda shahar birinchiliklari, shu yil iyun oyida respublika birinchiligi o'tkazilgan bo'lsa, oktabrda Toshkentning «Lokomotiv» jamoasi Odessa shahriga «mamlakat» birinchiligida ishtirok etish uchun jo'nadi. Mazkur musobaqada erkaklar va ayollar jamoalari o'z guruhlarida to'rtinchi va uchinchi o'rinlarni egallashdi.

1947-yil 1-yanvarda berilgan hisobotlarga ko'ra, voleybol bilan muntazam shug'ullanuvchilarning soni 9278 kishini tashkil etgan. Respublika bo'yicha 1 razryadli voleybolchilar – 6 kishi, 2 razryadlilar 344 kishini o'z ichiga olgan. Bundan ko'rinib turibdiki, voleybolning ommaviylik darajasi ham, voleybolchilarning mahorat saviyasi ham ko'ngildagidek bo'lmagan.

Jismoniy tarbiya va sport qo'mitasining 1947-yilgi hisobotida bu ahvol haqida Surxondaryo, Xorazm, Buxoro viloyatlaridagi sanoqli sport inshootlarining, jumladan, voleybol maydonchalarining hech qanday talablarga javob bermasligi qattiq tanqid ostiga olingan edi.

O'zbekistonda voleybolning ommaviylik doirasi kengayishiga respublikamizning 1948-yil 27-dekabrda qabul qilgan «Jismoniy tarbiya va sportni aholi orasida rivojlantirish hamda sportning ommaviyligini oshirish» haqidagi Qarori alohida kuch bag'ishladi.

1949-yildan qishloq sportchilariga, jumladan, kolxozchi-voleybolchilar sport harakatini jadallashtirishga katta e'tibor berildi. Shu yili o'tkazilgan qishloq sportchilarining VII Spartakiadasida ishtirok etgan voleybol jamoalarining umumiy soni 29887 kishiga yetgan edi.

1947-yilda musobaqa qoidasiga o'yin 5 partiya davom etishi haqidagi yangilik kiritilgandan so'ng, shug'ullanuvchilardan katta jismoniy tayyorgarlik, chidamkorlik va matonat talab qilina boshladi. O'yinlar mazmuni va mohiyati yanada qiziqarli tomonga o'zgara bordi. Lekin shunday bo'lsa-da, o'zbek voleybolchilarining mahorati hali ittifoqdagi kuchli jamoalarnikidan ancha past edi.

Bulardan 1326 kishi institut talabalari bo'lsa, qolganlari ishchilar, kolxozchilar, xizmatchilar va bolalarni tashkil etgan edi.

1950-yillardan boshlab O'zbekiston voleybolida uzluksiz hujum taktikasi ustunligi ko'zga tashlana bordi. O'yinlarda turli taktik kombinatsiyalar qo'llana boshladi.

1950-yilning iyulida Toshkent Temiryo'chilar bog'ining sport maydonchalarida erkaklar va ayollar jamoalari o'rtasida «Ittifoq» Kubogi

o'yinlari o'tkazildi. O'zbek voleybolchilari bu musobaqada mag'lubiyatga uchradilar. Bu mag'lubiyat asosli edi, chunki raqib Moskvaning «Dinamo» jamoasi edi. Hisob 0:3.

1951-yildan o'smirlar o'rtasida «Ittifoq» birinchiligi o'tkazila boshlandi. O'zbek o'smirlari 14-o'rin bilan kifoyalandilar.

1953-yilda musobaqa jadvalida qishki musobaqalar paydo bo'ldi.

1954-yildan boshlab voleybol bo'yicha Ittifoq birinchiligi «A» va «B» guruhlariga bo'lingan holda tashkil etila boshladi. O'zbek voleybolchilari «B» guruhiga kiritildi. Shu yili «Ittifoq» musobaqalari yopiq sport maydonchalarida o'tkazila boshladi.

1954-yil 1-yanvarga kelib, voleybol bilan shug'ullanuvchilar soni 64942 kishiga ko'paydi. Lekin respublikada, viloyat, tuman va qishloqlarda voleybolning mahorat darajasi juda past bo'lib, yuqori malakali voleybolchilar sanoqli edi.

1955-yilning sentabr oyida Toshkentda ilk bor O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti tashkil qilinib, uning tarkibida sport o'yinlari kafedrasini faoliyat ko'rsata boshladi. 1955-yildan boshlab respublikamiz voleybolchilari «Ittifoq» xalqlari Spartakiadasiga tayyorgarlik mashg'ulotlari va musobaqalarni rejalashtirdilar.

Chunonchi, 1955-yil yakunida Jismoniy tarbiya va sport qo'mitasi taklifiga binoan Toshkentga Olmaotaning erkaklar va ayollar jamoalari tashrif buyurishdi. Birinchi o'yinda o'zbek ayollar jamoasi 3:0 hisobida g'alaba qozongan bo'lsa, erkaklar jamoasi 2:3 hisobida mag'lubiyatga uchradi. Ikkinchi o'yinda ham ayollar (3:0), ham erkaklar (3:2) jamoalari g'alaba nashidasini surishdi.

1956-yili (iyul-avgust) Moskvaning Lujniki sport majmuasida «Ittifoq» xalqlari Spartakiadasi ochildi. Spartakiadaning voleybol musobaqalarida respublikamiz erkaklar jamoasi 14- va ayollar jamoasi 13-o'rinlar bilan kifoyalandilar.

O'zbek voleybolchilari mazkur Spartakiadada yaxshi natijalarga erisha olmaganlaridan so'ng, 1957-yildan boshlab «Ittifoqdosh» respublikalar voleybol jamoalari bilan qator o'rtoqlik uchrashuvlari uyushtirildi. Jumladan, o'zbek voleybolchilari Baku, Tbilisi va Yerevan jamoalari bilan kuch sinashib, barcha o'yinlarda mag'lubiyatga uchrashdi.

1958-yilda respublikamizda maktablararo musobaqalar avj oldi. Ayniqsa, bu davrda oliy o'quv yurtlari jamoalari o'rtasidagi musobaqalar qizg'in tus ola boshladi. SAGU va «Burevestnik» talabalari ko'ngilli sport jamiyati jamoalari eng kuchlilar qatoridan joy olishdi. Maktab o'quvchilari

orasida Toshkentning 64-maktab o'smirlar jamoasi va 104-maktabning qizlar jamoasi mazmunli voleybol namoyish qildilar.

1959-yilda o'zbek voleybolchilari «Ittifoq» xalqlari Spartakiadasida ishtirok etib, erkaklar 14-o'rin, ayollar jamoasi esa 11-o'rinni egalladi.

Shu yili, ya'ni 1959-yilda O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti o'zining birinchi bitiruvchilarini qutladi. Ular orasida voleybol ixtisosligi bo'yicha 11 kishi oliy ma'lumotga sazovor bo'ldi (1 ta o'zbek ayoli va 2 ta o'zbek yigiti voleybol bo'yicha institutni tugatishgan edi).

1960-yilda «SKIF» voleybolchilari (erkaklar va ayollar jamoasi) yozgi respublika talabalar o'yinlarida eng yuqori natijalarga erishishdi. Shu yili «SKIF» jamoalari Xarkov shahrida o'tkazilgan «Ittifoq» yozgi talabalar o'yinlarida qatnashib, erkaklar jamoasi 13-o'rinni, ayollar oxirgi 18-o'rinni olishdi.

1961-yil oktabr oyida Toshkentda O'zbekiston ayollar Spartakiadasida ochildi. Bu tadbir ayollar voleybolining ommaviylashishida katta turtki bo'ldi.

1962-yilda Toshkentda Moskvaning «Burevestnik» ayollar jamoasi, «SKIF» va O'zbekiston terma jamoalari uchrashuv o'tkazdi. Bunda vakillarimiz g'alabani boy berishdi.

1963-yili «Ittifoq» xalqlari III Spartakiadasida respublikamiz erkaklar jamoasi 9, ayollar esa 15-o'rinni egalladi.

O'zbek voleyboli tarixida respublikamiz terma jamoalarining xalqaro musobaqalarda ishtirok etib kelishi alohida ahamiyatga egadir. Shuni ta'kidlash o'rinliki, o'zbek voleybolchilari o'zining ilk bor xalqaro uchrashuvini 1935-yil oktabr oyida Toshkentda Afg'oniston terma jamoasi bilan o'tkazgan. Mazkur uchrashuv «Ittifoq» miqyosida birinchi xalqaro musobaqa bo'lib o'rin olgan. Bu davrda xalqaro musobaqa qoidalari bir-biridan sezilarli darajada farq qilgan. Shuning uchun Afg'oniston voleybolchilari bilan bo'lgan uchrashuv shu davlat qoidalariga binoan o'tdi. Chunonchi, maydonchada 9 kishi o'z joylarini almashtirmasdan harakat qilishdi. Hisob 22 gacha davom etdi. 3 partiyadan iborat bo'lgan o'yin 2:0 hisobida bizning voleybolchilarimiz foydasiga hal bo'ldi.

1961-yili afg'on voleybolchilari Toshkentga ikkinchi bor tashrif buyurishdi. Birinchi kuni mehmonlar 0:3 hisobida «Mehnat rezervlari», ikkinchi kuni esa 2:3 hisobida «ODO» jamoalariga uchrashuvni boy berishdi.

Shu yili O'zbekistonga Mongoliyaning erkaklar va ayollar jamoalari kelishdi. Mehmonlar respublikamizning «ODO», «SKIF» va «Burevestnik» jamoalari bilan kuch sinashdi va barcha uchrashuvlarda

mag'lub bo'lishdi.

1961-yilning dekabrda O'zbekiston voleybolchilari Indoneziyaga o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkazish uchun jo'nashdi. Ular Suratayya shahrida qator uchrashuvlarda ishtirok etib bitta o'yinda mag'lub bo'lishgan bo'lsa, qolganlarida mezbonlar jamoasidan ustun kelishdi. 1962-yil iyun oyida O'zbekistonning erkaklar va ayollar jamoalari Mongoliyaga jo'nashdi va barcha uchrashuvlarda g'oliblikni qo'lga kiritishdi.

1964-yil avgust oyida O'zbekistonga javob safari bilan Indoneziyaning erkaklar va ayollar jamoalari tashrif buyurishdi. Mehmonlarning erkaklar jamoasi O'zbekistonning «Dinamo» (Toshkent) jamoasi bilan o'ynab, uchrashuvni 0:3 hisobida boy berishgan bo'lsa, Indoneziyaning ayollar jamoasi Toshkentning «Spartak» jamoasi qizlariga 2:3 hisobida yutqazishdi.

Mazkur xalqaro o'yinlarda erkaklar voleybol jamoasidan G.Xudyakov, G.Bagirov, R.Xusainov, Y.Simonov, V.Kucheroov, V.Ananich, ayollar jamoasidan esa M.Katasonova, T.Sklyarova, L.Raxmanqulova, Y.Xoliqnazarova va L.Korchaginalarning alohida mahorat namoyish etganliklarini ta'kidlash lozim.

1974-yillarga kelib o'zbek voleybolchilari Bangladesh, Hindiston va boshqa xorijiy davlatlarda xalqaro o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkazib yuksak mahorat ko'rsatishdi. Jumladan, 1976-yili ular Afg'onistonda qator xalqaro uchrashuvlarda ishtirok etib, o'zlarining yuksak mahoratini yana bir bor namoyish etishdi.

1970-yildan to 1991-yillargacha o'zbek voleybolchilari talaygina xalqaro rasmiy va o'rtoqlik musobaqalarida ishtirok etib kelishgan. O'tgan davr ichida yuqori malakali voleybolchilar doirasi kengaya bordi. Bular qatoriga Olimpiada chempionlari V.Duyunova, L.Pavlova, yoshlar o'rtasida Ovrupa chempionlari L.Ishmayeva, L.Suleykina, O.Belova, L.Lepilina, O.Dubyaga, S.Myachin kabilar kiradi. Shuni ham alohida ta'kidlash joizki, Respublikamizning erkaklar va ayollar jamoalari qator nufuzli musobaqalarda – chempionatlar, xalqlar spartakiadasi, maktablararo spartakiada va yoshlar sport o'yinlarida ishtirok etib, sharaflari o'rinlarni olishga sazovor bo'lishgan. Jumladan, 1967-yil – xalqlar spartakiadasi – erkaklar 6-o'rin; 1971-yil – ayollar 5-o'rin; 1972-yil – maktablararo spartakiada – qizlar jamoasi chempionlik unvoniga sazovor bo'lishdi, o'g'il bolalar – 8-o'rin; 1973-yil – yoshlar sport o'yinlari – qizlar 4-o'rin, o'g'il bolalar 6-o'rin; 1975-yil – xalqlar spartakiadasi – erkaklar 8-o'rin, ayollar – 5 o'rin; 1978-yil – Kubok musobaqalarida Toshkentning «Dinamo» jamoasi 3-faxrli o'rinni egallashga sazovor

bo'lgan; 1979-yil – xalqlar spartakiadasi – ayollar 6-o'rin; 1983-yil – erkaklar 8-o'rin, ayollar 7-o'rinni egallashgan. Ushbu davr ichida erkaklar, ayollar va o'smirlar jamoalari O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan ustoz-murabbiylar V.Shnurov, G.Keshishev, A.Izrailov, V.Shveduks, L.Gurfinkel, M.Galperin, A.Lopatin, A.Mansurov, G.Bagirov, V.Kinshakov va A.Koneevlar rahbarligida mahalliy va xorijiy musobaqalarda ishtirok etishgan.

Muvofiq yillarda ushbu natijalarga binoan o'zbek voleybolchilari mamlakatimiz tarixida ilk bor sport ustalari unvoniga sazovor bo'lishdi: bular – G.Xudiyakov, G.Bagirov, Yu.Simonov, V.Kuchero, V.Ananich va R.Xusainovlardir.

Ayollar o'rtasida esa L.Velichko, T.Sklyarova, M.Katasonova, L.Ishmayeva, L.Raxmanqulova, S.Gapirdjanova va boshqalar birinchi bor sport ustasi degan nomga sazovor bo'ldilar.

Vatanimizning o'z mustaqilligini qo'lga kiritishi o'zbek voleybolining xalqaro miqyosdagi o'rniga ham ijobiy ta'sir ko'rsatdi. Chunonchi, 1993-yil 24–31-iyulida Shanxay (XXR) shahrida o'tkazilgan Osiyo chempionatida mustaqil O'zbekistonning ayollar milliy terma jamoasi voleybol tarixida birinchi bor ishtirok etib, faxrli 6-o'rinni qo'lga kiritdi. Mazkur chempionatga qadar ushbu musobaqalarga tayyorgarlik maqsadida Amerika Qo'shma Shtatlarining bir necha shaharlarida bo'lib, turli universitetlar voleybol jamoalari bilan o'rtoqlik uchrashuvlarini o'tkazishdi va o'yinlarda muvaffaqiyat qozonishgan edi.

– 1994-yilda Tailandda o'tkazilgan «Prinsessa Kubogi» musobaqalarida L.Ayrapetyants rahbarligida tashkil etilgan «SKIF-Interkross» klubi qoshida tarkib topgan ayollar voleybol jamoasi ishtirok etib, maqtovga loyiq o'yin namoyish etishdi.

1997-yil 21–28-sentabrda Manila shahrida o'tkazilgan Osiyo Chempionatida ayollar termajamoasi 6-o'rin, 1998-yilda o'tkazilgan Qozog'iston Respublikasi Prezidenti Kubogi xalqaro turnirida 3-o'rin, shu yili Tailandda o'tkazilgan IX «Prinsessa Kubogi»da 6-o'rin, 1998-yil 24–28-mayda Vyetnamda o'tkazilgan X Osiyo Klublararo chempionatida 3-o'rin, 1999-yil Vyetnamda Janubi-Sharqiy Osiyo chempionatida 2-o'rin va shu yili Toshkentda o'tkazilgan «Kubok Mikasa» xalqaro turnirida 1-o'rinlarni olishga sazovor bo'lgan.

E'tiborga loyiq joyi shundaki, istiqloldan so'ng o'zbek voleybolining taraqqiyoti respublikamizda yangicha yo'nalishda davom etishi ko'zga tashlanayotir. Jumladan, 1992-yildan boshlab muntazam o'tkazilayotgan O'zbekiston chempionati voleybolning yanada rivojlanishiga va ravnaq

topishiga katta ta'sir ko'rsatmoqda.

Ayniqsa, so'nggi yillarda tatbiq etilgan o'quv muassasalari o'rtasida o'tkazilayotgan 3 bosqichli musobaqalar: «Umid nihollari», «Barkamol avlod» va «Universiada» voleybolning o'quvchi-talaba yoshlar o'rtasida keng rivoj topishiga muhim turtki bo'lmoqda.

Shuni ta'kidlash o'rinliki, so'nggi yillarda respublika miqyosida o'tkazilayotgan musobaqalarda professional jamoalar doirasi kengayib bormoqda. Bular qatoriga «Kinap» (Samarqand sh.), «Viktoriya» (Navoiy sh.), MHSK (Chirchiq sh.), «SKIF» (Toshkent sh., O'zDJTI) va hokazo jamoalar kiradi. Mazkur voleybol jamoalarining a'zolari bo'lmish o'yinchilar, sport ustalari A.Sovich, Sh.Muslimov, I.Vlasov, A.Popovkin, S.Juravlev, I.Tambiyev (hammasi «Viktoriya» jamoasidan), S.Banov, A.Ribalkin, A.Serebryannikov, S.Myachin (Toshkent-Samarqand jamoasidan), A.Kolesnikov, K.Pak, A.Jirnov, V.Petrov, M.Mamatyuk, F.Bavatov, D.Sultanov, S.Siddiqov, («SKIF»), A.Qosimov, R.Knyazev, I.Ermish («MHSK»), V.Domnidi (Qo'qon) barcha musobaqalarda o'zlarining yuqori saviyadagi mahoratlarini namoyish etganlar. Ayollar jamoalaridan «SKIF» (Toshkent) o'yinchilari E.Shmitova, P.Kibardina, S.Ashurkova, O.Xujayeva, M.Martinenko (xalqaro toifadagi sport ustalari), E.Shpachuk, Ye.Korchagina, S.Grigoryeva va boshqalar «O'zbekiston sport ustasi» degan nomga sazovor bo'lishdi.

Bu borada murabbiy-mutaxassis va tashkilotchilarni ham xizmati hurmatga sazovordir. Jumladan, A.Kim (Samarqand), T.Abramova (Toshkent), G.Ponomarev (Toshkent), A.Asqarov (Qo'qon), M.Domnidi (Farg'ona), Yu.Kulakov (Qoraqalpog'iston Respublikasi), A.Kazakov (Qoraqalpog'iston Respublikasi), L.Ayrapetyants (Toshkent) va boshqalarni alohida ta'kidlab o'tish o'rinlidir.

Musobaqa o'yinlarining mazmunli, qiziqarli va shu bilan bir qatorda talab doirasida o'tkazishda O'zbekiston voleybol Federatsiyasining sobiq bosh kotibi, xalqaro toifadagi hakam L.Ayrapetyants, milliy va respublika toifasidagi hakamlar V.Shnurov, V.Bardin, N.Yaparov, A.Pulato, I.Zoxidov, N.Mamajonov, Sh.Isrolov va shu kabi ko'pgina mutaxassislarning xizmati katta.

O'zbekiston voleybolini yangicha yo'nalishda taraqqiy ettirishda uni viloyatlarda «harakatga» keltirish, xorijiy davlatlarni voleybol jamoalari bilan aloqa bog'lashda, ular bilan rasmiy musobaqalarni tashkil qilishda O'zbekiston voleybol Federatsiyasining Prezidenti Sh.Xushvaqtov, kotib D.I.Burnashev hamda Federatsiyaning barcha a'zolari ibratli faoliyat ko'rsatib kelmoqdalar.

Xulosa o'rnida shuni aytish lozimki, O'zbekiston voleyboliga oid tarixiy lavhalar mazkur o'yinni qanday yo'nalishlarda shakllantirishga, uning ommaviyligini yanada oshirishga hamda istiqbolini ta'minlashga katta yordam beradi.

### 2.3. MUSOBAQA QOIDALARI VA UNI TASHKIL QILISH

**Musobaqa qoidalarining vujudga kelishi va shakllanishi.** Voleybol o'yinining dastlabki rasmiy o'yin qoidalari 1896-yilda ishlab chiqilgan. Mazkur qoidalarning ayrim bandlari quyidagilardan iborat bo'lgan:

- maydonchani o'lchami 7,6 x 16,1 m;
- to'ring balandligi 195 sm;
- to'pning og'irligi 252-336 gr;
- o'yinchilar tarkibi chegaralanmagan;
- to'p o'yinga maydonchani o'ng tashqi qismida joylashgan 1x1 metrli to'rtburchak shaklidagi joydan bir oyoqda turib kiritilgan va hokazo.

Voleybolning borgan sari ommaviylasha borishi va ishtirokchilarning o'yin mahorati shakllana borishi bilan bir qatorda musobaqa qoidalari ham o'zgarib, takomillashib borgan.

- 1900-yil – hisob 21 ochkogacha, to'ring balandligi 213 sm;
- 1912-yil – maydoncha 10,6 x 18,2 m, to'r – 228 sm;
- 1917-yil – hisob 15 ochkogacha, to'ring balandligi 243 sm;
- 1918-yil – o'yinchilar soni bir jamoada – 6 ta;
- 1922-yil – to'pni faqat 3 marta o'ynash, maydoncha 9,1 x 18,2 m;
- 1925-yil – to'p 66-69 sm, og'irligi 275-285 g, maydoncha 9 x 18 m;
- 1934-yil – to'r ayollar uchun 224 sm.

Qoidalar rasmiy holda to'liq 1946-yilda joriy etilgan, lekin 1951-yilga kelib Marselda FIVB Kongressi tomonidan tasdiqlandi.

- 1947-yil – erkaklar o'rtasida o'yin 5 partiyadan iborat.
- 1950-yil – ayollar o'yini 5 partiyadan iborat.
- 1952-yil – tanaffus 1 partiyada 2 marta.
- 1957-yil – tanaffus 1 daqiqadan 30 soniyagacha qisqaradi.
- 1961-yil – o'yinchi almashtirish qoidasi tasdiqlandi.
- 1965-yil – to'siq qo'yuvchi qayta o'ynashi (to'pga tegishi) mumkin, u qo'llarini raqib tomoniga o'tkazishi mumkin.
- 1970-yil – chegaralovchi antenna (180 sm) joriy etildi.
- 1976-yil – kiritilgan to'pga to'siq qo'yish.
- 1984-yil – to'pni qabul qilishda tananing beldan baland joyi bilan

«tegish» mumkin, to'p o'yinga kiritilayotganda uni to'sish bekor qilindi.

1988-yil – eng yuqori hisob 17 gacha, hal etuvchi partiya taybreyk tarzida, ochkolar soni 2 ta farq bo'lguncha davom etadi.

1992-yil – to'p tanani tizzadan yuqori barcha joyiga tegishi mumkin.

1998-yil – to'p tanani barcha joyiga tegishi mumkin; hisob 25 gacha, 5 partiyada 15 gacha; har partiyada hisob 8 va 16 bo'lganda 2 ta bir daqiqadan texnik tanaffus beriladi; jamoalar 2 martadan 30 sekund tanaffus olishlari mumkin; to'p kiritish 9 metr oralig'ida ijro etilishi mumkin; «Liberio» o'yinchisi joriy etildi.

2008-yil – to'pni rangi o'zgartirildi (sariq-ko'k); to'r oldida joylashgan o'yinchilar to'rni pastki qismiga tegishi mumkin.

Zamonaviy voleybol musobaqaning qoidalari haqida qisqacha ma'lumotlar:

- maydoncha 9 x 18 m, chiziqlar kengligi 5 sm;

- o'yin maydonini chegaralovchi antennalarning balandligi 180 sm;

O'yinchilarning yoshi va jinsiga qarab to'rning balandligi quyidagicha bo'ladi:

|        |         |           |
|--------|---------|-----------|
| qizlar | 13 – 14 | 2 m 10 sm |
|        | 15 – 16 | 2 m 20 sm |

|         |                                     |           |
|---------|-------------------------------------|-----------|
| ayollar | 17 – 18 va bundan katta yoshdagilar | 2 m 24 sm |
|         | uchun                               |           |

|        |         |           |
|--------|---------|-----------|
| o'g'il | 13 – 14 | 2 m 20 sm |
|--------|---------|-----------|

|         |         |           |
|---------|---------|-----------|
| bolalar | 15 – 16 | 2 m 35 sm |
|---------|---------|-----------|

|          |  |           |
|----------|--|-----------|
| erkaklar |  | 2 m 43 sm |
|----------|--|-----------|

- to'pni aylana uzunligi  $66 \pm 1$  sm, diametri  $21 \pm 0,3$  sm, og'irligi  $270 \pm 10$ g;

- har partiyada 6 o'yinchi almashinuviga ruxsat beriladi. Asosiy o'yinchi 1 marta almashtirilishi va qaytib o'yinga tushishi mumkin;

- o'yin 3 yoki 5 partiyadan iborat bo'ladi;

- har partiyada hisob 25 gacha, agar 25:25 bo'lib qolsa eng yuqori hisob 2 ochko farq qilguncha davom etadi. Hal qiluvchi partiya taybreyk tarzida o'tadi 15 ochkogacha, hisob toki 2 ochko farq qilguncha davom etadi.

Jazo «ayb»ga yarasha bo'lishi shart. Bordi-yu hakam xatoga yo'l qo'ysa, u o'z vaqtida bu xatoni bo'yniga olishi kerak va adolatni tiklashi zarur.

Hakam nafaqat o'yin davomida o'z odobi bilan namuna bo'lishi, balki u boshqa joylarda ham o'zini tuta bilishi kerak.

Hakamlar:

birinchi hakam (minbardagi hakam);

- ikkinchi hakam;

- hakam-kotib;

- axborot beruvchi hakam;

- 4 ta chiziq hakamlari;

- 6 ta to'p uzatib turuvchilar.

Hakamlarning har birini o'z vazifasi, huquqlari, hakamlik qilish joylari va vositalari mavjud. Ularni atroflicha talqini ma'ruzada og'zaki va o'quv filmlari yordamida bayon qilinadi, tushuntiriladi.

Musobaqa o'yinidan 20-30 minut oldin maydonchani, anjom (to'p, to'r, maydon chiziqlari), hakamlarni kiyim-bosh, tayyorgarligi, xullas, o'yinni o'tkazishga nima, kim, qancha kerak bo'lsa, hammasining muhayyoligi birinchi hakam tomonidan tekshirilishi kerak va zaruriyat bo'lsa ta'minotni oshirish talab qilinishi shart.

#### 2.4. O'YINNING MOHIYATI VA MAZMUNI

Voleybol maxsus maydonchani o'rtasidan to'r bilan ajratilgan qismlarida 2 jamoaning to'p vositasida musobaqalashuvidan iborat sport o'yinidir.

O'yinning maqsadi – to'pni to'r ustidan raqib maydonchasiga tushirish va raqibning aynan shunday harakatiga yo'l qo'ymaslikdan iborat. Bunda jamoa to'p bilan 3 marta o'ynash huquqiga ega (to'siq qo'yishdan tashqari).

O'yin to'pni o'yinga kiritish usuli bilan boshlanadi: to'p kirituvchi o'yinchi zarb bilan to'pni to'r ustidan raqib jamoa maydonchasi tomonga yo'naltiradi. To'p maydon chiziqlari chegarasidan chiqib, yerga tushguncha yoki jamoa o'yinchisi xatoga yo'l qo'yguncha o'yin davom etadi.

Voleybolda har bir o'yin vaziyatining natijasi, to'p qaysi tomondan kiritilganligidan qat'i nazar, ochko bilan tugallanadi.

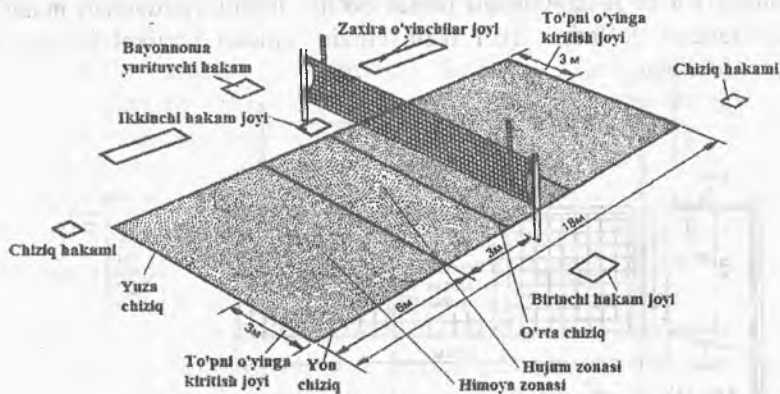
## 2.5. INSHOOTLAR VA USKUNALAR

### O'yin maydoni.

O'yin maydoni 18x9 m lik to'g'ri to'rtburchak shaklida bo'ladi. O'yin maydonining yuzasi tekis, gorizontal va bir xil bo'lishi hamda o'yinchilar uchun hech qanday jarohat olish xavfini tug'dirmasligi lozim.

### Maydondagi chiziqlar.

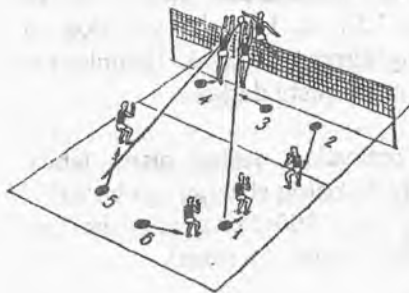
Barcha chiziqlarning kengligi 5 sm. O'yin maydonchasini ikkita yon va ikkita orqa chiziqlar chegaralaydi. O'rta chiziq o'yin maydonini har biri 9x9 m o'lchamga teng bo'lgan ikki maydonchaga ajratib turadi. Har bir maydonchani hujum chizig'i o'rta chiziqdan 3 m oraliqda bo'lib, 5 sm oraliqda 5 ta 15 sm li kesik chiziqlar bilan yon chiziqlar tashqarisiga davom ettirilgan bo'ladi (52-rasm).



52-rasm

### Zonalar.

Oldingi hujum zonasida 2,3,4-zonalar joylashadi. Orqa himoya zonasida 1,6,5-zonalar joylashadi. To'p kiritish zonasi 9 m o'lchamga teng bo'lgan orqa chiziqning davomidir (53 rasm).

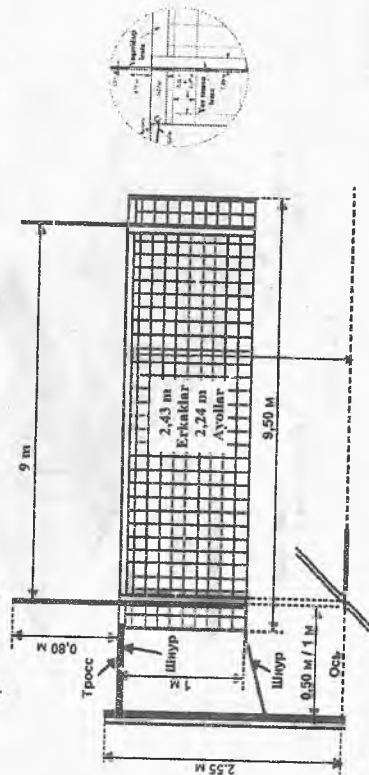


53-rasm

## 2.6. TO'P, TO'R VA USTUNLAR

### To'ring tuzilishi

To'ring kengligi 1 m va uzunligi 9,5 m bo'lib, teshiklari 10x10 sm kvadrat shaklida, qora rangli ipdan to'qilgan bo'lishi kerak. To'ring yuqori qismida 5 sm kenglikdagi lenta bo'lib, uning ichidan tros (ustunlarga mustahkamlash uchun) o'tkaziladi. To'ring pastki qismidan shnur o'tkaziladi. To'ring ikki tomonidan ikki yon chiziqlarga perpendikulyar ravishda chegaralovchi lentalar joylashtiriladi. Lentalar kengligi 5 sm va uzunligi 1 m bo'ladi. To'ring ikki tomoniga joylashtirilgan chegaralovchi lentalar bilan bir yo'nalishda ikki anten-na vertikal ravishda joylashtiriladi. Antenna diametri 10 mm, uzunligi 1,8 m li naychadan iborat bo'lib, qat'iq egiluvchan materialdan tayyorlangan bo'ladi. To'r o'rta chiziq ustidan vertikal joylashtirilishi kerak (54 rasm).



54-rasm

### Ustunlar

To'r tortilgan ustunlar yon chiziqlardan 0,5-1,0 m oraliqda o'rnatiladi. Ustunlarning balandligi 2,55 m. Ustunlar yumaloq va tekis shaklda bo'lib, o'yinchilarga xavf tug'dirmasligi kerak. Ustunlar tortuvchi va taranglashtiruvchi moslamalarsiz o'rnatilishi dardkor.

### To'p

To'pning ichidagi kamerasi rezinadan, tashqi qismi tabiiy yoki sintetik charmdan ishlanib, o'zi qat'iy dumaloq shaklga ega bo'lishi lozim. Uning aylana diametri 65-67 sm, og'irligi 260-280 g, ichki bosimi 294,3 dan 318,82 mba yoki gPa gacha bo'lishi lozim (55 rasm).



55-rasm

## 2.7. HAKAMLAR VA HAKAMLIK QILISH

Har bir uchrashuvni hakamlar tarkibi boshqarib boradi va bu tarkibga: birinchi hakam; ikkinchi hakam; kotib; to'rtta (yoki ikkita) chiziqli hakamlari kiradi.

**Birinchi hakam vakolatlari.** Birinchi hakam o'yin jarayoni boshlanganidan to yakunlanguniga qadar uni boshqarib boradi. U shu o'yinda ishtirok etayotgan barcha hakam va o'yinchilarga rahbarlik qiladi. Uning qarori hal qiluvchi kuchga ega. Birinchi hakam qolgan hakamlar qarorini noto'g'ri deb topsa, uni bekor qilish huquqiga ega. Agar biror hakam vazifasini uddalay olmasa, birinchi hakam uning vazifasini o'z zimmasiga olishi mumkin. Birinchi hakam chiqargan qarorni muhokama qilishga yo'l qo'yilmaydi. Lekin jamoa sardori iltimosiga ko'ra u o'z qaroriga izoh berishi mumkin. Birinchi hakam o'yindan oldin maydon, to'p va boshqa uskunalar holatini nazoratdan o'tkazadi. Jamoa sardorlari bilan qur'a tashlashni uyushtiradi. O'yin davomida faqat birinchi hakam quyidagilar bo'yicha qaror chiqarish huquqiga ega: jamoalarni ogohlantirish; jazolash; to'p kirituvchining xatosi; to'p kirituvchi jamoa a'zolarining joylashishidagi xatosi bo'yicha; to'p bilan o'yin xatolari bo'yicha; to'r va uning ustida ro'y beradigan xatolar bo'yicha; orqa chiziqli o'yinchilari va «Libero»ni hujum zarbasi; «Libero»ni oldingi zonadan yuqoridan uzatilgan to'piga hujum zarbasi qo'llanilganda.

**Ikkinchi hakam vakolatlari.** Ikkinchi hakam birinchi hakam ro'parasidagi voleybol ustuni ortida birinchi hakamga qaragan holda tik turib joylashadi. U zaxiradagi o'yinchilarni kuzatib turadi; tanaffus olish va o'yinchi almashtirishga ruxsat beradi; o'yin oldidan, har bir partiya oldidan o'yinchilarning maydondagi joylashuvini nazorat qilib turadi. O'yin vaqtida hushtak chaladi va ishora bilan quyidagilar bo'yicha qaror qabul qiladi: o'yinchi maydon va to'r ostidan raqib tomoniga o'tib ketganda; o'yinga kiritilayotgan to'pni qabul qiluvchi jamoa joylashuvda

xatoga yo'l qo'yganda; o'zi joylashgan tomon yaqinida o'yinchi to'rga va chegaralovchi antennaga tegib ketganda; orqa chiziq o'yinchisi yoki «Libero» to'siq qo'yganda; o'yinchi to'ring pastki qismiga tegib ketganda.

**Kotib.** Kotib o'z faoliyatini yuritish uchun birinchi hakam qarshisidagi ustun ortida (ikkinchi hakam orqasida) joylashadi. Kotib quyidagi vazifalarni bajaradi: o'yin bayonnomasiga o'yin va jamoa haqidagi ma'lumotlarni yozadi; yig'ilgan ochkolar, tanaffuslar, o'yinchilarni almashtirish; jazo choralari, to'pni o'yinga kiritish navbatlarini yozib boradi va nazorat qiladi; yuqorida ko'rsatib o'tilgan vaziyatlar buzilganda, ikkinchi hakamga xabar qiladi.

**Chiziq hakamlari.** Chiziq hakamlari (4 ta bo'lganda) maydonning har bir burchagidan 1-3 m uzoqlikda joylashadilar va o'z chiziqlarini nazorat qiladilar. Agar o'yinda 2 ta chiziq hakami ishtirok etsa, ular maydon burchaklaridan 1-2 m uzoqlikda bir-biriga diagonal holatda joylashadilar. Ular yon va orqa chiziqlarni o'z tomonlaridan nazorat qiladilar. Chiziq hakamlari qo'llaridagi bayroqchalarni harakatlantirib, quyidagilarni ifodalaydilar: to'p maydonga yoki chiziq ustiga tushsa, bayroqni pastga (maydonni ko'rsatib) tushiradilar; to'p maydon tashqarisiga tushsa yoki chegaralovchi antenna tashqarisidan o'tsa, bayroqni yuqoriga ko'taradilar.

Voleybol qoidalarining barchasini ushbu kitobda yoritish mumkin emas, lekin biz eng asosiy holatlar ustidagina to'xtab o'tdik. Yuqoridagi materialni o'zlashtirishda «Voleybolning rasmiy qoidalari» qo'llanmasidan foydalanish zarur bo'ladi.

Voleybol bo'yicha musobaqalar o'quv-mashg'ulot ishlarining asosiy qismidir. Ular mashg'ulotlardagi jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarlik samarasini ko'rsatib beruvchi yakuniy ko'rsatkich bo'lib ham hisoblanadi. Musobaqalar tasdiqlangan taqvimiy reja asosida o'tkaziladi.

Sport musobaqalari sportchini tarbiyalashda katta o'rin tutadi. Voleybol bo'yicha musobaqalar oldiga qo'ygan vazifalariga ko'ra quyidagi turkumlarga bo'linadi: chempionatlar, kuboklar, saralash va yordamchi musobaqalar (tayyorlov, nazorat va boshqalar).

Chempionat va kubok musobaqalari – eng asosiy musobaqalar bo'lib, bu musobaqalarda eng kuchli jamoalar aniqlanadi. Bu musobaqalar ko'lami turlicha bo'ladi: jahon, qit'a, mamlakat, viloyat; shahar miqyosidagi va boshqalar.

Saralash musobaqalari o'z maqsadi va vazifasiga ko'ra asosiy musobaqalarning keyingi bosqichiga chiqish yoki malakali o'yinchilarni ma'lum bir jamoa tarkibiga qabul qilishni nazarda tutadi.

Yordamchi musobaqalar tarkibiga quyidagilarni kirgizish mumkin:

- ko'rgazmali musobaqalar voleybolni ommaviylashtirish va targ'ib qilish maqsadida tashkil etiladi. Ular ommaviy sport bayramlarida, o'quv yurtlarida, tashkilot va korxonalarda o'tkaziladi.

- qisqartirilgan musobaqalar (blits turnirlar) g'olibni aniqlash uchun qisqartirilgan partiyalar bilan o'tkaziladi. Bunday musobaqalar bayram kunlarida, sport mavsumlarining ochilishida tashkil qilinadi.

- tasnif musobaqalari – sport tayyorgarligi darajasini aniqlash va sport tasniflarini (razryadlar) berish maqsadida tashkil qilinadi.

- tenglashtiruvchi musobaqalarning asosiy vazifasi kuchli raqib jamoasi bilan uchrashishga imkon berish yo'li bilan kichik tasnifdagi sportchilarning o'sishini rag'batlantirishdan iborat.

- nazorat va tayyorlov musobaqalari jamoa va alohida o'yinchilarning oldindagi rasmiy musobaqalarga tayyorgarlik holatini aniqlash maqsadida o'tkaziladi.

Mashg'ulot jarayonida tayyorlov va nazorat musobaqalari katta o'rinni egallaydi.

Yordamchi musobaqalar asosan tayyorlov va musobaqa davrlarining yarmida rejalashtiriladi. Tanlov va asosiy musobaqalar ko'pincha bir yilda 2-3 marotaba o'tkaziladi. Turli xil musobaqalarning ahamiyati va o'rni ko'p yillik tayyorgarlik bosqichiga bog'liq bo'ladi.

Shunday qilib, boshlang'ich bosqichlarda faqat tayyorlov va nazorat musobaqalari rejalashtiriladi va o'tkaziladi.

Sportchilar malakasining o'sib borishiga qarab, keyingi ko'p yillik tayyorgarlik bosqichida musobaqalar soni ortib boradi, musobaqa davriga tanlov va asosiy musobaqalar kiritiladi. Musobaqalar sportchining tayyorgarlik darajasining asosiy nazorat shakli bo'libgina qolmay, balki sport mahoratini takomillashtirishning zarur omilidir.

Musobaqalarni rejalashtirganda tayyorgarlikning o'ziga xos xususiyatlariga alohida e'tibor qaratish lozim. Birinchidan, musobaqalar shunday tanlanishi kerakki, ularning yo'nalishi, qiyinchilik darajasi ko'p yillik tayyorgarlikning tuzilishi, vazifasi bilan qat'iy mos kelsin. Ikkinchidan, agar sportchi uni o'zining jismoniy, texnik-taktik va psixologik qobiliyatiga qo'yilgan vazifalarni yecha oladigan bo'lsa musobaqalarga jalb qilsin. Uchinchidan, musobaqa va mashg'ulot amaliyotini rejalashtirish kerak, ayniqsa, tayyorgarlik jarayoni samarali

amalg oshishi va sportchi tanlov hamda asosiy musobaqalarda o'z imkoniyatini ochib berishi zarur. To'rtinchidan, musobaqalar dasturi va qatnashuvchilar tarkibi kuchi raqobat muhitini ta'minlashi kerak.

## 2.8. MUSOBAQA O'TKAZISH TIZIMLARI

Birinchi navbada, o'yin tizimini tanlashdan oldin quyidagi vazifalar hisobga olinishi lozim. Uni o'tkazish mumkin bo'lgan muddati, qatnashuvchilarning sport tayyorgarligi darajasi, musobaqani o'tkazish uchun hududiy joylashish to'g'risida ma'lumotlar mavjud bo'lishi kerak. Musobaqalar aylanma, yutqazgan chiqib ketadigan va aralash tizimlar asosida o'tkaziladi.

**Aylanma tizim.** Aylanma tizim bo'yicha hamma qatnashuvchi jamoalar bir-birlari bilan uchrashishadi. Musobaqalashuvchilarning kuchlari o'tasidagi nisbatini aylanma usul, ayniqsa obyektiv aniqlashga imkon beradi. Bu tizim tasodifiy natijalar oldini oladi va sportchilar tayyorgarligini tekshirishga va g'oliblarni aniqlashga to'liq imkoniyat beradi.

Aylanma tizim bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalar ko'p vaqt talab qiladi, bu uning asosiy zaif tomonidir.

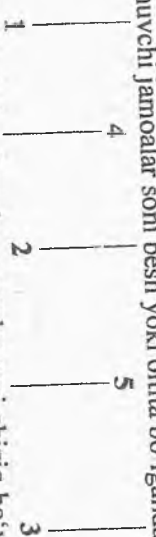
Aylanma tizim bo'yicha o'yin taqyimi quyidagicha tuziladi.

O'yinlarning navbati maxsus jadval yordamida aniqlanadi. Barcha jamoalar qur'a tashlash asosida tartib raqamlarini oladilar. Shundan so'ng musobaqaning har bir kunida g'aysi jamoalar (qur'ada tushgan raqam bo'yicha) bir-biri bilan uchrashishi jadval yordamida aniqlanadi. Agar ishtirok etuvchi jamoalar soni toq bo'lsa, unda har kuni bir jamoa g'avs ichida raqamni ko'rsatilgan jamoa bilan uchrashadigan kun (jamoa yo'qligi) dam oladi.

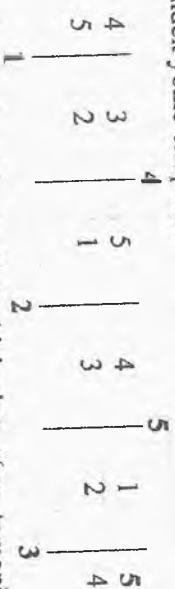
Jadval tuzishda qatnashuvchilar soniga qarab vertikal chiziqlar chizib chiqiladi. Chiziqlar asosan toq olinadi. Masalan 7, 8 ta jamoa qatnashuvida 7 ta, 9-10 ta jamoa bo'lganda 9 ta vertikal chiziq chizib olinadi.

Unda qatnashuvchilar raqamni (qur'a natijasiga asosan) quyidagicha yoziladi: birinchi chiziq tagida 1 raqamni qo'yiladi, bitta chiziqdan so'ng 2 raqamni, yana bittadan so'ng 3 raqamni va hokazo. Yuqoridagi ikkinchi chiziqdan boshlab, keyingi raqamlarning joylashishini davom ettiramiz: 4 raqamni, bittadan so'ng 5 raqamni va hokazo. Oxirgi, juft raqam mavjud bo'lganda yuqoridagi raqamlar yoniga yoziladi.

Qatnashuvchi jamoalar soni besh yoki oltita bo'lgandagi namuna:



Undan keyin 1 dan 5 gacha raqamlar egri chiziq bo'yicha namunada ko'rsatilganidek yozib chiqiladi.



Raqamlardan har bir vertikal chiziqning o'ng tomonidan boshlab o'ynaydigan juftlik kelib chiqadi va ular birinchi chiziqning pastidan yuqorisiga, o'ngidan chapiga, ikkinchi vertikal chiziqning yuqorisidan pastiga qarab yoziladi.

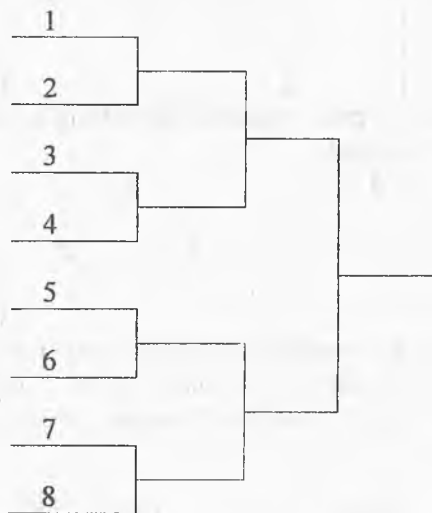
1-kun 2-kun 3-kun 4-kun 5-kun

1-(6) (6)-4 2-(6) (6)-5 3-(6)  
2-5 5-3 3-1 1-4 4-2  
3-4 1-2 4-5 2-3 5-1

Chap tomonda turgan jamoalar maydon egalari hisoblanib, ular mehmon jamoalarning sport kiyimidan rangi bilan farq qiladigan ikkinchi sport kiyimiga ham ega bo'lishlari kerak.

**Chiqib ketish tizimi.** Yutqazgan chiqib ketish tartibida o'tkazilayotgan musobaqada uchrashuvda mag'lub bo'lgan jamoa musobaqalardan chiqib ketadi. Bu tartibning kamchiligi shundaki, o'yin natijasi tasodifiy bo'lishi ham mumkin. Ustunligi shundaki, ko'p sonli jamoalar qatnashayotgan musobaqalarni o'tkazish uchun ozgina vaqt kerak bo'ladi. Musobaqada ishtirok etayotgan jamoalar soni 4, 8, 16, 32 va hokazo bo'lganda, hamma qatnashuvchilar musobaqaning birinchi turida qatnashishadi. Juftliklar tartib raqamlari yuqoridan pastga qarab tuziladi.

8 ta jamoa uchun namuna:



Agar jamoalar soni 2 ning darajasiga barobar bo'lmasa, unda ayrim jamoalar (qur'a natijasiga ko'ra) ikkinchi davradan boshlab qatnashadilar. Jadvalni shunday tuzish kerakki, ikkinchi turda o'ynaydigan jamoalar soni teng bo'lishi kerak. Birinchi davrada nechta jamoa ishtirok etishi quyidagi formula bilan aniqlanadi:

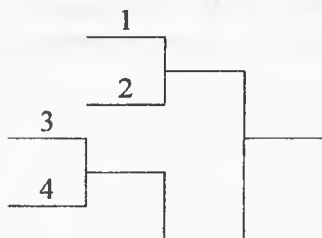
$$(A - 2^n) \times 2,$$

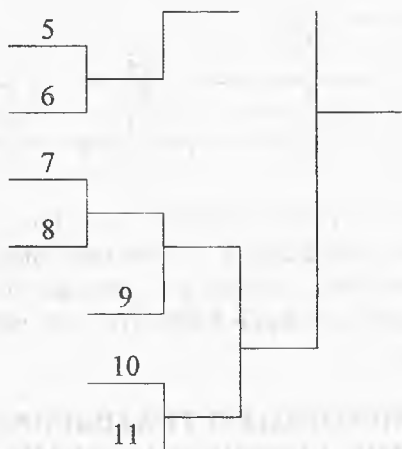
bunda  $A$  - jami jamoalar soni;  $n$  - qatnashadigan jamoalar soniga yaqin bo'lgan daraja.

Misol uchun, 11 ta jamoa ishtirok etadigan musobaqa olinadigan bo'lsa:  $A=11$ .

11 ga eng yaqin son 8 bo'ladi ( $2^3 = 8$ ).

Formula asosida yechiladi:  $(11-8) \times 2 = 6$ .





Birinchi turda 6 ta jamoa o'ynashi kerak. Ikkinchi davradan boshlab o'ynaydigan jamoalar uchun 2 ta yuqoridagi va 2 ta pastdagi raqamlar belgilanadi. Barcha raqamlar (birinchi davrada o'ynaydigan raqamlar ham) jadvalda yuqorida va pastda joylashgan jamoalar o'rtasida teng taqsimlanadi. Agar jamoalar soni toq bo'lsa, unda ikkinchi davradan o'yinni boshlaydigan jamoalarning soni jadvalning pastida yuqoridagiga nisbatan bitta ortiq bo'ladi. Birinchi davradan o'yinni boshlaydigan jamoalarda esa aksincha, jadvalning yuqorisida bitta raqam ortiq bo'ladi (1-jadval).

**Chiqib ketish tizimi bo'yicha o'yinda uchrashadigan jamoalarning joylashish tartibi**

*1-jadval*

| Ishtirok etuvchi jamoalarning umumiy soni | Birinchi davrada ishtirok etuvchi jamoalar soni | Ikkinchi davrada ishtirok etuvchi jamoalar soni |           |         |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------|---------|
|                                           |                                                 | Jami                                            | Yuqoridan | Pastdan |
| 4                                         | 4                                               | -                                               | -         | -       |
| 5                                         | 2                                               | 3                                               | 1         | 2       |
| 6                                         | 4                                               | 2                                               | 1         | 1       |
| 7                                         | 6                                               | 1                                               | -         | -       |
| 8                                         | 8                                               | -                                               | -         | -       |
| 9                                         | 2                                               | 7                                               | 3         | 4       |
| 10                                        | 4                                               | 6                                               | 3         | 3       |
| 11                                        | 6                                               | 5                                               | 2         | 3       |
| 12                                        | 8                                               | 4                                               | 2         | 2       |
| 13                                        | 10                                              | 3                                               | 1         | 2       |
| 14                                        | 12                                              | 2                                               | 1         | 1       |

|    |    |    |   |   |
|----|----|----|---|---|
| 15 | 14 | 1  | - | 1 |
| 16 | 16 | -  | - | - |
| 17 | 2  | 15 | 7 | 8 |
| 18 | 4  | 14 | 7 | 7 |
| 19 | 6  | 13 | 6 | 7 |
| 20 | 8  | 12 | 6 | 6 |

Bir musobaqa doirasida ikki tizimdan ham foydalanish mumkin bo'lib, bu tizim shartli ravishda aralash tizim deb nomlanadi.

Aralash tizimga muvofiq guruhlar yoki zonalarda o'yin aylanma tizimda, so'ngra esa yutqazgan chiqib ketish tizimida olib boriladi yoki aksincha bo'lishi mumkin.

## 2.9. MUSOBAQA O'TKAZISHNING ILMIY-TASHKILIIY ASOSLARI

Sport musobaqalarini tashkil qilish va o'tkazish shu musobaqalarga rahbarlik qiluvchi (sport federatsiyasi, tashkiliy qo'mita va h.k.), mezbon tashkilotchi, hakamlar uyushmasi hamda nazoratchi (ekspert) hakamlarga katta mas'uliyat yuklaydi. Ular musobaqa o'tkazish joylarini (sport saroylari, kommunikatsion, tibbiy va yordamchi xonalar) rasmiy musobaqa qoidalari, musobaqa Nizomi va boshqa me'yoriy standartlar talablariga muvofiq tayyorlash ekspertiza va sinovdan o'tkazish choralarini ko'rish tadbirlarini amalga oshiradi. Tomoshabinlar, ishtirokchi sportchilar, murabbiylar, tibbiy va xavfsizlik xizmati xodimlari, akkreditatsiyadan o'tgan barcha ommaviy axborot vositalari vakillariga barcha qulayliklar yaratilishi mezbon tashkilotchilar tomonidan ta'minlanadi.

**Musobaqa o'tkazishga tayyorgarlik ko'rish.** Musobaqalar muvofiq mutasaddi tashkilot (yoki tashkilotlar) tomonidan tasdiqlangan yillik musobaqa taqvim rejasiga asosan o'tkaziladi. Odatda musobaqa o'tkazish joyi (mamlakat, viloyat, shahar va h.k.) va vaqti shu taqvim rejasida qayd etiladi.

Musobaqaning nomi, maqsad va vazifalari, o'tkazish joylari va muddatlari, musobaqada ishtirok etish huquqiga ega jamoalar (klublar, terma jamoalar), musobaqada ishtirok etish shartlari, bosh hakam, musobaqaga rahbarlik qiluvchi tashkilot, musobaqa shart-sharoitlarini ta'minlovchi mezbon tashkilot, musobaqa o'tkazish va o'rnlarni aniqlash

tizimi, rag'batlantirish kabi masalalar musobaqa Nizomida batafsil ifodalanadi.

Musobaqa o'tkazishdan avval nazoratchi (ekspert) hakam (yoki hakamlar) musobaqa o'tkazish joyini qabul qilingan ilmiy-texnologik vositalar (o'lchov asboblari) yordamida ko'zdan kechiradi. Jumladan, musobaqa o'tkaziladigan sport inshootida havo namligi, harorat, atmosfera bosimi, tabiiy va sun'iy yorug'lik, maydon chiziqlari, to'r va ustunlar, o'rindiqlar, bo'shlik zonalar va boshqa ko'rsatkichlar belgilangan me'yoriy standartlar asosida ekspertizadan o'tkaziladi.

Sportchilarga mo'ljallangan yechinish-kiyinish, yuvinish, gigiyenik, kommunikatsion, tibbiyot va hakamlar xonalari nazoratdan o'tkaziladi.

Amalga oshirilgan ekspert-nazorat tadbirlari natijalariga ko'ra xulosa tayyorlanadi va bu haqida musobaqa o'tkazuvchi mas'ul tashkilot rahbariga ma'lumot beriladi.

## 2.10. O'YIN TEXNIKASI

Voleybolchi faoliyati maydon bo'ylab harakatlanish, joy almashtirish, to'p qabul qilib olish va uzatish, to'pni o'yinga kiritib berish, hujum qilish va to'pni to'sish (blok qo'yish) kabi usullar yordamida amalga oshiriladi. Hujumdagi o'yin texnikasi maydonchada harakatlanish va to'p bilan harakatlanish usullari yordamida amalga oshiriladi. O'yindagi hujum texnikasi harakatlanishi o'yinchining maydonchada joy tanlashdagi harakatlari. Bunga harakatanish va chalg'ituvchi (aldamchi) harakatlar kiradi.

Holat – bu o'yinchining biror usul qo'llash uchun qabul qilgan boshlang'ich holati. Joy va harakat to'riga qarab, hujumchi qulayroq yuqori holatni qabul qiladi. Bu holatda oyoqlarning bukilish darajasi unchalik katta emas ( $135^{\circ}$  C burchak ostida).

To'pni qabul qilib olish va uzatish uchun o'yinchilar ko'pincha keyingi harakatga o'tish uchun puxta tayyorgarlik ko'rish imkonini beruvchi o'rta (asosiy) holatni qo'llaydilar. (Son va boldir orasidagi burchak bu holatda  $130^{\circ}$  ni tashkil qiladi). O'yinchining ilk holati va boshlang'ich harakatlari usul samaradorligiga hal qiluvchi ta'sir ko'rsatadi.

**Voleybolchining maydoncha bo'ylab harakatlari** yurish, yugurish va sakrash kabi holatlarini o'z ichiga oladi. O'yinchi harakatlari boshida yurib, asosiy holatni qabul qiladi, bu unga to'pga aniq chiqishga va tana avvalgi holatiga qaytishiga imkon beradi. Ko'pincha voleybolchilar to'pga tezlik bilan intilishlariga to'g'ri keladi. Bunday harakatlar hujumkor zarba

berish, sakrab to'p uzatish, blok qo'yish maqsadida qo'llaniladi. Ushbu yugurishda oxirgi qadam to'xtalish harakati bilan qo'llaniladi va bu to'pga aniq chiqish, ushbu usul qo'llanilib bo'lgandan so'ng tezda avvalgi holatga qaytish imkonini beradi. Balandga sakray bilish voleybolchi uchun juda muhimdir.

Sakrashning asosiy usuli ikkala oyoq yordamida depsinib sakrashdir.

Ushbu usul hujumkor zarba, sakrab to'p uzatish, blok qo'yish kabi usullarning asosi hisoblanadi. Ikki oyoqlab sakrash usuli voleybolchi joyidan turib yoki qisqa masofadan yugurib kelib amalga oshirishi mumkin. To'xtatuvchi harakatning bajara turib, voleybolchi oxirgi qadamni yugurishining gorizontaal tezligini tikka iloji boricha balandroqqa sakrashga aylantira bilishi lozim. Uning uchun u oldinga qo'yilgan oyog'iga suyanib, ikkinchi oyog'ini qo'yadi. Qo'llar bilakdan bukilgan holda orqaga yo'naltirilgan bo'lishlari lozim. Keyingi jonli harakat bilan qo'llarni oldinga tepaga yo'naltirgan holda, tanasi va oyoqlarini bukkan holda, yerdan depsinib sakraydi.



56-rasm

**To'pni tepadan, yondan va pastdan o'yinga kiritish.** Bu usul to'pni o'yinga kiritishning eng faol usuli. Boshlang'ich holat o'yinchi to'rga yoni bilan turadi oyoqlar bir chiziqli yelka kengligida bo'ladi. To'p chap yelka oldida yuqoriga otilib, bir vaqtning o'zida o'ng qo'l tushiriladi va tana o'ng oyoq tomon egiladi. To'p pastlay boshlashi bilan zarba beruvchi harakat boshlanadi: oyoqlar bukilib, tana to'g'rilanadi, qo'l yoysimon harakat bilan pastdan tepaga zarba beradi. Zarba kuchi oyoqni birdan to'g'rilash, tana og'irligi va tanani zarba tomon egish hisobiga oshiriladi. To'pni tepadan yonlanma kiritib berish zarbasining kuchi shuningdek, o'yinchining oldindan yugurib kelishi va qo'l siltash kuchi hisobga ham oshirilishi mumkin.

To'pni uzatish usuli o'yinchilar o'rtasidagi hamkorlikni ta'minlaydi. Qo'llaning boshlang'ich holati va bukilishiga qarab yuqoridan yoki pastdan to'p uzatilayotganligini aniqlash mumkin. To'pni yuqoridan uzatish usulidan ko'proq to'r oldidan hujumkor zarba berish maqsadida

foydalaniladi. Bu usul o'yinchida o'z vaqtida va aniq chiqib borishni talab etadi va to'p uzatish uchun qulay joyni, holatni tanlay bilish zarur bo'ladi. Bunda oyoqlar tizzadan bukilgan va yelka kengligida qo'llar bukilgan va oldinga uzatilgan, bo'g'inlar orqaga olingan bo'ladi. To'pni uzatish oyoqlar, qo'llar va tanani to'g'rilashdan boshlanadi (To'p tezligini kamaytirish va to'pni to'g'ri yo'naltirish uchun).

To'p uzatishda katta ko'rsatkich va o'rta barmoqlar muhim rol o'ynaydi. Barmoqlarning egiluvchan harakati to'pni to'g'ri yo'naltirish imkonini beradi. O'yinchi to'p uzatish xarakteri o'z harakatlarini doimiy ravishda o'zgartirib turishi lozim. Agar, masalan, to'p uzatish katta masofaga amalga oshirilsa, tana va oyoqlar jonliroq to'g'rilanishi lozim. Sakraganda to'p uzatish hujumni tezlashtirish va raqib blokini dog'da qoldirish maqsadida amalga oshiriladi. Uni joyida yoki qisqa masofadan yugurib kelib bajarganda qo'llar faol yozilishi lozim. «Yopiq» to'p uzatish usullaridan bir to'pni boshi uzra oshirib, orqaga uzatish. Bunga to'rga qo'llar tekkan chog'da, tana va bosh sal orqaga egilgan bo'lishi lozim.

Ushbu usulni sakrab turib bajarganda hujum uchun yaxshi imkoniyat paydo bo'ladi.

**Hujumkor zarba.** Zarbaning asosiy usuli hisoblanadi. Ushbu zarba kombinatsiyani tugallash vaqti ochko yutish yoki to'pni o'yinga kiritish huquqini qo'lga kiritish maqsadida amalga oshiriladi. Hujumkor zarbaning ikki turi mavjud: to'g'ridan va yonlama hujumkor zarabalar.

**To'g'ridan hujumkor zarba.** Hujumkor zarbaning asosiy usuli hisoblanadi. Ushbu zarbaning har qanday yo'nalishida va maksimal kuch bilan bajarish mumkin. Mazkur zarbani berish quyidagi bosqichlardan iborat: yugurib kelish, sakrash, zarba beruvchi harakat va yerga tushish. Ko'p hollarda ushbu zarba ikki-uch qadam tashlagan holda beriladi. Oxirgi qadam katta tashlanishi lozim. Sakrash vaqtida harakatlar mutanosibli, ayniqsa, yerdan siltanish chog'ida muhim. Zarba tanani badan burish va qo'lni oldiniga harakatlantirish bilan beriladi. Zarba kuchi to'pni yuqoridan berkituvchi qo'lning yakuniy harakatiga bog'liq. Zarba to'pga pastdan oldinga qarab beriladi. Zarba bergandan so'ng o'yinchi sal bukilgan oyoqlariga yumshoqqina tushadi, tana va yelkalar bo'shashgan holatda bo'ladi.

**Yonlama hujumkor zarba.** To'r oldida o'tkir burchakdan beriluvchi eng unumli zarba hisoblanadi. Qo'l siltanganda tana zarba beruvchi qo'l tomon yegilib, qo'l pastga yonga tushiriladi. O'ng qo'l zarba berilganda tana to'g'rilanib, yelkalar chapga buriladi, chap qo'l tushirilib, o'ng qo'l yoysimon harakat bilan to'pga yo'naltiriladi. Zarba chog'ida qo'l

to'g'ri bo'lishi lozim. Malakali voleybolchilar yonlama zarbani tanani burgan holda amalga oshiradi.



57-rasm

## 2.11. O'YIN TAKTIKASI

Voleybol texnikasining boshqa sport o'yinlarinikidan asosiy farqi — o'yin harakatlarining jamoaviyligida bo'lib, jamoa bo'lib harakat qilishini o'yinning asosiy qoidalar talab qiladi, chunki bu qoidalar o'yinchidan to'pni ko'p ushlab turmasdan tezda himoyadan hujumga (yoki aksincha) o'tishni talab qiladi. Himoya taktikasi hujum taktikasidan farq qiladi.

**Hujum taktikasi.** Jamoa harakatlari. Hujumda jamoa bo'lib harakat qilish bu o'yinning ma'lum bir tizimi. Jamoaning asosiy vazifasi to'p uzatish yoki o'cho olish uchun imkon yaratishi. Quyidagicha hujum turlari mavjud: birinchi chiziq o'yinchisining ikkinchi to'p uzatishidan so'ng hujumga o'tish, orqa chiziq chiquvchi o'yinchining ikkinchi to'p uzatishidan so'ng hujumga o'tish va birinchi to'p uzatishidan so'ng zarb berishga yo'naltirilgan hujum.

Birinchi chiziq o'yinchisining ikkinchi to'p uzatishidan so'ng hujumga o'tish. Bu hujumda to'p oldidagi sherigi to'p uzatgandan so'ng ikkita o'yinchi ishtirok etishi ko'zda tutiladi. Hujumning bu usuli oddiy bo'lib, to'pni qabul qilib olish va hujumkor zarba berish chog'ida o'yinchilar o'zaro harakatlarining ishonchiligi oshirishga omil bo'ladi.

Ushbu usulning kamchiligi barcha taktik kombinatsiyalar yakunida faqat ikkita o'yinchi ishtirok etadi. Bu esa tarkibga ustunlik qilish imkonini beradi. Ushbu hujumning uch xil turi mavjud: 2-zona orqali, 4-zona o'yinchisi orqali.

Birinchi ikkita variant asosiy hisoblanib turli toifadagi voleybolchilar tomonidan keng qo'llaniladi, uchinchi variant esa kamroq qo'llaniladi. 4-zonada to'p uzatuvchi turgan vaqtda 4 va 3-zona o'yinchilari joy almashadilar. O'yindagi muvaffaqiyati ko'p jihatdan birinchi va ikkinchi chiziq o'yinchilarining kelishgan harakatiga bog'liq.

**Guruh bo'lib harakat qilish.** Hujum chizig'ining kombinatsiyalari to'p uzatish balandligi, tezligi, masofasiga qarab o'zgartirgan holda, shuningdek, hujumchilarning joy o'zgartirishlari, aldatchi harakatlar yordamida amalga oshiriladi.

Masalan: Hujumni zarba berish bilan yakunlaydi. 4-zona o'yinchisi uzun to'p uzatishdan so'ng zarba berish uchun hozirlik ko'radi.

Bu hujum to'ri uchun «Eshalon» kombinatsiyasi xos. Bunda 4-zona o'yinchisi hujum qilayotgandek 3-zona harakat qiladi.

2-zona o'yinchisi o'z xonasida zarba berishga tayyorlanadi, hujumni esa 3-zona o'yinchisi bevosita sherigi orqasida turib yakunlaydi.

Birinchi to'p o'z o'tishdan so'ng hujumga o'tish. Bu hujumning keyingi usuli hisoblanadi. Shu bilan birga vaqtda, ushbu usulni qo'llab jamoa sur'atini o'stirish va hujum kutilmaganda uyushtirilishi evaziga yuqori samaradorlikka erishish mumkin. Hujumning qiyinligi to'pni zarb berish uchun aniq uzatib berish zarurligida. Hozirda uzatlayotgan to'plarni qabul qilib olishning qiyinligini ushbu hujumni muntazam qo'llashni cheklab qo'yimoqda.

Ushbu hujumda hujumchilar hujum chizig'ida joylashadilar. Mazkur joylashuv qisqacha masofadan yugurib kelib muvaffaqiyatli yakunlash imkonini beradi. shuningdek, hujumning barcha zonalariga xatosiz to'p uzatishni kafolatlaydi. To'p chetidagi kombinatsiyalar nisbatan oddiy hisoblanadi:

1-2-zonadagi hujumchiga yo'nalgan birinchi to'p uzatish. Ushbu hujumchi to'p tomon siljiydi va qo'yilgan raqib to'sig'iga qarab hujum qilish (bitta raqib to'p yo'lini to'sganda) yoki to'pni 3 yoki 4-zonadagi sheriklariga uzatish (2 ta raqib to'p yo'lini to'sganda) qarorini qabul qiladi, 4-zona o'yinchisi agar birinchi to'p unga uzatilgan bo'lsa xuddi shunday harakat qiladi.

2. Uchinchi zona o'yinchisining boshi uzra uzatilgan to'pga 2-zona yugurib kirishi. Birinchi to'p 2 va 3-zonalar oralig'iga yo'naladi. 2-zona hujumchisi zarba berish uchun siljiydi va sakrab, ikkitalik to'siq bo'lganda to'pni boshi uzra orqaga yoki 4-zonaga uzatadi. Agar hujum chizig'idagi 3-zona o'yinchisi chapaqay bo'lsa, ushbu kombinatsiyani 4-zonada muvaffaqiyat bilan qo'llash mumkin.

**Hujumkor zarba taktikasi** hujumni hal qilishning asosiy vositasi. Raqiblar to'g'ri hujumchidan, jismoniy – texnik taktik, ruhiy tayyorgarlikni talab qiladi. Yakka taktika zarba kuchi emas, uning kutilmaganda berilishi asosida tashkil etiladi. Hujumchi texnik jihatdan mahorati, u turli o'yin vositalaridan osonlikcha chiqib keta oladi. Hujum yo'nalishini aniqlay turib, hujumchi raqib maydonchadagi vaziyatni tezda to'g'ri baholab, hujumning samarali usulini tanlay bilishi lozim. Chekka zonalarda harakatlanib, u kuchli zarbalar, qiyshiq zarbalarni qo'llaydi.

**Yakka harakatlar.** O'yinda muvaffaqiyat qozonish uchun to'pni o'yinga kiritish, o'z o'tish hujumkor zarba berishni qo'llagan holda harakatlanish maqsadga muvofiq. Hujumdagi yakka taktik harakatlarning samaradorligi o'yinchi faolligiga, tashabbuskorligi maydonchani ko'ra bilish, o'yindagi vaziyatni to'g'ri baholab, o'z vaqtida kerakli qarorni qabul qila olishga bog'liq.

Joy tanlay bilish voleybolchi taktik faoliyatining asosi. Hujumkor zarbalarning samarasi to'g'ri tanlangan joyga bog'liq. Ikkinchi to'p uzatish uchun joy tanlab turib, o'yinchi o'z jamoadoshlari va to'siq qo'yuvchi raqiblari turgan holatini yaxshi ko'ra bilish va doim to'p qabul qilishi chog'ida yo'l qo'ygan xatoni tuzatishga tayyor turishi lozim. Hujumkor zarbalarga tayyorgarlik harakatlari muhim ahamiyatga ega bo'lib, tayyorgarlik holatini qabul qilish va zarba berish holatlarini o'z ichiga oladi. Hujum ikkinchi to'p uzatishdan so'ngra uyushtirilayotgan vaqtda hujumchi to'pdan 4-5 m uzoqlikda, iloji boricha uzoqroqdan yugurib kelib, zarba berishi lozim. Birinchi to'p uzatishdan so'nggi hujumda chekka zonalar (4 va 2) hujumchilari hujum chizig'ida turishi lozim.

**To'pni o'yinga kiritish taktikasi.** Ko'proq to'pni o'yinga kiritish usuli qo'llaniladi. Bu usulda voleybolchi usulni kuchli va aniq zarba bilan raqib maydonchasidagi bo'sh, bunday to'pni qabul qila olmaydigan o'yinchi tomoniga yo'llashga harakat qiladi. Ushbu zarba raqib uchun kutilmagan bo'lsa muvaffaqiyat keltiradi.

**To'p uzatish taktikasi.** Ushbu usulni qo'llay olish tufayli hujum samaradorligiga erishish mumkin. Usulni qo'llayotgan o'yinchining asosiy maqsadi – sherigi uchun taktik kombinatsiyani davom ettirish yoki hujumni yakunlashga sharoit yaratib berish, shuningdek, raqib holatini qiyinlashtirishdir. To'p uzatayotgan o'yinchi o'z jamoadoshlari va raqiblari o'yinini diqqati bilan kuzatib to'pni yakuniy zarba berish uchun qulay vaziyatda to'rgan sherigiga uzatadi.

**Jamoa harakatlari.** Jamoani himoya harakatlari ikki yo'nalish bo'yicha amalga oshiriladi: kuchli, hujumkor zarbalarni to'sish va to'p

o'yinga kiritilgandan so'ng uni qabul qilib olish. Himoyachilar vazifasi to'pni uz maydonchalariga tushirmaslik va qarshi hujumlar uchun sharoit yaratish. Jamoa taktikasi asosini raqib hujum vaqtida olti o'yinchining maydonchada joylashuvi tashkil etadi. Quyidagi joylashuv turlari mavjud: ikki himoyachi - 2 - 2 - 2 uch himoyachi - 2-1-3 va aralash himoya tizimi.

**Ikki himoyachi tizimi.** Ushbu usulning asosiy yutug'i jamoa o'yinchilarining barcha zonalari keng joylashganligi himoya harakatlarining soddaligidir. b - zona o'yinchisining oldinda turishi to'siq qo'yuvchilarni qo'llab turish, himoyada hujumga o'tish sharoitini ta'minlaydi.

Ushbu himoya qo'llanganda quyidagi holatlar yuzaga keladi. 1. Raqib 4-zonadan hujum qilayapti. Bunda 3 va 2-zona o'yinchilari to'siq qo'yib, to'pning asosiy yo'nalishini to'sadilar. 4-zona o'yinchisi turganda hujum chizig'iga siltab, qiyshiq berilgan hujumkor raqib zarbasini qabul qilishga tayyor turadi. 5-zonaning asosiy o'yinchisi to'siq bilan himoyalangan hududga siljib yo'llanma va sheriklari to'sig'idan qaytgan to'pni qabul qilishga tayyor turadi. Birinchi zona himoyachisi yon chiziq yonida harakat qiladi. Oldinga siljib u chiziq bo'ylab va o'z hududiga berilgan zarbalarni qabul qilishga tayyor turadi.

2. Hujumkor zarba 2-zonadan berilayapti. To'siqni 3- va 4-zona himoyachilari qo'yadilar. Boshqa o'yinchilar maydoncha bo'ylab joylashib 1 variantdagidek harakatlanadilar.

**Uch himoyachi tizimi.** Ushbu usul hozirgi kunda to'siq ustida zarba bera oluvchi baland bo'yli, kuchli voleybolchilar ko'payganligi bois qo'llanilmoqda. Usulning o'ziga xosligi orqa chiziqda uch himoyachi joylashishidir. Bunday joylashuv kuchli hujumkor zarbalarni yaxshilaydi, lekin to'siq va markaz zaiflashib qoladi.

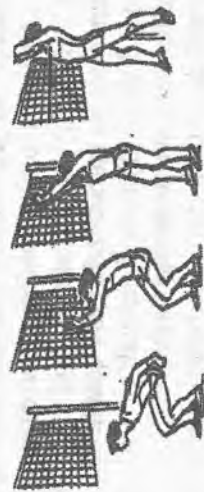
Bu himoyada 3 xil qo'llash usuli mavjud:

- chekka himoyachi tomonidan qo'llash;
- to'siq qo'yishda ishtirok etayotgan birinchi chiziq o'yinchisi tomonidan qo'llash;
- aralash qo'llash.

Guruh bo'lib himoyada harakadanish. Himoyachilarning o'zaro hamjihat harakatlanishi. Hujumkor zarbalarni qabul qilib olish sifatida himoyachining turli zonalarda o'ynay olish va to'siqsiz, to'siq ustidan o'tgan hujumkor zarbalarni qabul qila olishiga bog'liq. Bu doimiy diqqat, texnik mahorat va o'zaro kelishib o'tishni talab etadi. Himoyani kuchaytirish uchun o'yin vaqtida zonalarni almashish foydalidir.

**To'siq qo'yish va o'zaro harakatlar.** Guruh bo'lib to'siq qo'yishning asosiy shakli bu ikkitalik to'siqdir. Guruh bo'lib to'siq qo'yish taktikasi asosiy va yordamchi to'siqchilarning harakatlari va yordamchi zona to'siqni qo'yishdagi o'zaro harakatlari bilan iborat. Asosiy to'siq qo'yuvchi vazifasi koptoq 3-zona himoyachisiga yuklatiladi. Yordamchilar bo'lib 4 va 2-zona o'yinchilari turishadi. Bunday taktika to'pni sekin o'yinga kiritish va yuqoridan hujum taktikasi javob beradi. Tez va kombinatsiyali o'yinda kuchli to'siqlar chekka zonalarida joylashadilar, to'p markazida faol to'siqchi harakatlanadi:

- asosiy to'siqchi to'siqni tayyorlash uchun javobgar bo'lib, zarbaning xavfli yo'nalishini to'sadi. U sakrash vaqti va joyini aniqlaydi, qo'llarni to'siq uchun qo'yish usulini tanlaydi va sherigi harakatini boshqaradi;
- yordamchi to'siqchi o'z qo'llarini asosiy to'siqchi qo'llari yoniga qo'yib, zarba yo'lini to'sadi;
- himoyachilarning to'siqchilar bilan o'zaro harakati. Ushbu harakatlar tanlangan himoya tizimiga bog'liq bo'ladi. Ko'p hollarda to'siqchilarni qo'llashda ikkita asosiy (himoyachi), yordamchi (to'siqchida ishtirok etuvchi hujumchi) ishtirok etadi. Uchtalik to'siq chog'ida uchinchi to'siqchi harakatlari butun hujum chizig'i bo'ylab kengayadi.
- qo'llovchilarning o'zaro harakatlari to'siq vaqtda, o'yinga kiritilgan to'pni, hujumkor zarbani qabul qilib olish chog'ida kuzatiladi. O'yinni qabul qilib olingan to'pni qabul qilishda ushbu to'pni qabul qilmaydigan o'yinchilar qo'llaniladi;



58-rasm

- bu hollarda ushbu o'yinchi joylashgan zona to'siladi. Bunda noto'g'ri qabul qilingan to'pni o'yinga qaytarish muhim. Hujumga o'tish vaqtda zonasidan hujumkor zarba berayotgan o'yinchi qo'llaniladi. Hujumkor zarbani qabul qiluvchi himoyachini qo'llash. Alohida o'rin tutadi.

Uning har bir sherigi raqib zarbasi imi va zonani himoya qilishga tayyor turishi lozim. Birinchi bo'lib u tomonga yaqin turgan o'yinchi siljiydi, bu ko'proq 6-zona o'yinchisi bo'ladi.

**Yakka harakatlar.** Joy tanlash. Himoya harakatlari samarasi o'z vaqtida, to'g'ri joy tanlay bilish va himoyalash usullarini samarali qo'llashga bog'liq. Joyini to'g'ri tanlay bilish o'z sheriklari va raqiblari joylashishini kuzatish, to'p tezligi va kuchini aniqlay bilish mahoratini talab etadi. To'p tomon siljib, o'yinchi o'z harakat zonasini, jamoasi taktikasi va himoya bo'yicha sheriklarini imkoniyatlarini aniq tasavvur qila bilishi lozim.

O'yinga kiritilgan to'pni qabul qilib olish o'yindagi eng mas'uliyatli jarayondir, chunki har qanday xato ochko yo'qotishiga olib keladi. Shu bilan bir vaqtda qabul qilishning sifatligi jamoaning samarali hujumiga sabab ham bo'lishi mumkin. Shuning uchun qabul qiluvchi to'p yo'nalishi, kuchini aniqlay bilishi, to'g'ri joy tanlashi lozim. Shu bilan birga u o'z harakatlari bilan jamoadoshlariga halal bermasligi lozim.

Hujumkor zarbalarni qabul qilish himoyachidan chaqqonlik va yaxshi moslashuvchanlikni talab qiluvchi qiyin usuldur. Himoyachi buning raqib hujumi chog'ida uning harakatlarni kuzata turishi lozim. Zarbani qabul qilish usuli va joyini tanlay turib, himoyachi vazifasini hisobga olishi lozim. Tanlangan joy himoyachiga to'p va raqib hujumchisi harakatlarni kuzatish imkonini berishi lozim. Asosiy vazifadan tashqari himoyachi zarbani yaxshi qabul qilib olgan chog'da to'pni o'z hujumchilariga uzatish kerakligini unutmasligi lozim. Bittalik to'siq himoyaning muhim vaziyati.

O'yin oldidan birinchi hakam birinchi partiyada qaysi bir jamoaga birinchi to'p kiritish yoki maydoncha tomonini aniqlash bo'yicha qur'a tashlaydi.

Agar so'nggi hal qiluvchi partiya bo'lsa, qur'a qayta tashlanadi. Qur'a tashlash bo'yicha g'olib bo'lgan sardor 'z' ixtiyoriga ko'ra to'p kiritish to'pni qabul qilish yoki maydoncha tomonini tanlash huquqiga ega.

Agar jamoalar uchun oldindan o'zga maydonchada mashq qilish imkoniyati yaratilgan bo'lsa unda to'rdan oshirib mashq qilish vaqti uch daqiqa muddatga beriladi. Aks holda, ushbu mashq uchun 5 daqiqa beriladi. Agar ikki jamoa sardorlari kelishgan holda to'rdan to'p oshirish mashqlarini o'tkazmoqchi bo'lsa, unda jamoalarda 6 yoki 10 daqiqa berilishi mumkin. O'yinda har bir jamoadan faqat 6 ta o'yinchi ishtirok etadi. Jamoaning dastlabki joylashishi o'yinchilarning almashish tartibini belgilaydi. Ushbu tartib butun partiya davomida saqlanishi lozim.

Har bir partiya oldidan murabbiy o'yinchilarning maydonchada joylashish tartibini kartochockaga yozib va imzo qo'yib, ikkinchi hakamga yoki kotib hakamga taqdim etishi lozim. Dastlabki joylashishda o'rin olmagan o'yinchilar, shu partiyaning zaxirasidagi o'yinchilari hisoblanadi. Joylashish kartochockasi taqdim etilgandan so'ng ushbu kartochockaga o'zgartirish kiritish mumkin emas. Lekin o'yinchi rasmiy almashtirilishi mumkin.

Agar kartochockada qayd etilgan o'yinchilar o'rniga boshqa o'yinchi kirib kelsa joylashish kartochockada qayd etilganidek to'g'irlab qo'yilishi lozim.

Buning uchun jazo qo'llanilmaydi.

O'yin jarayonida o'yinchini almashtirish – muayyan zonadagi o'yinchining maydonni tark etishi va uning o'rnini boshqa o'yinchi egallashi. Almashtirish hakamning ruxsati asosida amalga oshiriladi. Bir o'yinchini ikkinchi o'yinchi o'rniga tushishi kotib shu haqida bayonnomaga yozgandan so'ng amalga oshiriladi.

Har bir partiya jamoaga kirish bilan 6 ta almashtirish huquqi beriladi. Bir vaqtning o'zida bir yoki bir necha o'yinchi almashtirilishi mumkin. Dastlabki tartibda joylashgan o'yinchi maydonni bir partiyada faqat bir marta tark etib, qaytib o'z o'rniga kirishi mumkin.

Almashtirilayotgan zaxiradagi o'yinchi har bir partiyada faqat bir marta maydonga tushishi mumkin. U maydonga qolishi yoki yana dastlabki tartibdagi muvofiq o'yinchi bilan qayta almashtirilishi mumkin. Aynan shunday almashtirilishi 3 ta dastlabki tartibdagi va 3 ta zaxiradagi o'yinchilar o'rtasida amalga oshirilishi mumkin.

Jarohatlanish sababli o'yinni davom ettira olmaydigan o'yinchi zaxiradagi o'yinchi bilan yuqorida qayd etilgan qoida asosida almashtirilishi lozim. Agar buning iloji bo'lsa, ya'ni jamoa almashtirish imkoniyatidan to'liq foydalanib bo'lgan bo'lsa, unda shu jamoaga qoidadan tashqari istisno tariqasida jarohatlangan o'yinchini almashtirish imkoniyati beriladi. Ushbu o'yinda jarohatlanib maydonni tark etgan o'yinchiga maydonga qaytish huquqi berilmaydi.

Maydongan jazo bilan chiqarilgan yoki diskvalifikatsiya (chetlashtirilgan) qilingan o'yinchini almashtirish qoidadagi tartibga asosan amalga oshiriladi.

Agar jamoa almashtirish imkoniyatidan foydalangan bo'lsa, u holda o'yinchini almashtirish noto'g'ri bo'ladi. Lekin qoidani istisno tariqasida almashtirish bundan istisno. Jamoa noto'g'ri almashtirishga yo'l

qo'yganda va vaziyat hal etilib, o'yin qayta tiklanganda quyidagi qarorlar qabul qilinishi kerak:

jamoa o'yin vazifasini yutqazgan hisoblanadi; noto'g'ri almashtirish to'g'rilanadi; «aybdor» jamoaning so'nggi ochkolari bekor qilinadi. Raqib ochkolari saqlab qolinadi.

### **Bob bo'yicha nazorat savollar**

1. Guruh bo'lib harakat qilish deb nimaga aytiladi?
2. Hujumkor zarba deganda nimani tushunasiz?
3. O'yin jarayonida o'yinchini almashtirish qanday amalga oshiriladi?
4. To'pni o'yinga kiritishdagi xatolarni bilasizmi?
5. To'siq qo'yish qoidalarini bilasizmi?

### **Bob bo'yicha adabiyotlar**

- 1 Isroilov Sh.X. Voleybol. *II Olimpiya* zaxiralari talabalari uchun o'quv qo'llanma. T.: Tasvir, 2008. - 144
- 2 Qurbanova M.A., Qosimova M.U. Milliy va harakatli o'yinlar. *II Oliy o'quv yurtlari umumiy kurs talabalari uchun o'quv qo'llanma*. T.: 2009. - 67 b.
- 3 Pulatov A.A. Voleybolning rasmiy qoidalari. O'zDITI nashriyot-matbaa bo'limi. - T.: 2002. - 53 b.
- 4 Pulatov A.A., Isroilov Sh.X., Qurbanova M.A. Voleybol. II kurs talabalari uchun ixtisoslik fanidan ma'ruza matnlari. - T.: 2003.
- 5 Pulatov A.A. Voleybol. I kurs talabalariga mo'ljallangan ma'ruzalar to'plami. - T.: 2004. - 71 b.
- 6 Pulatov A.A., Isroilov Sh.X. Voleybol nazariyasi va uslubi. *O'quv qo'llanma*. - T.: 2007. - 148 b.
- 7 Pulatov A.A., Isroilov Sh.X., Qurbanova M.A., Qodirova M.A. I-IV kurs talabalari bilan seminar va uslubiy mashg'ulotlar o'tkazish bo'yicha uslubiy ishlanmalar (voleybol nazariyasi va uslubi bo'yicha). - T.: 2008. - 78 b.
- 8 Pulatov A.A. Yosh voleybolchilar tezkorlik-kuch sifatlarini shakllantirish uslubi. *II Uslubiy qo'llanma*. - T.: 2008. - 38 b.

### III BOB. BASKETBOL

#### 3.1. BASKETBOL O'YININING KELIB CHIQISHI VA RIVOJLANISHI TARIXI

Hozirgi zamon basketbol o'yinining rivojlanish tarixi 1891-yilning dekabr oyidan boshlangan. Sprigfild shahridagi (AQSh, Massachuset shtati) xristian – ishchilar maktabi (hozirgi Springfield kolleji)ning anatomiya va fiziologiya o'qituvchisi doktor Jeyms A.Neysmit talabalarining qish faslidagi jismoniy mashg'ulotlarini bir qator jonlantirishga qaror qildi. Neysmit tomonidan ijro qilingan o'yinning dastlabki varianti beshta asosiy shartdan va 13 ta asosiy qoidalaridan iborat bo'lgan o'sha o'yinning dastlabki qoidalari 1892-yil 15-yanvarda "Uchburchak" ("Triugolnik") degan gazeta sahifalarida bosilib chiqadi. Neysmit yangi o'yin uchun futbol to'pini tanlaydi, chunki bu to'pni qo'l bilan olib olish oson bo'lib, uni oshirish qiyin hamda yerga urilgan vaqtda to'p yerdan doimo yuqoriga otilib o'ynashi unga ma'qul bo'lgan.

Bunday o'yinning avj olishi hozirgi zamon basketbol ishqibozlarini hayron qoldirishi mumkin (aytmoqchi, o'sha zamonlarda ham o'yinning nomi xuddi hozirgi singari: "basketbol" deb yozilgan). Neysmit shaftoli terishga mo'ljallangan savatchani zal ichidagi balkonga o'rnatib qo'ygan, savatchaning yonidagi narvon ustida farrosh o'tirgan. Uning vazifasi muvaffaqiyatli tashlangan va savatchaga tushirilgan to'pni savatcha ichidan olib, pastga o'yinchilarga uzatib turishdan iborat bo'lgan.

1891-yil 21-dekabrda Springfield kollejining gimnastika zalida basketbol bo'yicha birinchi match o'tkaziladi. Matbaa manbalari bu o'yinning uch xil tug'ilish sanasini qayd etadilar: 1891-yil 21-dekabr, 1892-yilning 15- va 20-yanvari. "O'yin yaratuvchi"ning ta'kidlanishicha esa birinchi uchrashuv 1891-yilning "rojdestvo" bayrami oldidan o'tkazilgan ekan.

Guruhda 18 kishi bor edi. Shuning uchun o'yinda har biri 9 kishidan iborat 2 jamoa ishtirok etdi. O'yin ko'pchilikka shu qadar ma'qul bo'ldiki, tez orada o'yin qoidasidan nusxa ko'chirib berishni so'rab Neysmitni xolijoniga qo'yishmadi. Keyinroq, 1892-yilda u o'z o'yinining birinchi "Qoidalar kitobi"ni nashr ettirdi. Unda 13 ta asosiy band bo'lib, ularning ko'pchiligi bizning hozirgi kunlarimizda ham amal qilmoqda. Tamoyil jihatdan u "qoidalar"ning hozirgilaridan farqi to'pni "olib yurish" qoidalari deb hisoblash mumkin.

Neysmit o'yinda ishtirok etuvchilar sonini qat'iy ravishda cheklab qo'ymagan. Uning ta'rificha, o'yinda uch kishidan boshlab 40 kishigacha qatnashishiga ruxsat berilgan. Holbuki, eng maqbul mezon har jamoada 9 kishi bo'lishi edi. Futbol o'yinidan nusxa ko'chirib o'yinchilarni uchta hujumchiga uchta himoyachiga ajratib qo'yilgan edi. Ularga faqat o'z "zonalarida" o'ynashga ruxsat berilgan edi.

1892-yil 11-martda mana shu qoidalar asosida birinchi marta tomoshabinlar huzurida o'yin o'tkazilib, uni tomosha qilish uchun 200 kishi to'plandi. Talabalar o'z o'qituvchilari bilan o'ynaydilar va 5:1 hisobida g'olib chiqdilar. Shundan keyin o'yin keng miqyosda rivojlanib ketdi va 1892-yilning o'zida Meksikada ham basketbol o'ynala boshladi. Oradan biroz vaqt o'tgach Lyu Allen Xartford shahrida noqulay savatchalarni – shaftoli terishga mo'ljallangan ushbu savatlarni simdan to'qilgan slindr shaklidagi og'ir savatchalar bilan almashtirdi.

O'yin yildan-yilga rivojlanib borib, uning qoidalari ham ancha takomillashtirildi. Chunonchi, 1893-yilda birinchi marta tegib qaytadigan va to'pni tomoshabinlar orasiga borib tushishdan saqlaydigan qurilma va unga to'r xalta biriktirilgan temir halqa o'rnatildi. Shitning kattaligi 3,6x1,8 m bo'lgan. Oradan bir yil o'tgach, to'pning kattaligi oshirilib aylanasi uzunligi 30-32 dyumga (76,2-81,8 sm)ga yetkazildi. 1895-yilga kelib o'yin qoidalariga jarima to'pi tashlash kiritildi. Jarima to'pi 15 fut (5,25 sm) masofadan turib tashlanar edi.

Oradan ko'p o'tmay savatcha hozirgi zamon shaklini oladi, lekin shit esa o'zining hozirgi kattaligiga 1895-yilda erishadi. Ayni mahalda shitni oq rangga bo'yab qo'rganlar, 1909-yilga kelib esa shitni yaltiroq plastinadan tayyorlay boshlaganlar. Maydonda to'pni olib yurish qoidasi 1896 - yilda kiritilgan. To'pni tortib olish ham unga qiyin emas edi. Oradan uch yil o'tgach, basketbolda foydalanilayotgan futbol to'pi maxsus tarzda tayyorlangan basketbol to'piga almashtirildi.

O'yin texnikasining tez takomillashishi va o'yinchilar harakatchanligining ortib borishi shunga olib keldiki, 1896-yilda jamoalar tarkibini 5,7 yoki 9 o'yinchi bilan cheklab qo'yish to'g'risida bir bitimga kelishildi. O'yinda necha kishilik jamoa ishtirok etishi o'yin maydonining kattaligiga bog'liq bo'lgan. Tez orada jamoadagi o'yinchilar soni butunlay standart holga keltirildi: ya'ni bir vaqtning o'zida 5 kishidan ortiq o'yinchi qatnashishiga ruxsat etilmaydigan bo'ldi.

1892-yilning mart oyida ushbu o'yinni "Ilk ixtirochi"lari jamoalari o'rtasida dastlabki o'yin o'tkaziladi. Ular Bekingem maktabining o'qituvchilari va stenografistlari edi. Jamoadagi o'yinchi qizlardan biri

Mod Sherman bu o'yinda o'z baxtini ham topdi – u Jeyms Neysmitga turmushga chiqdi.

1893-yil 22-martda juda ko'p tomoshabinlar huzurida Smit kolledjining birinchi kurs qizlari bilan ikkinchi kurs qizlari o'rtasida birinchi rasmiy o'yin o'tkazildi. Unda katta qizlar 5:4 hisobi bilan g'alaba qildilar. Qizig'i shundaki, o'yinni tomosha qilgan tomoshabinlar ishqibozlar orasida birorta ham erkak bo'lmagan. Buning sababi erkaklarga zalga kirish man etilgan, sababi basketbolchilar kalta yubkalarda o'yinga tushgan edilar.

1896-yilda qizlarning Xristian assotsiatsiyasi ushbu o'yinni kam harakat va qizlar uchun qulayroq qilish maqsadida basketbol bo'yicha o'yin qoidalarini qayta ko'rib chiqadi. O'sha paytdan boshlab basketboldan farqli ravishda "netbol" (net – to'r, bol – to'p) o'yini rivojlana boshlaydi.

Shu yilning o'zida AQShda basketbol bo'yicha rasmiy musobaqalar bo'lib o'tadi. Oradan 6 yil o'tgach birinchi bor studentlarning mintaqalararo o'yini tashkil etiladi. Xuddi o'sha yili Buffalo shahrida tashkil etilgan Panama – Amerika qo'shma ko'rgazmasida basketbol o'yini "eksponat" sifatida ko'rsatildi.

AQShda tuzilgan basketbol o'yini oradan ko'p o'tmay Xitoy, Filippin, Angliya, Fransiya, Italiya singari dunyoning ko'p mamlakatlariga tarqalib ketadi.

### 3.2. BASKETBOLNING RIVOJLANISH BOSQICHLARI

**1-bosqich** 1891-1918-yillarni o'z ichiga olib, basketbolning yangi o'yin sifatida shakllanib borish bosqichi hisoblanadi. Avvaliga gimnastika darslarini biroz jonlantirish uchun yaratilgan basketbol asta-sekin sport o'yiniga aylanib, uning o'ziga xos barcha xususiyatlari shakllana boshlaydi. Uning dastlabki rasmiy o'yin qoidalari yaratiladi. Uning o'yin teknikasi va taktikasi shakllanadi. O'yinda ishtirok etayotgan jamoa a'zolarining har biri uchun inuayyan vazifalar belgilab beriladi.

**2-bosqich** 1919-1931-yillardan iborat bo'lib, bu davr milliy basketbol federatsiyalari tashkil etilganligi bilan ajralib turadi. Bu esa basketbolning sport o'yini sifatida rivojlanib borishiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xuddi shu davrda dastlabki basketbol bo'yicha xalqaro turnir – musobaqalar o'tkaziladi.

**3-bosqich** 1932-1947-yillarni o'z ichiga oladi. Bu davr butun dunyo bo'yicha basketbol o'yini har tomonlama rivojlanganligi bilan xarakterlidir. Bu davrda basketbol o'yini federatsiyasi (FIBA) tashkil etiladi. Bu hodisa unutilmas voqea bilan basketbolni sportning Olimpiya turidagi o'yinlar qatoriga kiritilishi bilan birga sodir bo'ladi. Shu davrda sobiq sovet basketbolchilari ham xalqaro maydonga chiqadilar. Basketbol texnikasi va taktikasiga yangiliklar kiritiladi.

**4-bosqich** 1948-1965-yillarni o'z ichiga oladi. Bu yillarda butun dunyoda basketbol o'yini shiddat bilan rivojlanibgina qolmay, muayyan sakrashlar tarzidagi taraqqiyot va sport mahoratining o'sishi ham ana shu davrga to'g'ri keladi. To'pni bir qo'l bilan otish qoidasi paydo bo'ladi, raqibning hujumiga qarshi o'zini himoya qilish texnikasi va taktikasida ancha murakkab priyomlar paydo bo'ladi. Mini-basketbol o'yini vujudga kelib, dunyo bo'ylab tarqala boshlaydi.

**5-bosqich** 1986-1990-yillarda milliy Federatsiyalar soni ortadi. Milliy professional basketbol uyushmalari (XBA) paydo bo'ladi. Basketbolchilarning xalqaro aloqalari mustahkamlanadi, o'yin texnikasi va taktikasida yangiliklar vujudga keladi. Musobaqalar qoidasi va hakamlilik metodikasi takomillashtiriladi.

### **3.3. O'ZBEKISTONDA BASKETBOL O'YININING RIVOJLANISHI**

O'zbekiston sportchilarini "Basketbol" degan o'yin bilan birinchi marta Moskva instruktorlar va chaqiriq yoshidagi yigitlarni harbiy xizmatga tayyorlash maktabining bitiruvchisi Turkiston o'lkasiga xizmat safariga yuborilgan umumta'lim vakili L.Barxash tanishtirgan. U 1920-yilning aprel oyida Skobalev (hozirgi Farg'ona) shahrida instruktorlardan va harbiy xizmatga chaqiriq yoshiga yetayotgan o'smirlardan iborat basketbol jamoasi tashkil etadi. Ularga o'yin qoidasini tushuntirib namunaviy o'yinni o'ziga o'tkazib ko'rsatadi. 28x16 metrli maydonchada o'rtasidan ikkita uzunasiga chiziqli tortilgan chegara qo'yib, har blrida 9 nafardan o'yinchi bo'lgan ikki jamoa uchrashadi.

Toshkent shahrida basketbol jamoasini tuzgan kishi harbiy xizmatga chaqirish yoshiga yetayotgan katta yoshli o'smirlar harbiy-jangovar maktabining o'qituvchisi S.Stariy bo'lgan edi. Bu yerda umumta'lim muassasa hovlisida tashkil etilgan basketbol maydonchasida 1920-yilning sentyabr oyida birinchi o'yin bo'lib o'tgan edi. Unda har bir jamoada besh nafardan o'yinchi bo'lib to'p o'rinda futbol to'pidan foydalangan edilar.

Halqa o'rniga sport maydonchasining har ikki chekkasidagi ustunlarga osib qo'yilgan tagi teshik eski chelaklardan foydalanilgan edi.

Tashkil etilgan mana shu dastlabki namunaviy o'yinlar mahalliy yoshlarga va jismoniy tarbiya instruktorlariga ma'qul bo'lib, ularda katta taassurot qoldiradi. Toshkentda o'tkazilgan o'sha birinchi basketbol o'yini qatnashchisi M.D.Mogilevskiyning hikoya qilishiga, yigitlar har kuni kiyib yurgan o'yinga tushishgan va ko'plari yalangoyoq o'ynashgan. O'yin boshdan-oyoq bir-biriga to'p otish va qo'liga tushgan to'pni osib qo'yilgan eski chelakka tashlashdan iborat bo'lgan. Bu yerda o'yinning eng oddiy qoidalariga rioya qilinmaganligiga qaramasdan, yangi o'yin odamlarda kuchli hayajon uyg'otgan, vaziyatning tez-tez o'zgarib turishi bu yerda to'plangan o'smirlar va yoshlarning diqqatini o'ziga tortgan.

1920-yilning yozida va kuzida bir necha ko'rgazmali uchrashuvlar o'tkazildi. Yangi o'yinga qizlar ham qiziqqa boshlashdi. Shu yili Andijonda jismoniy tarbiya instruktori I.Bluskiy rahbarligi ostida ayollar basketbol jamoasi tashkil etildi. Qizlar unga "Lochin" nomini berishdi.

Basketbol jamoalarining tashkil etilishi mashg'ulotlar uchun joy ko'rish zaruriyatini yuzaga keltirdi. 1921-yilda Toshkentda, Qo'qonda, Andijonda, Farg'onada komsomolning tashabbusi bilan va profsoyuzlarning faol qo'llab-quvvatlashi natijasida basketbol maydonchalari qurildi. Qayta qurilgan maydonlarning o'ziga xos tomoni shunda ediki, bunda chitlar va halqachalar yaratilgan edi. O'sha yiliyoq basketbol bo'yicha ikkita musobaqa o'tkazildi: "ikki haftalik" va "chaqiruvchiga bo'lganlar haftaligi".

1921-yilning iyulida Toshkentda II O'rta Osiyo olimpiadasi o'tkazilayotgan vaqtda Farg'ona, Samarqand, Chernyayevning eng yaxshi ayollar basketbol jamoalari birinchi rasmiy musobaqalarni o'tkazdilar. "Doprizivnik" jurnali farg'onalik qizlarning yaxshi tayyorgarlik ko'rganligini ta'kidlagan edi. Olimpiada basketbolning yanada rivojlanishi uchun yangi turtki berdi. Lekin yagona qonun-qoidalarining yo'qligi, metodik va sport xarakterdagi axborotning yomon yetkazilishi, basketbol o'yinining texnika va taktikasini yaxshi biladigan instruktorlik tarkibining yo'qligi basketbol jamoalarining mahorati o'sishini to'xtatib turardi.

1923-yilda Turkiston MIK qoshida jismoniy tarbiya bo'yicha o'lka Soveti tuzildi. Jismoniy tarbiya va sport rivojlanishining davlat boshqaruv fanlari paydo bo'lishi bilan jamoat tashkilotlarining sport o'yinlari, jumladan, basketbolni tashkil etishdagi faoliyati aktivlashadi. Zavodlar, fabrikalar, o'rta va oliy o'quv yurtlarida sport to'garaklari ochila boshladi.

1924-yilning avgustida Farg'ona, Poltorask, Toshkent, Sirdaryo va respublika poytaxti oliy o'quv yurtlarining terma jamoalari I Butun Turkiston jismoniy tarbiya bayrami musobaqalarida uchrashdilar. Jismoniy va texnik tayyorgarligi o'z raqiblarinikidan ustunroq bo'lgan Toshkentning erkaklar va ayollar jamoalari ushbu musobaqalarning g'ollari bo'ldilar. Musobaqalarda taxminan 60 kishi ishtirok etdi. Musobaqalar "Moskva qoidolari" bo'yicha o'tkazildi. Yuzasi 26x15 m va to'g'ri to'rtburchak shaklida bo'lgan maydonchada o'ynashgan. Yuzaviy deb ataladigan qisqa chiziqlarning o'rtasida vertikal chitlari bo'lgan tirschaklar o'rnatilgan bo'lib, uning o'lchamlari 180x205 sm bo'lgan va yer yuzasidan 270 sm balandlikda o'rnatilgan. chitning pastki chegarasidan 30 sm masofada unga gorizontaal ravishda kronshteynga radiusi 18 sm bo'lgan temir halqa o'rnatilgan edi. Har biri 20 daqiqadan bo'lgan 2 taym o'ynalar edi. O'yin davomida halqaga tashlangan to'p – 2 ochko, jarima to'pi sifatida tashlangan to'p esa – 1 ochko keltirar edi. O'z raqibi halqasiga ko'proq to'p tushira olgan jamoa mutloq g'olib hisoblanar edi.

Hech qanday kombinatsiyalar bo'lmasdi, himoyachilar muayyan hujumchilarning yo'lini to'sar edilar, bunda chap himoyachi raqibning o'ng hujumchisini to'sar edi, markaziy o'yinchi esa faqat markaziy o'yinchi bilan shug'ullanar edi. Daqiqalik tanaffuslar bo'lmasdi. O'yin vaqtida o'yinchi almashtirish mumkin emasdi (baxtsiz tasodiflardan tashqari) kamida 4 kishiga o'ynash ruxsat etilar edi. Markazdan o'yin boshlaydigan o'yinchi bir qo'lini orqasiga qilib olishi kerak edi. To'pni markazda o'ynatish vaqtida har ikkala jamoaning hujumchilari o'z raqiblarining maydonchasida zarur edi.

O'sha zamon qoidalariga ko'ra, o'yinchi to'pni bir joyda 2 soniyadan ortiq ushlab turishiga ruxsat berilmas edi. Bu to'pning bir o'yinchidan ikkinchisiga o'tib, doimo harakatda bo'lishiga va tez-tez uzatilishiga imkon berar edi. O'yinchilar nomerlanmas, protokollar tuzilmas edi. O'yinga bir kishi hakamlilik qilar edi va hisob qanday bo'lganini tushirilgan har bir to'pdan keyin e'lon qilib turar edi. Yerga tushgan to'pni 2 qo'llab olib savatchaga tushirish va havodagi to'pni bir qo'llab otib nishonga tushirish eng keng tarqalgan usullardan hisoblangan. Maxsus murabbiylar bo'lmagan. O'yin paytida to'pni, albatta, boshdan oshirib tashlaganlar, lekin ko'p hollarda ikki qo'llab to'p tashlash va uni yerdan olib pastdan yuqoriga birdan ko'tarib savatchani nishonga olish ko'proq rasm bo'lgan. Bora-bora basketbol yoshlar orasida keng tarqala boshladi. 1927-yilda u 1-butun O'zbekiston Spartakiadasining dasturiga ham kiritildi. Ungacha esa shahar musobaqalari bo'lib o'tdi. Toshkent shahar birinchiligi uchun

basketbol bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda 20 dan ortiq jamoa ishtirok etdi, Farg'onada 8 ta, Samarqandda 12, Andijonda 6 ta jamoa ishtirok etdi. Ularning ayrimlari klublar bo'yicha tuzilgan bo'lib, matbaachilar (Toshkent) – 3 ta jamoa temir yo'lichilar (Samarqand, Andijon) - har biri 2 tadan, profinternchilar (Toshkent) - 3 tadan jamoa tuzib o'ynaganlar.

1928-yilning avgust oyida Moskvada 1–Butunmamlakat Spartakiadasi bo'lib o'tadi. Unda tarkibida 193 kishi bo'lgan O'zbekiston sport delegatsiyasi ham sportning spartakiada dasturiga 7 turi bo'yicha ishtirok etadi.

Basketbol bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda O'zbekiston terma jamoalari moskvaliklarga yutqazadilar va Zakavkaze Federatsiyasi sportchilarini yutadilar. Final o'yinlarida mamlakat jamoasiga yutqazib, umumiy hisobda IV o'rinni egallaydilar. Shu yerning o'zida basketbol jamoalari Fransiya ishchilar Federatsiyasi jamoalari bilan xalqaro o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkaziladilar. Bunda erkaklar jamoasi 49:12, xotin-qizlar jamoasi 24:12 hisobida g'olib chiqadilar.

1930-yil noyabr oyida bo'lib o'tgan kasaba soyuzlarining jismoniy tarbiya bo'yicha I butunmamlakat konferensiyasi jismoniy tarbiya to'garaklarini bevosita zavod va fabrikalarda hamda o'quv yurtlarida tashkil etiladigan jamoalarga hamda o'quv aylantirish to'g'risida qaror qabul qiladi.

Quyidagi faktlar o'sha davrda basketbol tobora ommaviylashib borganligini ko'rsatadi: u II butun o'zbek kasaba uyushmalari Spartakiadasining (1935-yil, iyun), Samarqandda o'tkazilgan xotin-qizlar jismoniy tarbiya bayrami (1935-yil, avgust), Toshkentda o'tkazilgan idoralararo spartakiada (1935-yil, sentyabr) dasturlariga kiritiladi. Farg'ona, Qo'qon, Andijon, Buxoro shaharlarida alohida birinchiliklar o'tkaziladi. Xuddi o'sha yili "Spartak", "Lokomotiv" sport jamiyatlari tuzildi. Ushbu jamoalarda o'quv-trenirovka jarayoni bilan shug'ullanadigan murabbiylar paydo bo'ladi. Chunonchi "Lokomotiv" jamiyatida M.Fedorov, "Spartak"da A.Kirillov, "Dinamo"da I.Konstantinov murabbiylik vazifasini bajaradilar. O'zbekiston erkaklar terma jamoasining birinchi murabbiyi K.K.Morozov bo'lgan edi.

Chambar halqalarni (1936-yil sentyabr oyida) doira shaklida temir halqalar bilan texnik jihatdan ancha takomillashtirilgan halqalar almashtirilishi to'pni ko'krakdan ikki qo'llab va yelkadan bir qo'llab harakat vaqtida ham turgan joyidan halqaga tushirish imkonini berdi (to'pni uzatish va olib yurish texnikasi yaxshilandi).

1937-yildan boshlab terma jamoalar o'rtasida basketbol bo'yicha respublika musobaqalari o'tkazila boshladi, sport jamiyatlari jamoalari g'oliblari o'zaro shahar, viloyat birinchiligi o'tkaza boshladilar. G'olib chiqqan jamoaga "champion" unvoni berilib, ularga butunmamlakat musobaqalarda O'zbekiston sharafiga hiinoya qilish huquqi ham beriladigan bo'ldi.

1939-yil yanvaridan boshlab yangi qoidalar joriy etila boshlandi: zaxirada o'yinchilarga ega bo'lishga ruxsat berildi. "O'yinchiga sof vaqt ajratish" qoidasi joriy etildi, "uch sekund" qoidasi mavjud edi. Ushbu punktning joriy etilishi bilan o'yin ancha dinamik xarakter kasb etadi. Bunga yana qoidalarning to'pni to'xtamasdan doira chizig'idan to'g'ridan-to'g'ri to'pni halqaga tushirilgan hollarda (o'yinni har safar markazdan boshlamasdan) o'yinni to'xtatmasdan to'pni o'yinga kiritishga ruxsat beradigan boshqa bir punkt ham o'yin dinamikasini osbirdi. Ilgari bir o'yinchi tomonidan shaxsan yo'l qo'yish mumkin bo'lgan xatolarning soni 4 xato bilan chegaralanib qo'yildi, jarima to'pini tashlash huquqi aziyat chekkan o'yinchining o'ziga beriladigan bo'ldi. O'sha qoidalar bo'yicha basketbol halqasining aniq o'lchovlari ham belgilab qo'yildi (diametri 45 sm, to'pning og'irligi 600-650 gr) hamda barcha basketbol maydonchalari uchun yagona o'lchovlar 26 x 14 m tarzida belgilab qo'yildi. 1939-yilning qish davri inobaynida ko'rgazmali hakamlik o'yinlari o'tkazildi.

Ulug' Vatan urushi boshlanishi bilan O'zbekiston jismoniy tarbiya tashkilotlari o'z ishlarini urush davri talablari asosida qayta tashkil etdilar. Respublikada umumiy harbiy ta'lim joriy etildi, harbiy o'quv punktlari tuzildi.

1943-yilga kelib jismoniy tarbiya – ommaviy ishlar, shu jumladan, basketbol ham asta-sekin tiklana boshlaydi. Shu yili basketbol bo'yicha shahar birinchiliklari bo'lib o'tadi. Shahar birinchiligidan keyin respublika birinchiligi uchun musobaqalar tashkil etilib, unda "Dinamo" (Toshkent) jamoasining o'yinchilari ayollar o'rtasida champion bo'ladilar. Markaziy armiya klubi (Toshkent) jamoasi erkaklar o'rtasida champion bo'ladi.

1944-yili avgust oyida Tbilisida basketbol bo'yicha XI mamlakat birinchiligi o'yinlarining bayrog'i ko'tarildi. Bu yerda DKA O'zbekiston ayollar jamoasi ishtirok etadi. Lekin u muvaffaqiyatli chiqa olmaydi va to'qqizinchi o'rinni egallaydi.

1945-yilda Respublika spartakiadasi o'tkaziladi. U tamom bo'lganidan keyin O'zbekiston jamoalari Frunze shahrida o'tkazilgan O'rta Osiyo va Qozog'iston spartakiadasida ishtirok etadilar. Unda

O'zbekiston sportchilari basketbol bo'yicha va sportning boshqa turlari bo'yicha birinchi o'rinni egallab g'olib chiqadilar.

1946-yilda O'zbekiston jismoniy tarbiya va sport ishlari komiteti Toshkent shahrida sport bo'yicha birinchi instruktorlar maktabini ochadi.

1947-yilda o'yin qoidalariga o'zgarishlar kiritiladi. Protokollarga 12 kishini kiritishga ruxsat beriladi. Musobaqalarning shiddat bilan o'tkazilishi har bir o'yinga ikkitadan hakam tayinlash zaruriyatini tug'diradi.

1947-yilda butun mamlakatlaradi o'tkazilganidan keyin O'zbekiston basketbol bo'yicha birinchiligi uyushtirildi. Unda 8 ta erkaklar jamoasi uch guruhdagi butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etib, 5-o'rinni egallaydi.

1948-yilda aprel oyining oxirlarida O'rta Osiyo respublikalari poytaxtlarida uchrashuvlari tashkil etildi. Bunda O'zbekiston ayollar jamoasi barcha tengdoshlaridan g'olib chiqib 1-o'rinni egallaydi. Erkaklar jamoasi esa faqat Olma-ota shahar jamoasiga yutqazib 2-o'rinni oladi.

1949-yil yoz davrida O'zbekiston terma jamoalari mamlakat birinchiligi uchun o'tkazilgan o'yinlarda qatnashdilar. Unda erkaklar 18-o'rinni, ayollar esa 20-o'rinni oldilar.

1950-yilda Frunze shahrida basketbol bo'yicha O'rta Osiyo respublikalarining 3-an'anaviy musobaqalari o'tkaziladi. Unda o'zbek basketbolchilari g'olib chiqadilar.

1951-yilda o'smirlar o'rtasida O'rta Osiyo chempionati birinchi marta o'tkaziladi. Unda Toshkentlik yigit-qizlar 1-o'rinni egallaydilar.

Respublikamizning terma jamoasi Xarkov shahrida o'tkazilgan mamlakat terma jamoalari o'rtasida o'tkazilgan o'yinlarda qatnashib, 7-o'rinni egallaydi.

O'sha kezlarda matbuotda tez-tez metodik mazmundagi maqolalar paydo bo'la boshlaydi. 1958-yilning birinchi yanvaridan boshlab basketbol bo'yicha yangi qoidalar, yangi sport klassifikatsiyasi amal qila boshlaydi. Yangi sport klassifikatsiyasidagi yosh talablari sport natijalarini oshirishga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Xuddi shu yili o'smirlar jamoalari o'rtasida, O'rta Osiyo va Qozog'iston Respublikalari poytaxt terma jamoalari o'rtasida an'anaviy musobaqalar bo'lib o'tadi. Shuningdek, musobaqa o'tkazish sohasida ham o'zgarishlar sodir bo'ladi: endi musobaqalar ikki yosh guruhlari bo'yicha o'tkaziladigan bo'ladi. Shu bilan bizning yigit-qizlarimiz Dnepropetrovsk shahrida bo'lib o'tgan butunmamlakat musobaqalarida ishtirok etadilar. Hamda qizlar 9-o'rinni, yigitlar 11-o'rinni egallaydilar.

Shuni ta'kidlab o'tish kerakki, o'sha kezlarda ko'pchilik jamoalarning tarkibi yosh o'yinchilar hisobiga kengaytirildi va yangilandi, ko'pchilik jamoalarning texnik tayyorgarlik darajasi yuksaldi. Chunonchi, erkaklar jamoalarining o'yinchilari Toshkent shahridagi eng yaxshi basketbolchilarning o'yin taktikasini mohirlik bilan qo'llay boshladilar. "Tez yorib o'tish" usuli bo'yicha o'ynab raqibning yo'lini to'sish metodlari qo'llanib raqib o'chiti yonida markaziy o'yinchini chalg'itish kombinatsiyalari qo'llanilib o'ynalganida o'yinchini shaxsiy himoyalash yo'llaridan ham tez-tez foydalaniladigan bo'ldi.

1955-yil – bu sobiq mamlakat xalqlari spartakiadasiga tayyorgarlik yili bo'ldi. Bir yil ichida 10 ta sport masteri, 348 ta razryadchi sportchilar tayyorlandi. Xuddi shu yili Jismoniy tarbiya instituti tashkil etildi. Shu yili yana Toshkent shahar Oliy o'quv yurtlari birinchiligi uchun musobaqalar o'tkazildi. Uning g'oliblari butunmamlakat talabalar o'yinida ishtirok etadilar.

1956-yilning avgust oyida Moskvada sobiq mamlakat xalqlarining Spartakiadasi ochildi, unda o'zbek basketbolchilari 5 o'rinni egalladilar.

1958-yilda basketbol bo'yicha XXI va O'zbekiston o'rtasida birinchi marta xalqaro uchrashuv o'tkazildi. Unda mehmonlar g'olib chiqdilar.

1959-yilda X O'zbekiston sparatakiadasi bo'lib o'tdi. Spartakiada tamom bo'lganidan keyin respublika terma jamoasi Moskva, Leningrad, Tallin, Riga shaharlarida safarda bo'ldi. Bu shaharlarda o'zining jismoniy, texnik-taktik tayyorgarligini oshirish uchun terma jamoamiz mamlakatning eng kuchli jamoalari bilan bo'lgan uchrashuvlarda katta tajriba to'pladi.

1964-yildan boshlab o'zbek basketbolchilari "A" klassi bo'yicha oliy liga jamoalari bilan barobar mamlakat chempionatida ishtirok etib g'olib jamoalar jadvalida 10-12-o'rinni egalladi.

1970-yildan 1990-yilgacha bo'lgan davrda o'zbek basketbolchilarining "Universitet" erkaklar jamoasi "SKIF" xotin-qizlar jamoasi Butunmamlakat turnirlarida, mamlakat chempionatlarida, "Burevestnik" O'zbekiston sharafigi himoya qiladi. O'yinchilarimiz orasidan ko'pgina mashhur basketbolchilar yetishib chiqdi. R.Salimova, A.Jarmuhamedova, E.Tornikidu shular jumlasidan bo'lib, ular mamlakat terma jamoasining a'zolari edilar.

1991-yilda O'zbekiston Respublikasi mustaqil bo'ldi. Xalqaro maydonda o'zbek sportchilarining chiqishlari uchun ba'zi bir qiyinchiliklar vujudga keldi. 1992-yil yanvarida O'zbekiston Milliy Olimpiya Komiteti qayta tashkil etiladi, xuddi shu yili O'zbekiston xalqaro Olimpia Qo'mitasi (XOQ)ga a'zo bo'lib kiradi. O'zbekiston

basketbolchilari shundan keyin tez-tez qatnasha boshlaydilar. Masalan, 1996-yilda bizning xotin-qizlar jamoamiz Pokistonda o'tkazilgan ayollar turnirida ishtirok etib, 2-o'rinni egallaydi. Erkaklar jamoamiz 1995-yilda Seul shahrida o'tkazilgan XVIII Osiyo chempionatida ishtirok etib, IX o'rinni egallaydi. 1996-yilda AQShda Armiya klublari o'rtasida musobaqalar o'tkaziladi. Bu yerda bizning miliy jamoamiz SSKA (MXSK) 7-o'rinni egalladi. 1997-yilda Malayziyada erkaklar jamoalari o'rtasida xalqaro turnir o'tkazildi. Bu erda o'zbek basketbolchilari uch g'alabaga erishib, yarim final o'yinlarida Rossiya jamoasiga yutqazib qo'yдилar va umumiy hisobda 3-o'rinni egalladilar.

O'zbekiston Respublikasi o'z mustaqilligiga erishgandan so'ng 3 ta xalqaro toifadagi, 12 ta milliy toifadagi hakamlar tayyorlandi. Har yili erkaklar va ayollar jamoalari o'rtasida basketbol bo'yicha respublika Kubogi va birinchiligi o'tkaziladi. "MHKS" jamoasi 16 karra respublika birinchiligida g'alaba qozonib shohsupaning yuqorisiga ko'tarilgan. 1991-1995-yillar oralig'ida ayollar jamoalari o'rtasida "SKIF" jamoasi Respublika birinchiligida g'olib bo'lgan bo'lsa, 1996-yildan hozirgi kungacha Navoiyning "Nika" jamoasi birinchilikni hech kinga bermay kelmoqda. Har yili g'oliblikni qo'lga kiritgan jamoa o'yinchilaridan 20 dan ortiq o'yinchiga sport ustasi unvoni berilib kelinmoqda.

Mamlakatimiz terma jamoasi Osiyo birinchiliklari saralash musobaqalariga muntazam qatnashib kelmoqda. Hozirgi kunda terma jamoa tarkibida tajribali o'yinchilar bilan birgalikda juda ko'p yosh basketbolchilar ham ko'zga ko'rinmoqda. Ulardan bir qatori O'zDJT va SU va viloyatlardagi jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishida tahsil oladigan talabalar hisoblanishadi.

Hozirgi kunda respublikamizda 350 dan ortiq sport zallari, 150 dan ortiq talabga javob beradigan basketbol maydonlari, 9 mingdan ortiq sport maydonlari va maydonchalari mavjud. Jismoniy tarbiya jamoalarining aksariyatida basketbol to'garaklari ishlab turibdi. Ko'pchilik maktab o'quvchilari ko'ngilli sport jamiyatlarida yoki BO'SMlarning basketbol to'garaklarida o'z malakalarini oshirmoqdalar. Murabbiy kadrlari Oliy o'quv yurtlari jismoniy madaniyat fakultetlarida tayyorlanib, ularning ko'pchiligi oliy ma'lumotga ega. O'zbekiston Basketbol federatsiyasi xalqaro basketbol federatsiyasiga a'zo bo'lib kirdi. Bu bizning mustaqil O'zbekistonimiz o'zining jamoalari bilan barcha xalqaro basketbol musobaqalarida mustaqil qatnashish huquqiga ega bo'lganligini anglatadi.

### 3.4. BASKETBOL O'YIN QOIDASI VA MUSOBAQA TASHKIL QILISH ASOSLARI

**O'yinning mohiyati va mazmuni.** Basketbol o'yinida har biri besh o'yinchidan iborat ikkita jamoa qatnashadi. Har ikkala jamoaning maqsadi raqib savatiga to'p tashlash va boshqa jamoaning to'pni egallab olishiga hamda uni savatga tashlashga qarshilik ko'rsatishdan iborat. To'pni uzatish, savatga tashlash, dumalatish yoki maydonda istagan tomonga olib yurish quyida bayon etilgan qonunlarga rioya qilingan sharoitdagina mumkin.

O'yin maydoni to'g'ri to'rtburchak shaklida, yuzasi qattiq, yassi hamda to'siqlardan holi joy bo'lishi kerak. Olimpiada turnirlari va Jahon birinchiligi o'yinlari uchun maydon o'lchovlari uzunligi 28m x 15m bo'lishi va ular chegaralangan chiziqlarning ichki tomonidan o'lchanishi kerak.

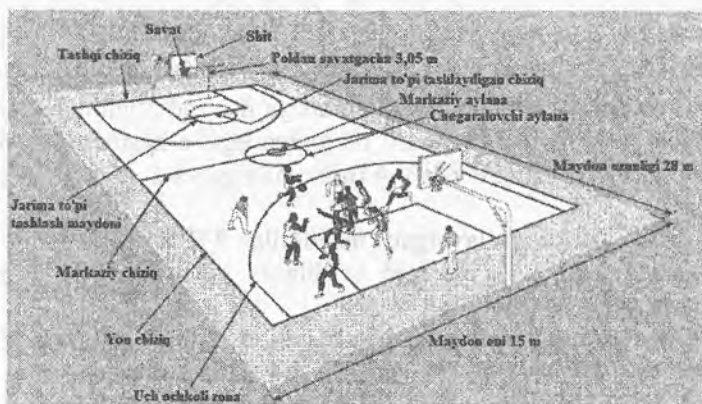
Qolgan barcha musobaqalar uchun FIBAgaga tegishli strukturalar, masalan, zonal hamda kontinental musobaqalarda zonal komissiya yoki ichki musobaqalar uchun Milliy Federatsiya mavjud o'yin maydonlarining quyidagicha o'lchovini tasdiqlash huquqiga ega: o'zgartirishlar bir-biriga proporsional bo'lish sharti bilan, 4 m uzunligiga va 2 m eniga qisqartirish mumkin.

Barcha yangi qurilayotgan maydonlar FIBAning muhim rasmiy musobaqalari uchun xos bo'lgan talablarga mos, ya'ni 28 m x 15 m bo'lishi lozim.

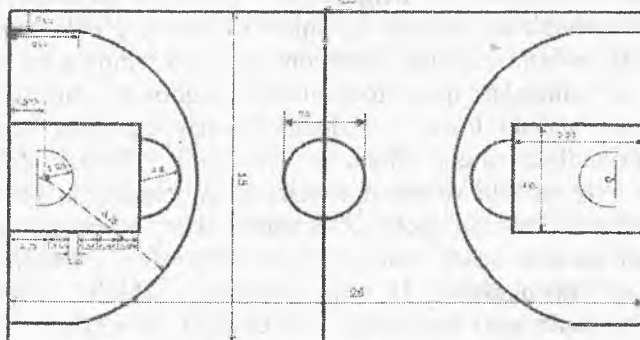
Shift balandligi 7 m dan past bo'lmasligi va yetarli darajada yoritilgan bo'lishi zarur. Yorug'lik manbalari o'yinchilarga xalaqit bermaydigan joylarda o'rnatilishi shart. O'yin maydoni yaxshi ko'rinadigan chiziqlar bilan belgilangan bo'lishi va bu chiziqlar istagan nuqtada tomoshabinlar, reklama to'siqlari va boshqa g'ovlardan kamida 2 m uzoqlikda joylashishi kerak. Maydonning uzun tomonlarini belgilovchi chiziqlar yon chiziqlar, qisqa tomonlarini belgilovchi chiziqlar esa yon chiziqlar deb atalishi lozim. Chiziqlar shunday chizilishi kerakki, ular yaqqol ko'rinadigan va eni 0,5 sm bo'lishi kerak. Markaziy doira radiusi 1,80 m ga teng bo'lishi va maydon markazida belgilanishi kerak. Radius doiraning tashqi chekkasigacha o'lchanishi shart. Markaziy chiziq yon chiziqlariga parallel holda yon chiziqlari o'rtasidan o'tkazilishi va har ikkala yon chiziqlaridan 15 sm tashqariga chiqib turishi kerak. Maydonning raqib shiti orqasidagi yon chizig'i va markaziy chiziqlarning yaqin chekkasi o'rtasida joylashgan qismi jamoaning old zonasi

hisoblanadi. Maydonning qolgan qismi, shu jumladan, markaziy chiziq ham jamoaning orqa zonasi hisoblanadi. Polning maydonda ajratilgan va ikkita yoy hosil qiladigan chiziqlar bilan chegaralangan qismi o'yindan 3 ochkoli to'plarni tashlash zonalarini bo'lib hisoblanadi. Har bir yoy savatning mutloq markaziga to'g'ri perpendikulyar bo'lgan poldagi nuqtani markaz qilib belgilab turib, tashqi qirrasigacha 6,25 radiusli yarim doira shaklida chiziladi va parallel holda yon chiziqlariga davom ettirilib, yon chiziqlarida tugaydi.

Maydonda ajratiladigan yon chiziqlari, jarima to'pini tashlash chiziqlari va yon chiziqlaridan o'tkaziladigan chiziqlar bilan chegaralangan pol qismi chegaralangan zonalar hisoblanadi. Ularning tashqi chegaralari yon chiziqlarining o'rtasidan 3 m uzoqlikda bo'ladi, jarima to'pini tashlash chizig'ining tashqi chekkasida tugaydi.



59-rasm

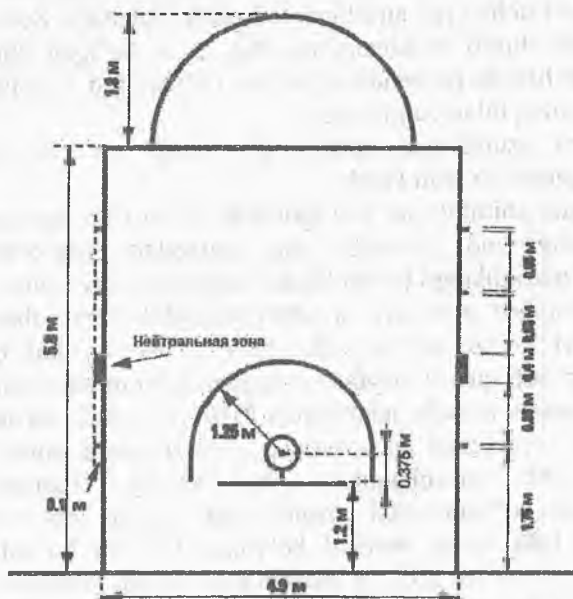


60-rasm. Maydon va uning o'lchamlari.



61-rasm. Ikki va uch ochko tashlash zonasi

Jarima to'pini tashlash joyi – bu o'yin maydonida 1,80 radiusli yarim doira bilan ajratiladigan chegaralangan zonalaridir. Ularning markazlari jarima to'pini tashlash chizig'i o'rtasida joylashgan. Bunday yarim doiralar chegaralangan zonalarining ichida nuqtali chiziqlar bilan o'tkaziladi.



62-rasm. Chegaralangan zona

Jarima to'pni tashlash zonasi bo'ylab belgilangan joylarni o'yinchilarning jarima to'pni tashlanayotganda egallaydilar. Bunday joylar quyidagicha belgilanadi: jarima to'pni tashlash zonasi tomonidan chiziqlar bo'ylab o'lchab turib, yon chizig'ining ichki chekkasidan 1,75 m uzoqlikda birinchi belgilanadi. Birinchi joy 85 sm uzoqlikda o'tkaziladigan chiziq bilan chegaralanadi. Bu chiziq orqasida eni 30 sm bo'lgan betaraf zona joylashadi. Ikkinchi joy betaraf zona ketida joylashadi va eni 85 sm bo'ladi. Ikkinchi joyni belgilab turgan chiziqdan keyin eni 85 sm bo'lgan uchinchi joy belgilanadi. Bu joylarni belgilash uchun ishlatiladigan hamma chiziqlarning uzunligi 10 sm va eni 0,5 sm bo'ladi. Bu chiziqlar jarima maydonchasining yon chiziqlariga nisbatan perpendikulyar bo'lib, tashqi tomondan chizilgan bo'lishi kerak.

Jarima to'pni tashlash chizig'i har ikkala yon chizig'iga parallel holda o'tkaziladi. Uning uzoq chekkasi yon chizig'ining ichki chekkasidan 5,80 m uzoqlikda turishi va u 3,60 m uzunlikda bo'lishi kerak. Uning o'rtasi esa ikkala yon chiziqlarning o'rtasini tutashiruvchi chiziqda bo'lishi lozim.

Jamoa o'rindig'i zonasi maydon tashqarisida, kotib stoli va jamoalar o'rindiqlari uchun joy ajratilgan tomonda joylanadi. Zona, yon chizig'idan tashqariga chiqib turadigan, uzunligi 2 m bo'lgan chiziq va markaziy chiziqdan hamda perpendikulyar yon chizig'idan 5 m narida chiziladigan boshqa chiziq bilan belgilanadi.

2 m uzunlikdagi chiziqlarning rangi va yon chiziqlari rangiga qarama-qarshi bo'lishi kerak.

Ikkala shitning har biri qalinligi 0,3 sm bo'lgan qattiq yog'ochdan yoki shunga mos oynadek tiniq ashyodan (yog'ochning qattiqligiga o'xshash qattiqlikdagi bir bo'lakdan) tayyorlanishi lozim.

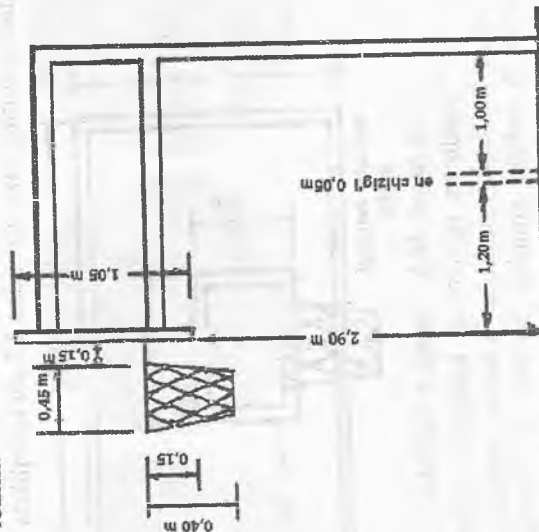
Olimpiada o'yinlari va jahon birinchiligi musobaqalari uchun shit o'lchovlari gorizontal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m bo'lishi, pastki qirrasidan maydon yuzasidan 2,90 m balandlikda turishi kerak. Qolgan barcha musobaqalar uchun FIBAga tegishli strukturalar, masalan, zonal va kontinental musobaqalar o'tkazilganda zonal komissiya yoki barcha ichki musobaqalar uchun milliy federatsiya shitlarining quyidagicha o'lchovlarini tasdiqlashga haqlari bor: shitlar gorizontal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,20 m bo'lishi, pastki qirrasidan maydon yuzasidan 2,75 m balandlikda turishi mumkin yoki gorizontal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m bo'lishi, pastki qirrasidan maydon yuzasidan 2,90 m balandlikda turishi mumkin. Bundan qat'iy nazar, barcha yangi qurilayotgan shitlar xuddi olimpiadalar va jahon

birinchiligi uchun mo'ljallangandek, gorizontal bo'yicha 1,80 m va vertikal bo'yicha 1,05 m qilib tayyorlanishi kerak.

Agar shit yuzi silliq va oynadan tiniq bo'lmagan ashyodan tayyorlangan bo'lsa, oq rangda bo'lishi shart. Uning sirti quyidagicha belgilanadi: halqa orqasiga eni 0,5 sm ga teng bo'lgan chiziqlar bilan to'g'ri to'rtburchak chiziladi. To'g'ri to'rtburchakning tashqi o'lchovlari gorizontaliga 59 sm, vertikaliga 45 sm bo'lishi kerak. Uning asos chizig'ining yuqori qismi halqa bilan teng turishi kerak. Shitlarning chetlari 0,5 sm kenglikdagi chiziqlar bilan belgilanadi. Bu chiziqlar shit rangidan yaqqol ajralib turishi lozim. Agar shit tiniq bo'lsa, u oq chiziqlar bilan boshqa hollarda esa qora bilan hoshiyalanadi. Shitlarning hoshiyalari va ularda chizilgan to'g'ri to'rtburchakning ranglari bir xil bo'lishi shart.

Shitlarni mustahkam qilib, maydonning ikkala chekkasiga yon chiziqlariga parallel holda, to'g'ri burchak ostida polga o'rnatiladi. Ularning markazlari har biri yon chiziqlari o'rtasining ichki chekkasidan 1,20 m narida maydondan chiqarilgan nuqtalarga perpendikulyar ravishda joylashadi.

Shitlarni ushlab turadigan qurilmalar yon chiziqlarining tashqi chekkasidan kamida 2 m uzoqlikda joylashishi shart va ular o'yinchilarning ko'ziga yaqqol tashlanadigan darajada ochiq rangga bo'yalgan bo'lishi lozim.



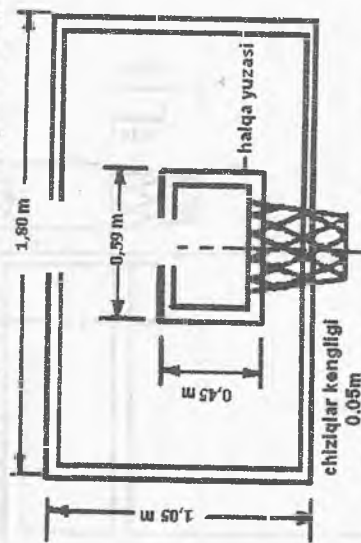
63-rasm. Halqa shiti qurilmasi

Ikkala shit yumshoq material bilan quyidagicha qoplangan bo'lishi kerak: shitlarning pastki qirrasini va yon tomonlari uchun yumshoq o'ram tagidan kamida 35 sm uzoqlikda tag sirtini va yonlarning ustini qoplaydi. Oldingi va orqa sirtlar tagidan kamida 0,2 sm uzoqlikda qoplanadi va to'ldirilgan material kamida 0,2 sm qalinlikda bo'lishi lozim. Shitning pastki qismi to'ldirilgan material 0,5 sm qalinlikda bo'lishi kerak.

Qurilmalar yumshoq material bilan quyidagicha qoplanadi: shitning har qanday qurilmasi shit orqasidan va poldan kamida 2,75 m balandlikda, shitning sirt yuzasidan 60 sm uzoqlikda, tag yuzasi bo'ylab yumshoq material bilan qoplangan bo'lishi kerak.

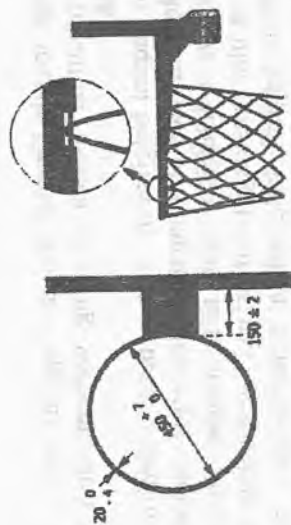
Hamma ko'chma shitlarning tagi maydon tomonidan sirti bo'ylab 2,15 m balandlikda yumshoq material bilan o'ralgan bo'lishi lozim.

Savatlar halqa va to'rlardan iborat. Halqa qattiq metallardan tayyorlanadi, uning ichki diametri 45 smga teng bo'lib, to'q sariq (apelsin) rangga bo'yaladi. Halqalarning metalli kami bilan 0,17 sm va ko'pi bilan 0,2 sm diametrga ega bo'lib, pastki qirrasida to'plarni ilish uchun qo'shimcha bir xil kichik ilmoqlar yoki shunga o'xshash ilgaklari bo'lishi kerak. Halqalar maydonga nisbatan gorizontol holatda, 3,05 m balandlikda shitlarga mustahkam o'rnatiladi va shitning har ikkala vertikal chekkalaridan bir xil uzoqlikda joylashadi. Halqalar ichki chekkasining yaqin nuqtasi shitning yuza qismidan 15 sm uzoqlikda turishi kerak.



64-rasm. Shit. Uning o'ichovlari

Halqalarga ilinadigan to'rlar oq kanopdan tayyorlanadi, ularning tuzilishi shunday bo'lishi lozimki, to'p savat orasidan o'tayotgan vaqtda bir lahza ushlanib qolishi mumkin bo'lsin. To'rlarning uzunligi 40 sm bo'lishi shart.



65-rasm. Halqa

To'p sharsimon shaklda va tasdiqlangan qizg'ish rangda bo'lishi kerak: u sirti bilan birga charmdan, rezina yoki sun'iy xomashyodan tayyorlanadi; uning aylanasi uzunligi 749 smdan kam va 780 smdan ko'p bo'lmashi lozim; u kamida 567 g dan kam va 650 g dan ko'p bo'lmagan og'irlikka ega bo'lishi kerak; unga havo shunday to'ldirilishi kerakki, to'p taxminan 1,80 m balandlikdan (to'pning pastki qirrasidan o'lchanganda) o'yin maydoniga yoki qattiq yog'och polga tushgan vaqtda to'pning yuqori qirrasidan o'lchanganda 1,20 m dan kam va 1,40 m dan ortiq bo'lmagan balandlikka ko'tarilishi lozim. To'pning choklari yoki chuqurliklarining kengligi 0,635 smdan ortiq bo'lmashi kerak.



66-rasm. Basketbol to'plari

Maydon egasi bo'lgan jamoa yuqorida aytib o'tilgan shartlarga javob beradigan, kamida bitta avval ishlatilgan to'p bilan ta'minlanishi lozim. Katta hakam to'pning yaroqliligini aniqlab beruvchi yagona shaxs hisoblanadi va u mehmon jamoa taqdim qilgan to'pni o'yin uchun tanlab olishi mumkin.

Quyidagi texnik jihozlar maydon egalari tomonidan tayyorlangan bo'lishi va hakamlar hamda ularning yordamchilari ixtiyoriga havola qilinishi kerak:

a) o'yin vaqtini belgilovchi soat va tanaffuslarni hisoblaydigan soat, soniya hisoblovchi, hech bo'lmaganda bitta o'yin vaqtini belgilovchi soat yoki bitta soniya o'lchagich bilan ta'minlangan bo'lishi kerak. O'yin bo'limlarini va ular orasidagi tanaffuslarni hisoblashda ishlatiladigan soat hamda tanaffus vaqtini belgilashda ishlatiladigan soniya o'lchagich shunday joylashgan bo'lishi kerakki, ularni ham soniya hisoblovchi, ham kotib aniq va ravshan ko'rib turishlari lozim;

b) 24 soniya qoidasiga rioya qilinishini nazorat qilish uchun barcha o'yinchilar va tomoshabinlarga ko'rinadigan tegishli moslama bo'lishi kerak. Uni 24 soniya vaqtini belgilovchi operator boshqaradi;

v) Xalqaro basketbol Federatsiyasi tomonidan tasdiqlangan qaydnoma rasmiy hisoblanib, undagi qoidalarga asosan o'yin boshlanishidan oldin va o'yin davomida kotib tomonidan to'ldirib boriladi;

g) juda bo'lmaganda ushbu qoidalarda ko'zda tutilgan uchta signal uchun moslamalar bo'lishi lozim.

O'yinchilar, tomoshabinlar va kotibga ko'rinadigan qo'shimcha hisob tablochi bo'lishi kerak;

d) 1-chi raqamdan 5-raqamgacha bo'lgan ko'rsatkichlar kotib ixtiyorida bo'lishi zarur. Har safar u yoki bu o'yinchi fol qilganida, kotib o'yinchi nechanchi fol olganligiga qarab shu raqamli ko'rsatkichni har ikkala murabbiy ko'ra oladigan darajada yuqoriga ko'taradi. Ko'rsatkichlar oq rangda bo'lishi, raqamlari o'lchov bo'yicha 2 sm va eniga 1 sm, hamda 1-chidan 4-chi raqamgacha qora rangda, 5-chi qizil rangda bo'lishi kerak;

e) kotib jamoa follarini belgilovchi ikkita ko'rsatkichlar bilan ta'minlangan bo'lishi shart. Ko'rsatkichlar qizil rangda va shunday tayyorlangan bo'lishi kerakki, kotib stoli ustida turganida o'yinchilar, murabbiylar va hakamlar yaqqol ko'rib turishsin;

j) to'p jamoa o'yinchisi beshinchi fol qilinganidan so'ng o'yinga kirgan vaqtda, ko'rsatkich kotib stoli ustiga, ya'ni o'yinchisi beshinchi fol qilgan jamoa o'rindig'i yaqinidagi chekkaga qo'yilishi kerak;

z) jamoa follarini belgilash uchun ishlatiladigan munosib moslama.

**Jamoalar, o'yinchilar, zaxiradagi o'yinchilar, sardor, murabbiylar.** Har bir jamoa murabbiy va ko'pi bilan 10 ta o'yinchidan iborat bo'ladi. O'yinchilardan biri sardor hisoblanadi. Har bir jamoa tarkibida murabbiy yordamchisi bo'lishi mumkin. Agar jamoa biron bir

turnirda uchtdan ortiq o'yinda ishtirok etadigan bo'lsa, har bir jamoaning o'yinchilari soni 12 tagacha ortishi mumkin. O'yin paytida har ikkala jamoadan beshtadan o'yinchi maydonda bo'lishi kerak. Ular qoidalariga muvofiq almashishlari mumkin.

Agar jamoa a'zosi maydonda bo'lsa, u o'yinchi hisoblanadi va o'yinda qatnashish huquqiga ega. Boshqa hollarda u zaxiradagi o'yinchi hisoblanadi.

Agar hakam zaxiradagi o'yinchiga maydonga tushish uchun ruxsat bersa, unda u o'yinchiga aylanadi.

Har bir o'yinchining ko'krak va orqa tomonida raqami bo'lishi kerak. Bu raqamlar tushunarli va bir xil rangda, maykaning rangidan yaqqol ajralib turishi zarur. Raqamlar aniq ko'rinib turishi lozim: orqadagi raqamlarning balandligi kamida 2 sm, ko'krakdagi raqamlarning balandligi kamida 1 sm bo'lishi shart. Raqamlar uchun ishlatiladigan ashyoning eni 0,2 sm dan kam bo'lmasligi kerak. Jamoalar 4-chidan 15-chigacha bo'lgan raqamlarni ishlatishlari lozim. Bir jamoa o'yinchilari takrorlanadigan raqamli maykani kiyib chiqishlari mumkin emas.

O'yinchilarning sport kiyimi quyidagilardan iborat:

- bir jamoaning hamma o'yinchilari old va orqa tomonlari bir xil va umumiy rangda bo'lgan maykalarni kiyishlari shart. Yo'l-yo'l maykalarni kiyish man etiladi;

- bir jamoaning hamma o'yinchilari bir xil va umumiy rangda bo'lgan shortik kiyishlari kerak;

- maykalar tagidan kalta yengli maykalar kiyish mumkin. Lekin kalta engli maykalar kiyilsa, ularning rangi mayka rangiga mos bo'lishi shart;

- kalta shim tagidan pastga chiqib turadigan ichki kiyim kiyilsa, uning rangi kalta shim rangiga mos kelishi kerak.

Sardor zaruriyati tug'ilganda maydonda o'z jamoasining vakili hisoblanadi. Bu qoidalarini izohlash bilan bog'liq bo'lgan savollar bo'yicha yoki kerakli ma'lumot olish uchun hakamga murojaat qilish mumkin. Bu narsa xushmuomalalik bilan qilinishi lozim. Sardor biron-bir uzrli sabab bilan maydondan chiqib ketishdan oldin, katta hakamga o'yinchilardan qaysi biri uning o'rniga sardor sifatida qolayotganligini ma'lum qiladi.

Tartib bo'yicha o'yin boshlanishiga hech bo'lmaganda 20 daqiqa qolganida har bir murabbiy kotibga o'yinda qatnashadigan o'yinchilarning familiyalari va raqamlarini, shuningdek jamoa sardori, murabbiyi va murabbiy yordamchisining familiyalarini ma'lum qilishi kerak.

O'yin boshlanishiga 10 daqiqa qolganida murabbiylar o'z o'yinchilarining familiyalari va raqamlarni tasdiqlaydilar va qaydnomaga

qo'l qo'yadilar hamda shu vaqtning o'zida o'yinni boshlaydigan 5 ta o'yinchini belgilab qo'yadilar. "A" jamoasi murabbiyi shu ma'lumotni birinchi bildirayotgan bo'lib hisoblanadi.

Agar o'yinchi o'yin jarayonida o'z raqamini o'zgartiradigan bo'lsa, unda bu haqida kotib va katta hakamga ma'lum qilishi zarur.

Bir daqiqalik tanaffuslar haqidagi iltimoslarni murabbiy yoki murabbiy yordamchisi qilishlari mumkin. Agar murabbiy yoki murabbiy yordamchisi o'yinchini almashtirish kerakligi to'g'risida bir qarorga kelsalar, unda zaxiradagi o'yinchi shu iltimosni yetkazish uchun kotibga murojaat qilishi kerak va o'yinga darhol tushish uchun tayyor turishi zarur.

Agar jamoada murabbiy yordamchisi mavjud bo'lsa, uning familiyasi o'yin boshlanishidan oldin qaydnomaga yozilgan bo'lishi shart.

Agar murabbiy turli sabablarga ko'ra o'z vazifasini davom ettira olmasa, bunda murabbiy yordamchisi murabbiy vazifasini bajaradi.

Jamoa sardori murabbiydek harakat qilishi mumkin. Agar u biron bir uzrli sabab bilan maydondan chiqib ketishi kerak bo'lsa, unda u murabbiy sifatida harakatini davom ettirishi mumkin. Lekin, agar u qoidani buzganligi tufayli o'yinda qatnashish huquqidan mahrum etilgan bo'lsa yoki og'ir jarohatlanganligi sababli murabbiylik vazifasini bajara olmasa, uning o'rniga sardor sifatida o'yinga tushgan o'yinchi uni murabbiy sifatida ham almashtirish kerak.

**Murabbiy va murabbiy yordamchisining stol atrofidagi hakamlar bilan muloqoti.** Murabbiy yoki murabbiy yordamchisi o'yin paytida stol atrofida o'tirgan hakamlar bilan muloqot qila oladigan jamoaning yagona vakili bo'lib hisoblanadi. U istagan paytida, masalan, hisob, vaqt tabloga yoki follar soniga tegishli bo'lgan ma'lumotni olmoqchi bo'lganida hamda bir daqiqali tanaffus olish uchun murojaat qilganida bu ishni qilishi mumkin. Uning hakamlar stoli atrofida o'tirgan hakamlar bilan o'zaro muloqot har vaqt o'yinning bir me'yorda kechishiga xalaqit bermaydigan bo'lishi va osoyishtalik hamda vazminlik bilan o'tishi kerak. Agar murabbiy o'yinchini almashtirmoqchi bo'lsa, u zaxiradagi o'yinchiga almashish to'g'risida kotibga murojaat qilishni taklif etadi. Bu iltimosni aytish uchun murabbiy hakamlar stoli oldiga borishi shart emas.

**O'yin holatlari.** O'yin vaqti – "toza" vaqt 40 daqiqa davom etadi. U to'rtta 10 daqiqalik choraklardan iborat. Birinchi va uchinchi choraklardan so'ng 2 daqiqalik tanaffus bo'ladi. Ikkinchi chorakdan keyin 10-15 daqiqalik tanaffus bo'ladi. O'yin natijasi durang bo'lsa, 5 daqiqalik over taymlar beriladi.

O'yin soati:

a) bahsli to'pni yuqoriga otib berish vaqtida to'p o'zining eng yuqori nuqtasiga eiganidan so'ng, to'p o'yinchilarning biri tomonidan urib yuborilgan paytida, yoki;

b) agar jarima to'pi noaniq tashlangan bo'lsa va maydondagi biron o'yinchi to'pni egallab olgan paytida to'p o'yinda qolishi kerak bo'lsa, yoki;

v) maydondagi biron o'yinchi to'pga tekkan paytda o'yin to'pni maydon tashqarisidan o'yinga kiritish bilan davom ettirilsa, yoqiladi.

O'yin soati:

a) o'yinning har ikkala yarmi yoki qo'shimcha davr oxirida;

b) yoki hakam hushtak chalgan vaqtda;

v) yoki 24 soniya operatorining signali chalingan paytda;

g) yoki agar tanaffus talab qilgan murabbiy jamoasining savatiga to'p tushsa, ammo shu to'p savatga tashlayotgan o'yinchining qo'lidan murabbiy iltimosiga nisbatan keyin chiqib ketgan bo'lsa, to'xtatiladi.

Agar o'yinning ikkinchi yarmi tugagan vaqtda hisob durang bo'lsa, hisobdagi tenglikni buzish maqsadida 5 daqiqalik qo'shimcha davr yoki muvozanat buzilgunga qadar bir necha 5 daqiqalik davrlar belgilanadi. Jamoalar birinchi qo'shimcha davr boshlanishidan oldin qur'a tashlash yo'li bilan savatlarni tanlab oladilar va har bir keyingi qo'shimcha davr boshlanishidan oldin savatlarni almashtiradilar. Har bir qo'shimcha davr orasida 1 daqiqalik tanaffuslar ko'zda tutiladi. Har bir qo'shimcha davr boshida o'yin markaziy doirada bahsli to'p otib berilishi bilan boshlanadi.

O'yin markaziy doirada bahsli to'p tashlab berilishi bilan boshlanadi. Katta hakam ikki raqib o'rtasida to'pni yuqoriga otib beradi. Bu narsa o'yinning ikkinchi yarmi boshlanishida, agar kerak bo'lsa, har bir qo'shimcha davr oldidan ham bajariladi.

Mehmon jamoa savatni va jamoa o'rindig'ini tanlab olish huquqiga ega bo'lishi kerak. Agar o'yin betaraf maydonda o'tkazilayotgan bo'lsa, bu huquqni jamoalar o'zaro qur'a tashlash yo'li bilan aniqlaydilar. O'yinning ikkinchi yarmida jamoalar savatlarini almashadilar. Agar jamoalardan birida o'yinga tayyor beshta o'yinchi maydonda bo'lmasa, o'yin boshlanishi mumkin emas. Agar o'yin boshlanishi vaqtidan 15 daqiqa o'tganidan so'ng qoidani buzayotgan jamoa yo'q bo'lsa yoki maydonga 5 ta o'yinchisini chiqara olmasa, unda bu jamoa o'ynash huquqidan mahrum qilinganligi sababli mag'lubiyatga uchraydi va g'alaba boshqa jamoaga beriladi.

I-II chorakdan keyin jamoalar hujum qilish tomonlarini

almashtiradilar. Qo'shimcha choraklarda hujum qilish tomonlari bilan almashinmaydi. To'rtinchi chorakda qaysi savat tomon hujum bo'lgan bo'lsa, shu tomonga hujum qiladilar.

a) hakam bahsli to'pni otib berish uchun doira ichiga kirgan paytda yoki;

b) hakam jarima to'pi otilishini boshqarish uchun jarima to'pini tashlash maydoniga kirgan paytda, yoki;

v) maydon tashqarisidagi vaziyatda, to'p to'pni o'yinga kiritish joyida turgan o'yinchining ixtiyorida bo'lgan paytda, to'p o'yinga kiritildi deb hisoblanadi.

Agar jonli to'p yuqoridan savatga tushib, uning ichida qolsa yoki undan o'tib pastga tushsa, to'p savatga tushdi deb hisoblanadi. To'p o'yin jarayonida maydondan savatga tushsa, 2 ochko, uch ochko keltiradigan chiziq orqasidan savatga tushsa 3 ochko hisoblanadi.

Jarima to'pi tashlanganda savatga tushgan to'p 1 ochko hisoblanadi. Qaysi jamoa hujum uyushtirib savatga to'p tushirsa, maydondan tashlangan bunday to'p shu jamoa hisobiga yoziladi. Agar to'p pastdan yuqoriga chiqayotib bexosdan savat ichiga kirib qolsa, bu to'p jonsiz hisoblanadi va o'yin to'pni o'yinga galma-gal kiritish qoidasi bilan davom ettiriladi. Lekin agar o'yinchi ataylab to'pni pastdan savatga kiritisa, bu qoidaning buzilishi hisoblanadi va raqib o'yin jamoasi tomonidan to'pni qoida buzilgan joyga yaqin bo'lgan maydonning yon chizig'i tashqarisidan o'yinga kiritish bilan davom ettiriladi. Bu bahs to'pi vaziyati sodir bo'lganda bahs to'pni otish o'rniga to'pni maydon tashqarisidan o'yinga kiritib, to'pni jonli qilish usulidir.

O'yin boshlanganida biron jamoa to'pni nazorat qilgan zahoti, to'pning galma-gal o'yinga kiritilishini anglatuvchi strelka to'pni egallab olgan jamoa tomoniga qaratiladi. Yana bahsli to'p vaziyati sodir bo'lsa, strelkaning uchi qaratilmagan jamoa o'yinchisi shu joy yaqinidagi yon chiziq tashqarisidan to'pni o'yinga kiritadi. To'p o'yinchining qo'lidan chiqqan zahoti strelka to'p uzatgan o'yinchining jamoasi tarafga qaratiladi.

Zaxiradagi o'yinchi maydonga tushishidan oldin almashish haqida kotibga murojaat qilishi va darhol o'yinga kirish uchun tayyor turishi lozim. Kotib to'p jonsiz holatga o'tishi va o'yin soati to'xtatilishi bilan, ammo to'p qaytadan o'yinga kiritilishidan oldin, o'z signallni berishi shart. O'yin qoidasi buzilganidan so'ng qoidani buzmagani jamoa to'pni maydon tashqarisidan to'pni o'yinga kiritishi kerak bo'lsa, faqat shu jamoagina o'z o'yinchisini almashtirishi mumkin. Agar shunday vaziyat yuzaga kelsa, raqib jamoasi ham keyinchalik o'z o'yinchisini almashtirishi mumkin.

Zaxiradagi o'yinchi hakam maydonga tushishga ruxsat berguniga qadar maydon chegarasi tashqarisida turishi lozim va ruxsat olinganidan so'ng darhol o'yinga tushishi mumkin. O'yinchilarni almashtirish imkoni boricha tez amalga oshirilishi kerak. Agar hakamning fikricha, biron bir jamoa o'yin vaqtini asossiz cho'zayotgan bo'lsa, qoida buzayotgan jamoa hisobiga tanaffus yozilishi zarur. Bahsli to'p uchun kurashda qatnashadigan o'yinchi boshqa o'yinchi bilan almashtirilishi mumkin emas. Almashtirilgan o'yinchi bir almashtirish davri ichida yana qaytadan maydonga chiqishga haqqi yo'q.

Quyidagi hollarda:

a) agar talab qilib olinadigan tanaffus berilgan yoki fol belgilangan bo'lmasa, maydondan tashlangan to'p savatga tushganidan so'ng;

b) birinchi yoki yagona jarima to'pini tashlash uchun to'p o'yinga kiritilgan paytdan boshlab, to o'yin vaqti hisobining ma'lum bir davridan so'ng to'p yana jonsiz holatga o'tmagunicha, fol yoki qoida buzilishi soatda hisob qilishni boshlashdan oldin qayd qilinmagunicha o'yinchilarni almashtirishga ruxsat berilmaydi. Bunday qoidabuzarlik uchun jarima to'pini yoki to'plarni tashlash, galma-gallik qoidasi berish yoki maydonning yon chizig'i tashqarisidan to'pni o'yinga kiritish jazo bo'lib hisoblanadi.

O'yinning birinchi yarmida 2 ta, ikkinchi yarmida 3 ta, shu bilan birga har bir qo'shimcha davrda har bir jamoa bir daqiqali tanaffus olishi mumkin. Foydalanilmagan 4 daqiqali tanaffus 1-chorakda olinmasa, 2-chorakka o'tishi mumkin yoki o'yinchi chorakda olinmagan daqiqalik tanaffus to'rtinchi chorakka o'tishi mumkin, lekin o'yinning birinchi yarmidagi olinmagan tanaffuslar ikkinchi yarmiga o'tmaydi, berilmaydi. O'yin vaqtining har ikkala yarmida har bir jamoaga ikkita talab qilib olinadigan tanaffuslar va qo'shimcha davrning har birida bir marta shunday tanaffus berilishi mumkin. Talab qilib olinmagan tanaffuslar o'yinning keyingi yarmi yoki qo'shimcha davrga ko'chirilishi mumkin emas. Murabbiy va murabbiy yordamchisi talab qilib olinadigan tanaffusni so'rashiga haqqilari bor. Buni ular shaxsan kotibga borib, qoidalarda ko'rsatilgan ishoralar orqali "tanaffus" olishlarini qo'llari bilan ko'rsatishlari lozim. Kotib talab qilingan tanaffus haqidagi iltimosni to'p jonsiz holatga o'tgan paytda, hamda albatta, to'p o'yinga kiritilishidan oldin hakamlarga ma'lum qiladi.

Shuningdek, murabbiy yoki murabbiy yordamchisining talab qilib olinadigan tanaffus haqidagi iltimosidan so'ng, raqib jamoasi maydondan savatga to'p tashlasa, bu iltimos savatga to'p tashlanishidan oldin, ya'ni

to'p otayotgan o'yinchining qo'lidan chiqib ketishidan oldin qilingan bo'lsagina, ularga tanaffus berilishi mumkin. Bu holda soniya hisoblovchi o'yin soatini darhol to'xtatishi lozim. Shundan so'ng, kotib o'z signalini chaladi va talab qilib olinadigan tanaffus haqida iltimos bildirilganligini hakamlarga ma'lum qiladi. To'p birinchi yoki yagona jarima to'pi tashlanganidan keyin o'yinga kirgan paytdagi daqiqadan to' o'yin vaqti tugab, to'p yana jonsiz holatga o'tmaguncha quyidagi hollardan tashqari:

a) jarima to'plarini tashlash oralig'ida fol qilingan paytda jarima to'plarini tashlash oxiriga yetkaziladi, tanaffus esa fol uchun yangi jazo berilganda, to'p o'yinga kirishidan oldin olinadi;

b) o'yin soati yurguzilishidan oldin qoida buzilishi qayd qilinsa, bunda bahsli to'p tashlab berish yoki maydonning yon chizig'i tashqarisidan to'pni o'yinga kiritish jazo hisoblanadi, talab qilib olinadigan tanaffusni olishga ruxsat berilmaydi.

Bir daqiqa davom etadigan tanaffus ushbu shartlarga binoan jamoa hisobiga yoziladi. Agar tanaffusga javobgar jamoa talab qilib olingan tanaffus vaqti tamom bo'lmisidan o'yinni boshlashga tayyor bo'lsa, katta hakam darhol o'yinni boshlaydi. Tanaffus vaqtida o'yinchilarga o'yin maydonini tashlab chiqish va jamoa o'rindig'ida o'tirishga ruxsat etiladi.

To'p jonsiz holatga o'tishi va o'yin soati to'xtalishi bilan, ammo to'p o'yinga kiritishdan oldin kotib signal berganidan keyin maydondagi hakam ruxsat berganidagina amalga oshishi mumkin. O'yinchilarni almashtirish ikkala jamoani xohlagan paytda amalga oshiriladi.

Jarima to'pini otish belgilanganda, o'yinchilar jarima to'pi otiladigan savat tagidagi 3 soniyali maydoncha atrofida quyidagi tartibda joylashishlari shart. Uch soniyali zonani, ya'ni trapesiyani shotiga yaqin tomonidagi ikkala birinchi joyni himoyachilar egallaydilar, betaraf zonada hech kim turmaydi. Betaraf zonadan keyingi ikkinchi joyni hujumchilar egallaydilar, undan keyingi uchinchi joylardan birini bitta himoyachi egallashi kerak.

Hammasi bo'lib 3 soniyali zona atrofida olitta o'yinchi joylashishi kerak. Qolgan o'yinchilar orqa tomonda joylashadilar.

O'yin natijasi o'yin davomida to'plangan eng ko'p ochkolar soniga qarab aniqlanadi.

**3 soniya qoidasi** – to'pni nazorat qilayotgan jamoa o'yinchisi to'p bilan yoki to'psiz bo'lishidan qat'i nazar raqib jamoaning trapetsiya shaklidagi chegaralangan zonasida qatorasiga 3 soniyadan ortiq turishi mumkin emas. Uch soniyali zonani chegaralab turgan chiziqlar shu zonaning qismi hisoblanadi. Shu chiziqlarning birini bosib turgan o'yinchi

zona ichida turgandek hisoblanadi.

**5 soniya qoidasi.** To'pni egallab turgan hamda raqib tomonidan yaqindan ta'qib qilinayotgan o'yinchi, to'pni sheriklariga 5 soniya ichida uzatmasa, savatga otmasa, yumalatmasa yoki olib yurmasa, qoida buzilgan hisoblanadi. Maydon tashqarisidan to'pni o'yinga kiritishga hamda jarima to'pini otishga ham 5 soniya vaqt beriladi. Agar qoida buzilsa, to'p qoida buzilgan joyga yaqin bo'lgan yon chiziq tashqarisidan o'yinga kiritiladi.

**8 soniya qoidasi.** Agar o'yinchi o'zining orqa zonasida jonli to'p ustidan nazorat o'rnatasa, uning jamoasi 8 soniya ichida to'pni o'zining old zonasiga albatta o'tkazishi kerak (agar raqib o'yinchisi to'pni maydon tashqarisiga urib chiqarsa, u holda 8 soniya boshidan sanaladi, 24 soniyali vaqt esa davom etaveradi.). Agar to'p old zonada turgan sherigiga yoki old zonaga tegsa, to'p jamoaning old zonasiga o'tgan hisoblanadi. Qoida buzilganda to'p qoida buzilgan joy yaqinidagi yon chiziq tashqarisidan o'yinga kiritish uchun raqib jamoasiga beriladi.

**24 soniya qoidasi.** Agar o'yinchi maydonda jonli to'p ustidan nazorat o'rnatasa, uning jamoasi 24 soniya ichida raqibi savati tomon to'p otishi kerak. Ushbu qoidaga rioya qilmaslik qoidaning buzilishi hisoblanadi.

**Qoidalarga rioya qilmaslik va jazo.** Qoida buzilishi – bu qoidalarga rioya qilmaslikdir. Bunda qoidani buzgan jamoa tomonidan to'pning yo'qotilishi jazo hisoblanadi.

Fol – bu qoidalarga rioya qilmaslik. U qoidani buzgan o'yinchi nomiga yoziladigan va qoidaning moddalari shartlariga muvofiq munosib darajada jazolanadigan raqib bilan shaxsiy muloqotni yoki sportchilarga zid bo'lgan xatti-harakatlarni o'z ichiga oladi.

**Shaxsiy fol** – bu to'p o'yinda jonli yoki jonsiz bo'lishi yoki bo'lmashligidan qat'i nazar, raqib bilan to'qnashuvni sodir qilgan o'yinchiga berilgan foldir.

O'yinchi qo'llari, yelkalari, sonlari va tizzalarini qo'yib, o'z tanasini odatdagidan tashqari holatda bukib, raqibning harakatlanishiga xalaqit berishi, to'qnashishi, oyog'idan chalishi, itarishi, oyog'idan ushlab qolishi, yo'lini to'sishi hamda qanday bo'lsa ham qo'pol taktika qo'llashi mumkin emas.

**Ikki tomonlama fol** – ikkita raqib o'yinchi bir vaqtning o'zida bir-biriga qarshi fol sodir qilgan vaziyatda belgilanadi.

**Texnik fol** o'yinchilarga, zaxiradagilarga, murabbiyga va uning yordamchisiga berilishi mumkin. Agar o'yinchi hakamlar ko'rsatmalarini

mensimasa yoki sportchilarga xos bo'lgan "taktika" qo'llasa texnik fol beriladi.

**Ataylab qilingan fol** – hakamning fikricha, o'yinchi tomonidan to'p bilan yoki to'psiz harakatlanayotgan raqibga nisbatan qasddan qilingan shaxsiy foldir. Bu qilingan xatti-harakatning jiddiyligi bilan belgilanmaydi, balki oldindan o'ylangan yoki mo'ljallangandek ko'rindigan to'qnashuv hisoblanadi. Ataylab qilingan follarni takrorlagan o'yinchi o'yinda qatnashish huquqidan mahrum qilinishi mumkin.

**O'yinda qatnashish huquqidan mahrum (diskvalifikatsiya) qilinadigan fol.** Shaxsiy va texnik follarda qayd qilinganlarga sportchilarga xos bo'lgan darajada rioya qilmaslik – o'yinda qatnashish huquqidan mahrum qiladigan fol (diskvalifikatsiya foli) hisoblanadi. Ikki ta jarima to'pi tashlanadi hamda to'p "zona chizig'i" dan jarima to'pi otgan jamoa o'yinchisi tomonidan o'yinga kiritiladi.

**Jarima to'plarini otish bilan jazolanadigan fol.** Hakam fol bo'lganligini qayd qilganda, agar bu fol uchun jarima chizig'idan savatga to'p (to'plar) otish bilan aybdor jamoani jazolash lozim bo'lsa, u barmoqlari bilan aybdor jamoaning jarima chizig'ini ko'rsatadi.

Jamoaning to'rtta foli. Har bir jamoa o'yinchisining yoki o'yinchilarining olgan follari soni 4 ta bo'lsa, bundan keyingi oladigan follari uchun jarima chizig'idan 2 ta jarima to'pi otish imkoniyati raqib jamoasiga beriladi. Har bir chorakda jamoaning 4 ta foli alohida-alohida hisoblanadi.

### 3.5. SPORT INSHOOTLARI MODDIY-TEXNIK BAZALARINING HOZIRGI PAYTDAGI AHVOLI

O'quv-trenirovka sifatini va samaradorligini oshirishda moddiy-texnik ta'minlanganlikning ahamiyati borgan sari o'sib bormoqda. Trenirovka jarayoniga texnik vositalar, maxsus jihozlar sifatida, trenajyorlar, qayd qiluvchi apparatlar va namoyish etuvchi apparatlar sifatida kirib bormoqda.

Moddiy-texnik bazaning yaxshiligi trenerga trenirovka jarayonini individuallashtirish imkonini beradi, uning surati yuqorilashiriladi. O'yinchilarning har xil sifatlarini rivojlantirishni tezlashtiriladi va maxsus jihozlar yordamida ularning tayyorgarlik darajasini obyektiv ham soni baholaydi.

Moddiy-texnik vositalar o'zining biron-bir maqsadga mo'ljallanganligiga qarab 3 guruhga bo'linadi:

1. Jihozlar va inventarlar.

2. Qayd qiluvchi apparatlar.

3. Namoyish qiluvchi apparatlar.

Jihozlar va inventarlar holida trenajyorlar u yoki bu sifatlarini va malakalarni shu bilan birga uning faoliyatini amalga oshirish uchun mo'ljallangan.

Ular tayyorgarlik turlari bo'yicha guruhlariga bo'linadi, tayyorgarlik turlarida esa aniq sifat va malakalar rivojlantirish uchun bo'linadi. Masalan, kuchni rivojlantirish uchun espanderlar, qo'l panjalarini rivojlantirishga mo'ljallangan stanok, shanga, gantellar, to'ldirilgan to'plar, qum solingan qoplar, belbog'lar va shu kabilar qo'llaniladi.

Qayd qiluvchi apparatlar malakalar, sifatlar rivojlantirishdagi o'zgartirishlarini o'lchash uchun sportchilarni funksional holatidagi hamda trenirovka va musobaqa jarayonining har xil ko'rsatkichlarini qayd qilish uchun ham mo'ljallangan. Masalan, kuchni o'lchash uchun kichik dinamometrlar, oyoq va universal dinamometrlar, kuchni o'lchaydigan devor va shu kabilar qo'llaniladi. Texnik vositalarni trenirovka jarayonida keng qo'llash malakasini shakllantirish aniq mashg'ulotga reja-konspektini tayyorlash paytidan boshlanadi.

Reja-konspektni tuzatayotganda, ayniqsa u yoki bu vazifani yechish uchun mashqlar tanlanayotganda bu vazifalarni muvaffaqiyatli hal etish uchun qanday texnik vositalar qo'l kelishini o'ylab ko'rish zarur, so'ngra konspektning shunga mos grafasida qayd qilib o'tish kerak.

Mashg'ulot boshlangunga qadar konspektga ko'zda tutilgan hamma texnik vositalarni tayyorlab qo'yish va ularning holatini tekshirib chiqish lozim. Trenirovka davomida trener u yoki bu texnik vositalarning samaradorligini tekshiradi va shunga muvofiq xulosa chiqaradi.

**Eng oddiy sport inshootlarini qurishning xususiyatlari.** Sport maydonchalari gabaritini aniqlash ularni o'yin va qurilish razmerlarini bilish zarur. O'yin razmerlari o'yin musobaqa qoidalarini bilan belgilanadi. Qurilish razmerlari esa o'yin razmerlaridan anchagina katta.

Zarurat bo'lsa kombinirovannaya omuxta maydonlar ham belgilash mumkin. Bunda har bir o'yin uchun uning razmerlari va olib qo'yiladigan asbob-anjomlari bo'lishi dardkor.

Maydonlarning uzun o'q chizig'i shimol-janub tomonga yo'naltirilgan bo'lishi lozim, nega deganda quyosh nuri o'yin chog'ida o'yinchilar ko'ziga tushmasligi uchun shunday qilinadi.

Bu o'q 15° u yoki bu yoqqa og'ishgan bo'lishi mumkin. Agar bir sport turi uchun bir nechta maydoncha qurish zarur bo'lsa, unday holda

ularni  $1/3^\circ$  gachasi ekvatorial holatda joylashishi mumkin.

Ko'p qavatli binolar joylashgan hududlarda tumanlarda maydonlar binolarning g'arbiy qismida joylashtirish maqsadga muvofiqdir. Maydonchalarning bunday joylashtirilishi o'yin chog'ida na kunduzi na kechasi quyosh xalaqit bermaydi.

Basketbol maydoni nishabini ikki tomonga, uzun o'q chiziqdan ikki yon tomonga qilish zarur. Biroq, maydonchaning joylashishi va maydonga joylashgan yerning relyefiga qarab, vertikal rejalashtirish o'zgartirilishi mumkin. Joyning notekisligini sport maydonchasi uchun tekis holatga keltirish zarur.

Rejalashtirishda joyning relyefidan maksimal darajada foydalana olish maqsadga muvofiqdir.

O'yin maydonlarining konstruksiyasi tuzilishi: tekis, biroq qattiq to'p yaxshi sapchishi uchun, suv o'tkazuvchi va o'zida nam saqlay oladigan bo'lishi zarur. Maksimal qoplamali maydonchalarni konstruksiyasi gidrogeologik sharoitlarga bog'liq. Suvli yomon o'tkazuvchi yerlar va qatqaloq yerlar eng yaramaydigan joylar hisoblanadi. Bunday joylarda yerlarda avval shag'al to'kib asos qilib olish tavsiya qilinadi. Agar joy qumlik yoki serqum bo'lsa, bunda maydonni konstruksiyasining tuzilishini pastki qismini qalinligini yuqalashtirish hisobida amalga oshirish mumkin. Maydonning eng oddiy tuzilishini tabiiy va sun'iy yer grunt ko'rinishida bajarilgan bo'lishi kerak.

Sport maydonchalari musobaqa qoidalariga rioya qilingan holda belgilangan bo'lishi lozim.

Maydonchani belgilash va hozirlash uchun po'latdan qilingan lenta, uzunligi 50 metr, po'lat sim uzunligi 30-60 metr, temir qoziqlar, 100-120 metr uzunlikdagi kanop, ekker va arqonchadan qilingan uchburchak bo'lishi lozim. Maydonchani belgilash uni umumiy razmerini va uning o'yin konturlarini belgilash oboznachenie bilan boshlanadi. Keyin maydonni markazi va markaziy o'q chiziq topiladi. Zinas va ko'ndalang chiziqlari, so'ngra maydonchaga xos chiziqlar belgilab chiqiladi. Maydonchadagi liniyalar chiziqlar kanop bo'ylab yoki maxsus trafaret yoki maxsus mashinkalarda belgilanadi. Suv o'tkazuvchi maydonchalarni ohakda, kleyli yoki yog'li bo'yoqlarda belgilab chiqish mumkin. Asfaltlangan, taxtadan qilingan va shunga o'xshash maydonchalarni kleyli, emalli yoki sun'iy bo'yoqlarda belgilash mumkin. Tabiiy yerda qilingan maydonchalarni quruq mel, qum yoki ohak poroshogi bilan belgilanadi.

Sport zallari katta-kichikligi jihatidan o'quv-trenirovka jarayoni va musobaqalarga to'liq mos bo'lishi lozim. Zal nimaga mo'ljallanganligiga

qarab uning balandligi, uzunligi, eni aniqlanadi. O'yin zalini razmeri ko'rinish turibdiki sport maydonchasini qurilish razmeridan kichik bo'la olmaydi.

O'yinga mo'ljallangan sport zallarining balandligi to'p bemaol uchib oladiganlik bilan aniqlanadi. Ba'zi hollarda individual proyektlar bo'yicha katta razmerdagi zallar qurilishi ham mumkin. Zallarda derazalar yon devorlarga o'rnatiladi. Maydonchani yaxshi bir tekisda yoritilishi uchun u ikki tomondan yoritilgan bo'lgani ma'qul. Kichik zallarda  $9 \times 18$  m bir tomondan yoritishga ijozat beriladi. Sport zallarining yorug'lik o'tkazuvchi tomonlari joylashishi joy, sharoit va muhitning klimatik xususiyatlarini inobatga olgan holda aniqlanadi. Derazalarni zalning shimol tomonidan yoritilishiga mo'ljallanganligi yil davomida zalga yorug'lik tushmaydigan qilib qo'yadi, quyosh nurlari esa zalga tushmay qo'yadi. Sport binolarining qizib ketishining oldini olish maqsadida derazalardan 5-10 metr masofada soya beruvchi daraxtlar o'tkaziladi.

**Qishloq joylardagi sport inshootlari.** Qishloq joylardagi inshootlarni jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish uchungina lozim baza deb qarab qolmasdan balki shu joylarni qo'shilgan hissa deb qarash lozim.

Hozirgi paytda bu sohada respublikamiz qishloqlarida yaxshi sharoit yaratish bo'yicha ko'p ishlar qilinmoqda. Aholi yashaydigan har bir punktlarda sport kompleksi katta joylarda yoki kompleks sport maydonchalari kichikroq qishloqlarda bir necha sport turi bilan shug'ullana olish uchun imkon beradiganligi ta'minlangan bo'lish lozim.

Inshootlarning tarkibi va razmerlari aholi soniga, shu aholi punktinin ahamiyati hamda tabiiy sharoitiga bog'liq. Ommabop va ommaviy sport turlari uchun o'quv-trenirovka ishlarini olib bora olishga imkon beradigan sport maydonchalari bilan ta'minlanishidan kelib chiqishi kerak. Bu sport turlari uchun ham maydonchalar bo'lishligi shart. Sport kompleksi qishloq markazida bo'lishi aholi uchun qulaydir. Sport kompleksini qayerda bo'lgani ma'qulligi va uni ichki planirovkasi rejalashtirishda joyning relyefi va bo'lajak joydagi o'simliklar bor-yo'qligini inobatga olish zarur. Shaharlarda qurilayotgan va qishloqlarda qurilajak sport inshootlari orasida aytarli farq yo'q, bo'lsa ham juda oz.

Bu sport komplekslariga ham, alohida qurilayotgan maydonlarga ham taluqlidir. Hozirgi yaratilayotgan tipik va hozir ishlayotgan sport inshootlari qishloq sport inshootlari o'z ichiga alohida va kompleks zallarni, ochiq va yopiq basseyn hovuzlarni oladi. Sport zallar klub

binolari yoki maktab binolari tarkibida loyihalashtiriladi. Maktabdagi va katta yoshdagi aholi shug'ullanishi uchun mo'ljallangan inshootlarda alohida-alohida yechinib-kiyinadigan xonalar bo'lishi kerak. Shu munosabat bilan qishloq joylarda 24x12 metrdan kichik hajmdagi zallar qurilmayapti. Hozirgi paytda asosiy 0x18, 36x18 hajmdagi zallar qurilyapti, bu ham iqtisodiy jihatdan juda qulaydir. Qishloqdagi sport zallarida tomoshabinlar uchun statsionar joylar bo'lishi shartdir. Jismoniy tarhiya va sportni moddiy-texnik bazasining asosiy qismi sport inshootlari va ularni to'liq ta'minlanganligi maxsus asbob-anjomlar, ularsiz o'quv-trenirovka jarayonini va sport musobaqalarini o'tkazib bo'lmaydi. Xo'jalik asbob-anjomlariga ta'mirxona va sport inshootiga qaraydigan asbob-anjomlar, transport maxsus mashinalar o'quv mashg'uloti yoki musobaqa o'tkazishga tayyorgarlik ko'rish uchun kerak bo'ladigan har xil yordamchi moslamalar va shu kabilar kiradi. Injener-texnologik qurilmalar o'z ichiga isitish sistemasini, elektr yoritish tarmoqlari va boshqalarni oladi. Tibbiy asbob va anjomlarga hamma maxsus asboblari, tibbiy xonalar, tibbiy punktlar, dori-darmonlar kiradi. Yong'inga qarshi asbob va anjomlar – o't o'chirish kranlari, o't o'chirish nabori – belkurak, chelaklar, o't o'chirgichlar. Badiiy bezash asboblari – bayroqlar, stendlar, faxriy shohsupa, jadvallar va shu kabilar.

### **Tayanch so'zlar**

FIBA, proporsional, perpendikulyar, parallel, kontinental, musobaqalar, struktura, zonal, komissiya, tablo, fol, taym, strelka, signal, trapetsiya, texnik baza, texnik vositalar, trenajyorlar, gantella, stanok, shtanga, konspekt dinamometr, kombinirovannaya, grunt, ekker, kanop, proyekt, basseyn.

### **O'z-o'zini nazorat qilish savollari:**

1. Basketbol o'yin qoidasi va musobaqa tashkil qilish.
2. Olimpiada o'yinlari va jahon birinchiligi musobaqalari uchun shart-sharoitlar.
3. Jamoalar, o'yinchilar, zaxiradagi o'yinchilar, sardor, murabbiylar.
4. O'yinchining sport kiyimi.
5. Murabbiy va murabbiy yordamchisining stol atrofidagi hakamlar.
6. Sport inshootlarini moddiy-texnik bazalarining hozirgi paytdagi ahvoli.
7. Moddiy-texnik vositalar o'zining maqsadiga ko'ra necha guruhga bo'linadi.
8. Eng oddiy sport inshootlarini qurishning xususiyatlari.

### **Adabiyotlar:**

1. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma. T.: 2010
2. Arjan Egges, Arno Kamphuis, Mark Overmars "Motion in Games" First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s.
3. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
4. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
5. Qasimov A.Sh., Rasulov O.T, Ismatullayev X.A. Basketbol. O'quv qo'llanma. Toshkent, 1986-y.
6. Rasulov O.T. "Basketbol". Darslik. Toshkent 1998 - y.
7. Sokolova N.D.G'aniyeva, F.V. Ismatullayev X.A. Basketbol. Ma'ruzalar to'plami, Toshket, 2001.
8. Xo'jayev P., Rahimqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi (Harakatli o'yinlari). O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 - y.

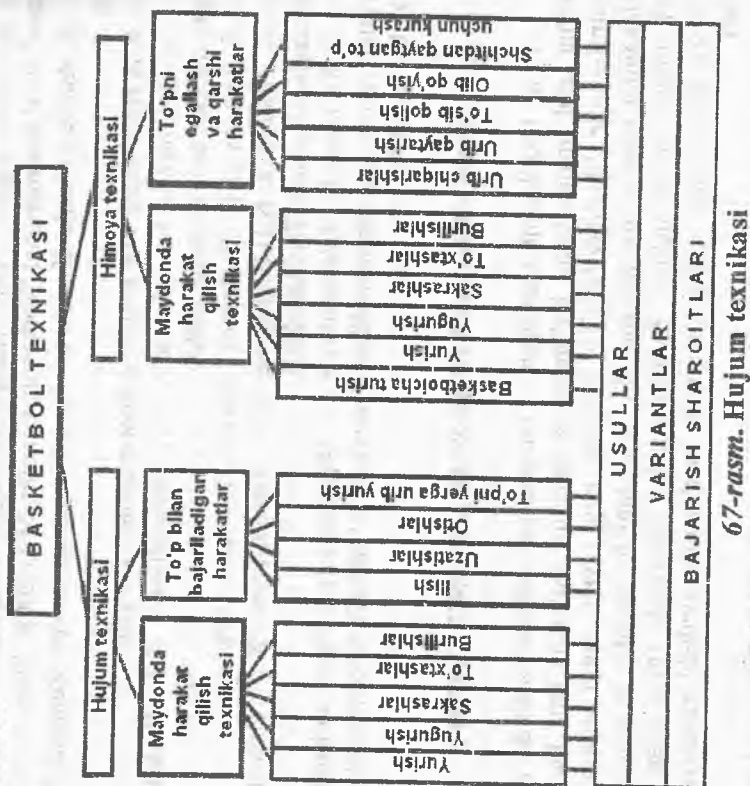
### **3.6. BASKETBOL O'YIN TEXNIKASINING TASNIFI**

O'yin texnikasini tasniflash – bu ma'lum belgilar asosida uning hamma usul, malakalarini bo'limlar va guruhlar bo'yicha teng huquqni taqsimlashidir. Shunday belgilar qatoriga, eng avvalo, sport kurashidagi malakaning nimaga mo'ljallanganligi belgilanishi (savatga hujum qilish yoki himoya qilish uchun), harakat qanday bajarilishi (to'p bilan yoki to'psiz), shuningdek, uning kinematik va dinamik tuzilishi xususiyatlari kiradi.

Basketbol texnikasi ikkita katta bo'limga: hujum texnikasi va himoya texnikasiga bo'linadi. Har bir bo'limda ikkitadan guruh: hujum texnikasida – maydonda to'psiz harakat qilish texnikasi va to'p bilan bajariladigan harakatlar texnikasi, himoya texnikasi esa – maydonda harakat qilish texnikasi va to'pni egallash va qarshi harakat qilish texnikasi ajralib chiqadi. Har bir guruh ichida malaka va ularni bajarish usullari bor. Malakani bajarishning deyarli har bir usuli harakat tuzilishining ayrim detallarini (ko'rsatkichlarini) ochib beradigan bir necha ko'rinishga ega. Bundan tashqari, usulning dinamik strukturasi, o'yinchining harakatini, dastlabki holatini, yo'nalishi va masofasini aniqlaydigan bajarish shartlari ta'sir ko'rsatadi. Tavsiya qilinayotgan tasnifda fintlarga mustaqil joy ajratilmaydi, chunki fint – bu aniq usulning faqat bir qismini (masalan, to'pni uzatib berishda qo'l ko'tarish), (savatga otish paytida mo'ljallash),

raqibda xato reaksiya tug'dirish maqsadi (niyati) bilan o'yinchi qulay holatga erishishdir.

O'yin texnikasi tasnifining prinsipial chizmasi quyidagi ko'rinishda berilishi mumkin:

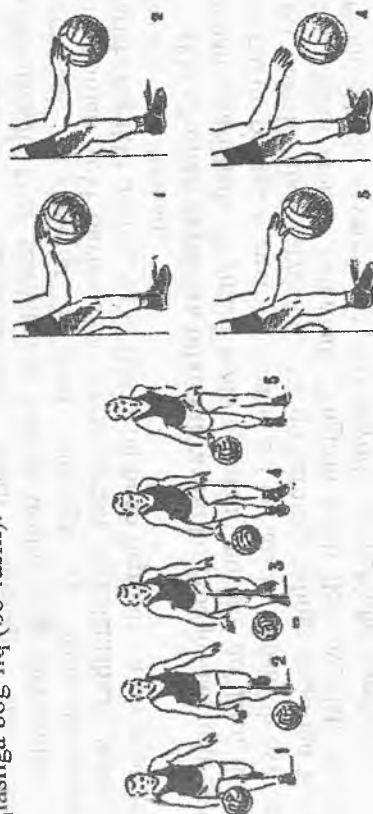


**Maydonda harakat qilish texnikasi.** Basketbolning maydon bo'ylab harakat qilishlari, hujum qilish vazifalarini bajarishga yo'naltirilgan va konkret o'yin harakatlarini amalga oshirish davomida yuzaga kelgan butun harakatlar tizimining bir qismi hisoblanadi. Ular basketbol texnikasi asoslaridir.

O'yinchi maydon bo'ylab harakat qilish uchun yurish, yugurish, sakrash, to'xtalish, burilishlardan foydalanadi. Shu usullar yordamida u joyni to'g'ri tanlab olishi, uni ta'qib qilayotgan raqibdan uzoqlashishga (qochishga) va keyingi hujum uchun kerakli yo'nalishga chiqishi, boshqa usullarni bajarish uchun eng yaxshi, qulay dastlabki holatlarni egallashga erishishi mumkin. Bundan tashqari to'p bilan ajratiladigan ko'pgina texnik

132

malakalarning harakatida va sakrab to'p otish va samaradorligi harakat paytida oyoqning to'g'ri ishlashiga va muvozanatini saqlashga bog'liq (68-rasm).



6-rasm. To'p bilan harakatlanish

**Yurish.** Yurish o'yinda maydonda harakat qilishning boshqa usullariga nisbatan kamroq qo'llaniladi. Asosan undan qisqa fazalarda pozitsiyani almashtirish uchun yoki o'yin harakatlarining muddati susayganda, shuningdek, yugurish bilan qo'shilishidagi harakat tempini almashtirish uchun foydalaniladi. Odatdagi yurishdan farqli o'laroq, basketbolchi tizzada biroz bukilgan oyoqlari bilan bir joydan ikkinchi joyga o'tadi, bu unga qo'ng'irdan tezlanish uchun imkon beradi.

**Yugurish.** Yugurish o'yinda harakat qilishning bosh vositasi. O'g'a o'radi, bu unga qo'yilgan to'xtash belgisi.

**Yugurish.** Yugurish o'yinda harakat qilishning bosh vositasi hisoblanadi. U yengil atletikadagi yugurishdan ancha farq qiladi. O'yinchi istalgan yo'nalishda, oldinga yoki orqasi bilan, har xil startga o't holatlardan maydon ichida tezlasha olishi, yugurish tezligi va yo'nalishini tez o'zgartira olishi kerak.

Raqib uchun kutilmagan holda yugurish tezligini oshirish yoki startli tezlanish sport o'yinlarida keskin yugurish deyiladi. Keskin yugurish raqib ta'qibidan qutulish va bo'sh joyga chiqishning eng yaxshi vositasidir. Keskin yugurishni amalga oshirish uchun birinchi 4-5 qadamni shiddatli qilib, oyoqning uchi tomondan qo'yiladi. Yugurish tezligi qadamni uzaytirish tufayli osha boradi. Shu paytda o'yinchi to'pni olishga tayyor bo'lishi kerak.

Yugurish yo'nalishini o'zgartirishni o'yinchi, harakat yo'nalishiga qarama-qarshi tomonga, oldinga chiqarib qo'yilgan oyoqning kuchli

itarishi bilan amalga oshiradi gavdasini yangidan tanlagan yo'nalishi tomonga egadi.

**Sakrashlar.** Sakrashlardan xuddi mustaqil malakalardan foydalanishadi. Ular texnikaning boshqa usullarining elementlari ham hisoblanadi. O'yinchilar ko'proq yuqoriga va uzunlikka-yuqoriga sakrashlardan yoki qayta-qayta sakrashlardan foydalanishadi. Sakrashni bajarishning ikki usulini, ya'ni ikki oyoq bilan depsinib va bir oyoq bilan depsinishni qo'llashadi.

**Ikki oyoqlab depsinish bilan sakrashni** ko'proq joydan turib asosiy holatdan bajarishadi. O'yinchi tezda oyoqlarni bukadi, qo'llarni tirsakda biroz bukib, orqaga o'giradi va boshni sal ko'taradi. Depsinib oyoqlarni kuchli bukish bilan, gavdaning va qo'llarning oldinga-yuqoriga keskin harakati bilan amalga oshiriladi. Yugurib kelib ikki oyoqlab depsinib sakrashni odatda, savatga to'p otish paytida va shehitdan sapchib qaytgan to'p uchun kurash paytida qo'llashadi.

**Bir oyoq bilan depsinib sakrashni** yugurib kelib bajarishadi. Depsinishni shunday bajarishdiki, yugurib kelishning inertiya kuchlaridan to'la foydalaniladi. Depsinishdan oldin yugurishning oxirgi qadamini oldingilaridan ancha katta qo'yishadi. Tizza bo'g'imlarida biroz bukilgan depsinuvchi oyoqni oldinga chiqarishida va depsinish uchun tovonidan oyoq uchiga dadil qo'yishadi. Boshqa oyog'i bilan oldinga – yuqoriga tez siltab, tana og'irligining umumiy markazi tayanch ustidan o'tish paytida esa uni tos suyagi bilan son suyagi qo'shilgan joyda va tizza bo'g'imlarida bukishadi. Basketbolchi tanasi yuqori nuqtaga yetgandagi ko'tarilishdan keyin oyog'ini to'g'rilaydi va depsinuvchi oyog'i yoniga keltiradi. Istalgan usulda sakraganda yerga tushish muvozanatini saqlagan holda yumshoq tushish lozim, bunga ohista kerilgan oyoqlarni yumshatuvchi bukish orqali erishiladi. Yerga bunday tushish basketbolchiga o'yin harakatlarini bajarishga tezda kirishish uchun imkon yaratadi.

**To'xtashlar.** Vaziyatga qarab o'yinchi, keskin yugurishlar va yugurish yo'nalishini o'zgartirishlar bilan bir qatorda raqib ta'qibidan bir oz bo'lsa ham qutulishga, bo'sh joyga chiqishga va keyingi hujum harakatlari uchun imkoniyatga ega bo'lish maqsadida kutilmagan (qo'qqidan) to'xtashlardan foydalanadi. To'xtalish ikki uslubda sakrab va ikki qadam bilan amalga oshiriladi.

**Burilishlar.** Hujumchi himoyachidan qutulish uchun, to'pni urib chiqarishidan saqlash uchun fintlarini ishlatib, so'ng savatga hujum qilish

uchun burilishlardan foydalanadi. Burilishning ikkita oldinga va orqaga burilish usuli bor.

Oldinga burilish basketbolchi yuzi bilan qayoqqa qaragan bo'lsa, shu tomonga qadam tashlab o'tish yo'li bilan bajariladi, orqaga burilish esa – u orqasi bilan qaysi tomonga qadam tashlab o'tish yo'li bilan bajariladi.

**To'p bilan bajariladigan usullar (texnikasi).** To'p bilan bajariladigan usullar quyidagi texnik malakalarni: to'pni ilib olish, uzatish, urib yurish va to'pni savatga otishni o'z ichiga oladi.

**To'pni ilib olish** – bu malakaning yordamida o'yinchi ishonarli ravishda to'pni egallab olish va u bilan keyingi hujum harakatlarga kirishishi mumkin.

To'pni ilib olish, keyinchalik to'pni oshirib berish, olib yurish yoki otishni bajarish uchun ham dastlabki holat hisoblanadi, shuning uchun harakatlari o'z tuzilishi bilan keyingi usullarni aniq va qulay bajarilishini ta'minlashi lozim. O'yinchi to'pni hali ilmay turib, uni keyin qayoqqa va kimga uzatishni bilishi kerak.

**To'pni ikki qo'l bilan ilib olish.** To'pni ikki qo'l bilan ilib olish, to'pni egallashning eng oddiy va shu bilan birga ishonchli usuli hisoblanadi.

Tayyorlov qismi: agar to'p o'yinchiga ko'krak yoki bosh balandligiga yaqinlashayotgan bo'lsa, unda qo'llarni to'pga qarshi chiqarish, bo'sh barmoqlar va panja bilan to'pni tutish, to'p hajmiga nisbatan kattaroq voronkani hosil etish kerak.

Asosiy qismi: to'p barmoqlarga tegish vaqtida unga panjalarni yaqinlashtirib, barmoqlar bilan ushlash kerak (kaft bilan emas), qo'llarni esa ko'krakka tortib, tirsak bo'g'inlarida bukish kerak. Qo'llarni bukish uchib kelayotgan to'pning urish kuchini pasaytiradigan amortizatsion harakat hisoblanadi (69-rasm).



69-rasm. Ikki qo'llab to'pni qabul qilish texnikasi

itarishi bilan amalga oshiradi gavdasini yangidan tanlagan yo'nalishi tomonga egadi.

**Sakrashlar.** Sakrashlardan xuddi mustaqil malakalardan foydalanishadi. Ular texnikaning boshqa usullarining elementlari ham hisoblanadi. O'yinchilar ko'proq yuqoriga va uzunlikka-yuqoriga sakrashlardan yoki qayta-qayta sakrashlardan foydalanishadi. Sakrashni bajarishning ikki usulini, ya'ni ikki oyoq bilan depsinib va bir oyoq bilan depsinibni qo'llashadi.

**Ikki oyoqlab depsinib bilan sakrashni** ko'proq joydan turib asosiy holatdan bajarishadi. O'yinchi tezda oyoqlarni bukadi, qo'llarni tirsakda biroz bukib, orqaga o'giradi va boshni sal ko'taradi. Depsinib oyoqlarni kuchli bukish bilan, gavdaning va qo'llarning oldinga-yuqoriga keskin harakati bilan amalga oshiriladi. Yugurib kelib ikki oyoqlab depsinib sakrashni odatda, savatga to'p otish paytida va shchitdan sapehib qaytgan to'p uchun kurash paytida qo'llashadi.

**Bir oyoq bilan depsinib sakrashni** yugurib kelib bajarishadi. Depsinibni shunday bajarishdiki, yugurib kelishning inersiya kuchlaridan to'la foydalaniladi. Depsinibdan oldin yugurishning oxirgi qadamini oldingilaridan ancha katta qo'yishadi. Tizza bo'g'imlarida biroz bukilgan depsinuvchi oyoqni oldinga chiqarishida va depsinib uchun to'vondan oyoq uchiga dadil qo'yishadi. Boshqa oyog'i bilan oldinga – yuqoriga tez siltab, tana og'irligining umumiy markazi tayanch ustidan o'tish paytida esa uni tos suyagi bilan son suyagi qo'shilgan joyda va tizza bo'g'imlarida bukishadi. Basketbolchi tanasi yuqori nuqtaga yetgandagi ko'tarilishdan keyin oyog'ini to'g'rilaydi va depsinuvchi oyog'i yoniga keltiradi. Istalgan usulda sakraganda yerga tushish muvozanatini saqlagan holda yumshoq tushish lozim, bunga ohista kerilgan oyoqlarni yumshatuvchi bukish orqali erishiladi. Yerga bunday tushish basketbolchiga o'yin harakatlarini bajarishga tezda kirishish uchun imkon yaratadi.

**To'xtashlar.** Vaziyatga qarab o'yinchi, keskin yugurishlar va yugurish yo'nalishini o'zgartirishlar bilan bir qatorda raqib ta'qibidan bir oz bo'lsa ham qutilishga, bo'sh joyga chiqishga va keyingi hujum harakatlari uchun imkoniyatga ega bo'lish maqsadida kutilmagan (qo'qqisdan) to'xtashlardan foydalanadi. To'xtalish ikki uslubda sakrab va ikki qadam bilan amalga oshiriladi.

**Burilishlar.** Hujumchi himoyachidan qutilish uchun, to'pni urib chiqarishdan saqlash uchun fintlarini ishlatib, so'ng savatga hujum qilish

uchun burilishlardan foydalanadi. Burilishning ikkita oldinga va orqaga burilish usuli bor.

Oldinga burilish basketbolchi yuzi bilan qayoqqa qaragan bo'lsa, shu tomonga qadam tashlab o'tish yo'li bilan bajariladi, orqaga burilish esa – u orqasi bilan qaysi tomonga qadam tashlab o'tish yo'li bilan bajariladi.

**To'p bilan bajariladigan usullar (texnikasi).** To'p bilan bajariladigan usullar quyidagi texnik malakalarni: to'pni ilib olish, uzatish, urib yurish va to'pni savatga o'tishni o'z ichiga oladi.

**To'pni ilib olish** – bu malakaning yordamida o'yinchi ishonarli ravishda to'pni egallab olish va u bilan keyingi hujum harakatlarga kirishishi mumkin.

To'pni ilib olish, keyinchalik to'pni oshirib berish, olib yurish yoki o'tishni bajarish uchun ham dastlabki holat hisoblanadi, shuning uchun harakatlar o'z tuzilishi bilan keyingi usullarni aniq va qulay bajarilishini ta'minlashi lozim. O'yinchi to'pni hali ilmay turib, uni keyin qayoqqa va kimga uzatishni bilishi kerak.

**To'pni ikki qo'l bilan ilib olish.** To'pni ikki qo'l bilan ilib olish, to'pni egallashning eng oddiy va shu bilan birga ishonchli usuli hisoblanadi.

Tayyorlov qismi: agar to'p o'yinchiga ko'krak yoki bosh balandligiga yaqinlashayotgan bo'lsa, unda qo'llarni to'pga qarshi chiqarish, bo'sh barmoqlar va panja bilan to'pni tutish, to'p hajmiga nisbatan kattaroq voronkani hosil etish kerak.

Asosiy qismi: to'p barmoqlarga tegish vaqtida unga panjalarni yaqinlashtirib, barmoqlar bilan ushlash kerak (kaft bilan emas), qo'llarni esa ko'krakka tortib, tirsak bo'g'inlarida bukish kerak. Qo'llarni bukish uchib kelayotgan to'pning urish kuchini pasaytiradigan amortizatsion harakat hisoblanadi (69-rasm).



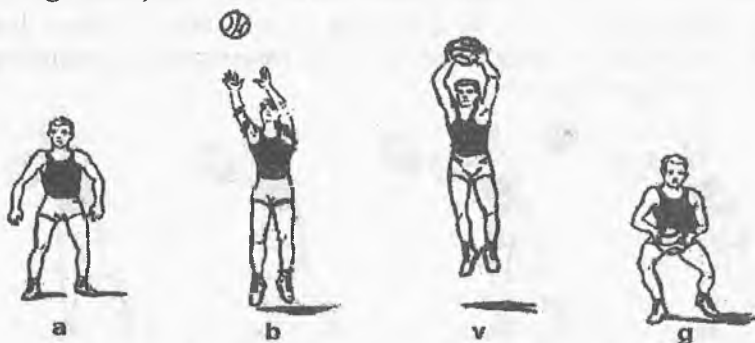
69-rasm. Ikki qo'llab to'pni qabul qilish texnikasi

Yakunlovchi qism: to'pni qabul qilgandan keyin gavdani yana o'zgina oldinga tashlanadi: yoyilgan tirsaklar bilan raqibdan saqlanayotgan to'pni keyingi harakatlarga tayyorlash holatiga olib chiqiladi. Agar to'p ko'krak balandligidan ancha past uchib kelsa, unda o'yinchi to'pining uchish balandligiga pasaytirib, odatdagidan ko'ra pastroq o'tiradi (70-rasm).



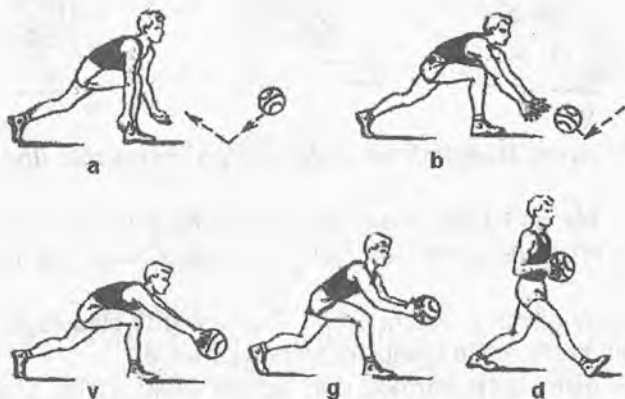
**70-rasm. Pastlashib kelayotgan to'pni ilish**

**Boshdan baland uchib kelayotgan to'pni tutib olish uchun sakrash** va yoyilgan panjalar bilan qo'llarni keskin yuqoriga chiqarish kerak (katta barmoqlar erkin yoyilgan). To'p barmoqlarga tekkan paytda, panjalarni yaqinlashtiradi, ichiga bukib ular bilan to'pni mahkam ushlashadi, qo'llarni esa tirsak bo'g'imlariga bukib, to'pni pasaytirishadi va gavgaga tortishadi (71-rasm). Past uchib kelayotgan to'pni tutish paytida qo'llarni pasaytirishadi, panja va barmoqlar esa xuddi yoyilgan kosani tashkil qilishadi (ikki qo'l jinjilog'i o'rtasidagi oraliq bir necha santimetrda oshmasligi kerak).



**71-rasm. Yuqori trayektoriya bilan uzatilgan to'pni sakrab ilish:**  
**a — dastlabki holat; b — sakragan holat; v — to'pni ilib olish holati;**  
**g — so'nggi holat**

**Maydondan sapchiyotgan to'p uchun kurash,** to'pni ilib olish uchun qulay balandlikka sakrashni kutmaslik kerak. Unga qarab harakat qilish, uni sakrashning boshlang'ich paytida tutish kerak. O'yinchi to'pga tomon engashadi, tezda gavdani oldiga egadi, qo'llarni oldinga-pastga tushiradi, tashqi tomondan panjalarni to'pga olib keladi, lekin tepadan emas. To'pni ushlab olgach, u darhol to'g'rilanadi va uni o'ziga tortadi (72-rasm).



**72-rasm. Maydondan sapchigan to'pni ilish**

**To'pni harakatda ilish,** o'ziga uzatish yoki savatga otish maqsadida, shunday nomlanuvchi, ikki qadamli texnikani qo'llashadi. Agar o'yinchi to'pni tutgandan keyin yugirayotgan oshirishni yoki otishni darhol amalga oshirmoqchi bo'lsa, aytilgan bir qo'l bilan, u chap oyog'i bilan turtki bajarilgan va o'ng oyog'i oldinga chiqarilgan paytda, to'pni yengil sakrab, uni ilib olishi kerak. So'ng o'ng oyoq bilan turtish (birinchi qadam), chap oyoq bilan turtish (ikkinchi qadam) va sakrash davomida to'pni o'ng qo'l bilan oshirishi yoki otishi kerak. Agar o'yinchi harakatda ilib olgandan keyin darrov chap oyog'ini o'q chizig'ida qoldirish uchun ikkala oyog'i bilan to'xtamoqchi bo'lsa, u holda o'yinchi o'ng oyog'i bilan turtki berish bajarilgan va chap oyog'i oldinga chiqqan paytda to'pni ilib olishga harakat qilishi kerak. So'ng birinchi sekinlashtiruvchi chap oyoq bilan, ikkinchi to'xtatuvchi qadam o'ng oyoq bilan va o'ng oyoqda burilishlarni bajarish imkoniyatini beradigan qilib to'xtash kerak (73-rasm).



73-rasm. Dumalab kelayotgan to'pni harakatda ilish

To'pni bir qo'l bilan ilish: uchib kelayotgan to'pga yetib borish va uni ikki qo'l bilan ilishga sharoit, yo'l qo'ymagan holda uni bir qo'l bilan ilish kerak.

Tayyorlov qismi: o'yinchi qo'lni shunday qilib chiqaradiki, to'pning uchish yo'lini kesib o'tsin (panja va barmoqlar bo'sh).

Asosiy qism: to'p barmoqlarga tegishi bilan qo'lni orqaga-pastga olib borishi kerak, xuddi shu harakat bilan to'pni uchishi davom ettirilayotgandek (amortizatsion harakat). Bu harakatga gavdaning ilib oluvchi qo'l tomon biroz burilishi yordam beradi.

Yakunlovchi qism: to'pni bir qo'l bilan ushlab, so'ng qo'l bilan mahkam ushlashi, so'ng esa tezda harakat qilishga tayyor bo'lishi kerak. Baland uchib kelayotgan to'pni uni qo'lidan urib chiqarib yubormasligi uchun tirsaklarni kerib (biroz yoyib) muvozanat holatiga keladi.



74-rasm. Bir qo'llab to'pni qabul qilish

## To'pni uzatish

Uzatish – bu uchish yordamida hujumni davom ettirish uchun o'yinchi to'pni sherigiga yo'naltirilgan malakadir.

To'pni to'g'ri va aniq uzatishni bilish – o'yinda basketbolchilarning birgalikdagi aniq, maqsadga yo'naltirilgan xarakterlarining asosidir. To'pning har xil uslublari bor. Ularni u yoki bu o'yin holati, to'pni uzatish lozim bo'lgan oraliq, sherigining joylashishi yoki harakat yo'nalishi raqiblarining qarshi harakat uslublarini va xarakteriga qarab qo'llaniladi.

Preferik ko'rish, qo'l harakatlarning tezligi, tadbirkorlik, aniq va taktik fikrlash – to'pni xatosiz uzata oladigan basketbolchilarni xarakterlovchi sifatlardir.

Uzatishning uslublarini bajarish tezligi va aniqligi ma'lum darajada panja va barmoqlarining usulni asosiy qismida juda tez ishlashiga bog'liq. To'pni uzatishda asosan panja va barmoqlar bilan harakat qilish kerak, o'shanda uzatish yo'nalishini aniqlash raqibga qiyin bo'ladi. To'pni qabul qilayotgan sherikni ko'rish kerak, lekin unga qarab turmaslik lozim. Uzatish paytida muvozanat holatini saqlash lozim, bo'lmasa uzatishga mo'ljallangan yo'nalish raqib tomondan to'sib to'p olib qo'yilishi mumkin, o'yinchi esa beixtiyor xato "yugurish" qilib qo'yadi (uchinchi qadam qo'yadi yoki joyidan siljiydi).

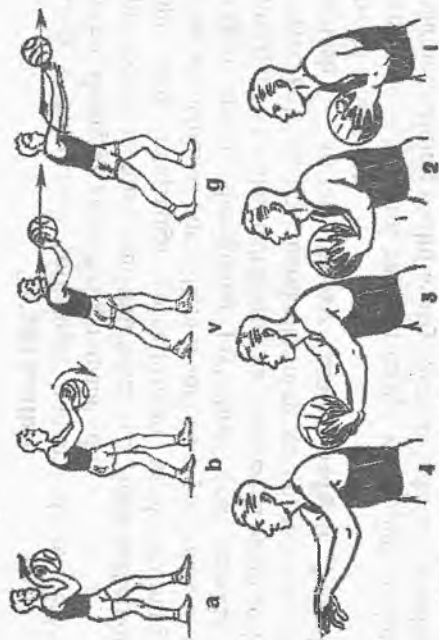
To'pni ko'krakdan ikki qo'l bilan uzatish – nisbatan oddiy o'yin paytida, raqibning ta'qibi bo'shroq bo'lganda, to'pni yaqin va o'rta masofadagi sherigiga aniq va tez yo'naltirishga imkon beruvchi asosiy usuldur (75-rasm).

Tayyorlov qismi – barmoqlari yoyilgan panja bel balandligi to'pni erkin ushlab turadi. Tirsaklar biroz bukilgan. Qo'llarning aylana harakati bilan to'pni ko'krakga tortadi.

Asosiy qism – to'p qo'llarni oxirigacha tez to'g'rilash bilan oldinga yuboriladi, orqaga aylanish harakatini beruvchi panjalar harakati bilan to'ldiradi.

Yakunlovchi qism: to'pni uzatgandan keyin qo'llarni bo'sh tushiriladi, o'yinchi to'g'rilanadi, so'ng esa biroz oyoqlarni bukilgan holatga qaytadi (shunday yakunlovchi qism uzatishning boshqa usullariga ham xos). Agar raqib to'pni ko'krak balandligida uzatishga halaqit bersa, unda to'pni shunday yuborish mumkin, u sherigi yaqinidagi maydonga urilib, to'g'ri unga sapchishi mumkin. To'pning tez sapchishi uchun unga ba'zan oldiga aylanma harakat berishadi.

Bunday uzatish paytida oyoqlarni ko'proq bukish, qo'llarni esa to'p bilan oldinga-pastga yo'naltirish lozim.



75-rasm. Ko'krakdan ikki qo'llab to'p uzatish

**Yuqoridan ikki qo'llab uzatishdan** ko'proq raqib zich himoya qilayotgan paytida o'rtacha masofalarda foydalaniladi (76-rasm).

To'pning bosh ustidagi holati uning o'yinchi o'z sherigiga himoyachi qo'llarni ustidan aniq uzatishga imkoniyat beradi.

Tayyorlov qismi: o'yinchi to'pni biroz bukilgan qo'llari bilan bosh ustiga ko'taradi va uni bosh orqasiga o'tkazadi.

Asosiy qism: o'yinchi keskin qo'l harakatlari bilan, ularni tirsak bo'g'inlarida rostlab va panjalari bilan tez siltash harakat qilib, to'pni sherigiga yo'naltiradi.



76-rasm. Yuqoridan ikki qo'llab to'p uzatish

**Yelkadan bir qo'llab uzatish** to'pni yaqin va o'rtacha masofaga uzatishda qo'llaniladigan usuldir. Bunda uzatish uchun eng oz vaqt ketadi

va to'pni yaxshi nazorat qilinadi. To'pning uchib chiqish vaqidagi panjalarning qo'shimcha harakati o'yinchi to'pni katta diapazonda to'pning uchish trayektoriyasini o'zgartirishga imkon beradi (77-rasm).

Tayyorlov qismi: qo'lni to'p bilan o'ng yelkaga olib borishadi; o'ng qo'l bilan uzatishda to'p o'ng qo'l panjasida turadi va ushlash uchun chap qo'l bilan yordam beriladi, tirsak ko'tarilmasligi kerak; shu bilan bir vaqtda o'yinchi o'ng tomonga buriladi.

Asosiy qism: to'p o'ng qo'lida, uni tez rostlashadi va shu zahoti panja bilan siltash harakatlari va gavda burilishini bajariladi.

Yakunlovchi qism: to'p uchib chiqqandan keyin o'ng qo'lida uni biron (lahza) kuzatib qo'yadi, so'ngra pastga tushirishadi. O'yinchi biroz bukilgan oyoqlarda muvozanat holatiga qaytadi.

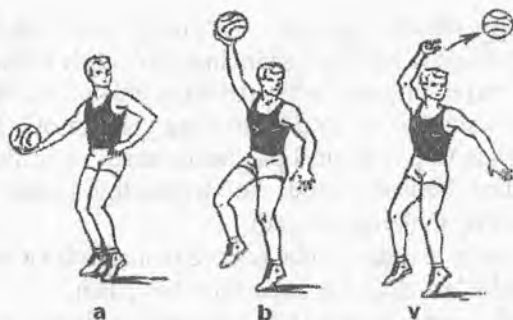


77-rasm. Yelkadan bir qo'llab uzatish

**Yuqoridan bir qo'llab "kryuk" usuli bilan uzatish** qattiq ta'qib qilayotgan raqibning ko'tarilgan qo'llari ustidan to'pni o'rtacha va ayniqsa, uzoq masofaga yuborish kerak bo'lgan vaqtda qo'llaniladi (78-rasm).

Tayyorlov qismi: o'yinchi yoni bilan uzatib berish yo'nalishiga tomon buriladi, qo'lidagi to'pni orqa-yon tomonga o'tkazadi - to'p kafida yotadi va barmoqlar bilan ushlash turiladi. O'yinchi ancha oldinga chiqqan boshqa qo'l bilan uni ta'qib qilayotgan raqibdan uzoqlashadi.

Asosiy qismi: kafida yotgan to'pni keskin bosh ustiga oshirib, panjalarini yoyib sherigiga yo'naltirish.



**78-rasm. Yuqoridan bir qo'llab ("kryuk" usuli bilan) uzatish**

**Pastdan bir qo'llab uzatish:** yaqin va o'rtacha masofalarga, raqib to'pni yuqoriga tutib olishga zo'r berib harakat qilgan paytda bajariladi. To'pni sherigiga raqibning qo'l ostidan yo'naltirishadi (79-rasm).

Tayyorlov qismi: to'g'ri yoki biroz bukilgan qo'lni to'p bilan orqaga o'tkaziladi, to'p kaftda yotadi, barmoqlar bilan va markazdan qochiradigan kuch tufayli ushlab turiladi.

Asosiy qism: qo'lni to'p bilan sonni yonidan oldinga-yuqoriga chiqariladi. To'pning uchib chiqishi uchun panja yoyiladi va barmoqlar uni itarib yuboradi.

Tayyorlov qism: qo'lni to'p bilan o'ng yelkaga olib boriladi, o'ng qo'l bilan uzatishda to'p o'ng qo'l panjasida turadi va ushlash uchun chap qo'l bilan yordam beriladi, tirsak ko'tarilmasligi kerak; shu bilan bir vaqtda o'yinchi o'ng tomonga burlladi.



**79-rasm. Pastdan bir qo'llab to'p uzatish**

### **To'pni urib yurish**

**To'pni urib yurish** – o'yinchiga to'p bilan maydon bo'ylab xohlagan tezlikda va istalgan yo'nalishda harakat qilishga imkon beruvchi usuldir.

To'pni urib yurish ta'qib qilayotgan raqibdan qochishga, to'p uchun muvaffaqiyatli kurashdan so'ng to'p bilan shchit ostidan chiqishga va tez jadal qarshi hujumni tashkil etishga; sherikka to'siq qo'yishga yoki nihoyat, so'ng sherigiga to'siq qo'yishga yoki to'pni uzatish va uni to'sayotgan raqibini biroz chalg'itishga imkon beradi.

Boshqa barcha holatlarda qarshi hujum tezligini pasaytirmaslik uchun va o'yin jarayonini buzmaslik uchun to'pni urib yurishdan bekordan-bekorga foydalanmaslik kerak. Olib yurish to'pni bir qo'l bilan yengil ketma-ket pastga oldinga urish bilan amalga oshiriladi (yoki galma-gal o'ng va chap qo'l bilan), oyoqlardan biroz chappa va oldinga yo'naltiriladi. Asosiy harakatlarni tirsak va bilak bo'g'inlari bajaradi. Muvozanat holatini saqlash va harakat yo'nalishini tez o'zgartirish uchun oyoqlarni bukish kerak.

Basketbolchi to'pni urib yurishni o'ng va chap qo'l bilan yaxshi bir xil ravishda o'rganishi shart (80, 81, 82, 83-rasmlar).

**Tezlikni o'zgartirish bilan aldab o'tish.** Himoyachidan qutulish uchun to'p olib yurishni tezligining kutilmagan o'zgarishidan foydalaniladi. To'pni urib yurish tezligi, avvalo, to'pni qay burchak ostida maydonga yuborilayotganligi va sakrash balandligiga bog'liq. To'p bilan oldinga harakat qilish tezligi, avvalo, to'pni sakrash balandligiga va uning sapchish burchagiga bog'liq. Tikkaga yaqin va past sakrashda buyurilsa yurish sekinlashadi va butunlay joyida bajarilishi mumkin.



**80-rasm. To'pni past olib yurish**



81-rasm. To'pni to'g'ri chiziq bo'ylab olib yurish



82-rasm. To'pni orqadan o'tkazib, yo'nalishni o'zgartirib olib yurish



83-rasm. To'pga qaramasdan yerga urib yurish

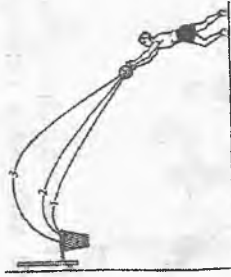
Yo'nalishni o'zgartirish bilan aldab o'tish. Asosan bu harakatdan raqibni aldab o'tish va hujum uchun halqa tomon o'tish uchun foydalaniladi. Yo'nalishni quyidagicha qilib o'zgartirishadi: to'pning yon sirtining xohlagan nuqtalariga panja qo'yiladi va kerakli yo'nalishga qo'lni to'g'rilanadi. Shuningdek, sapchish balandligini o'zgartirib, burilishlar va to'pni u yoqdan bu yoqqa o'tkazib ham aldab o'tish mumkin. Shuningdek, to'pni bir qo'ldan boshqasiga o'tkazish bilan yashirincha, orqadan yoki to'pni oyoq ostidan o'tkazish bilan ham raqibni aldab o'tish usulidan keng foydalaniladi.

#### Savatga to'p otishlar

To'p otishni bajarishga tayyorlanish jamoa hujumidagi asosiy mazmuni tashkil etadi, halqaga tushirish esa uning bosh maqsadidir. Bellashuvda muvaffaqiyatli qatnashish uchun har bir basketbolchi faqatgina uzatish, tutib olish va to'pni olib yurishni qo'llashni bilishi emas, balki har xil holatlardan, raqib qarshiligiga qaramay istalgan masofadan

to'p otishni bajarishi, halqaga aniq hujum qilishi kerak. O'yinchining o'zgarayotgan vaziyatni va hujum uchun har bir qulay vaqtdan foydalanishga harakat qilish, o'yinchining shaxsiy iste'dodi va xususiyatlarini hisobga olgan holda, otishning usullarini har xil ko'rinishdagi arsenalini egallash kerakligi aniqlaydi. Savatga otishning aniqligi birinchi navbatda oqilona texnika, harakatlar turg'unligi va ularni boshqarish, muskullarning kuchlanishi va bo'shashirilishi to'g'ri almashishi, qo'l panjalarining kuchi va harakatchanligi, ularning yakunlovchi kuchlanishi bilan, shuningdek, to'pning optimal uchish trayektoriyasi va aylanishi bilan aniqlanadi.

Ko'krakdan ikki qo'llab to'pni otishdan ko'proq uzoq masofalardan savatga hujum qilish uchun foydalaniladi. Agar himoyachi faol qarshilik qilayotgan bo'lsa otishning usulini shug'ullanuvchilar tezroq o'zlashtiradi, modomiki uning tuzilishi to'pni o'sha usul bilan uzatishning tuzilishiga yaqin.



84-rasm. Ko'krakdan ikki qo'llab to'pni otish

Yuqoridan ikki qo'llab to'p otishni raqibning ta'qibi kuchli bo'lganda o'rta masofalardan bajarish maqsadga muvofiq (85-rasm).



85-rasm. Yuqoridan ikki qo'llab to'p otish

Yelkadan bir qo'llab to'p otish o'rta va uzoq masofadan joyda turib savatga hujum qilishning keng tarqalgan usulidir. Ko'p sportchilar bundan, shuningdek, jarima otishda ham foydalanishadi (26-rasm).



**86-rasm. Bir joyda turib yelkadan bir qo'llab to'p tashlash**

**Yuqoridan bir qo'llab to'p otish** boshqa usullarga nisbatan ko'proq harakatda yaqin masofalardan va bevosita shohit tagidan savatga hujum qilish uchun foydalaniladi (87-rasm).

Tayyorlov qismi: to'pni o'ng oyoq ko'tarilganda tutiladi (o'ng qo'llab tashlash paytida). To'pni tutilgan tomondagi qadam kattaroq (uzunroq) tashlanadi. Keyingi qadam qisqartirilgan, to'xtatadigan bo'lishi kerak o'yinchi tezroq va kuchliroq deysinishi va yuqoriga deyarli tikka ko'tarilishi kerak. Maydondan deysinilgan paytda to'pni yelka ustiga chiqariladi va o'ng qo'lining burilgan panjasiga qo'yiladi.



**87-rasm. Yuqoridan bir qo'llab ("kryuk" usuli bilan otish)**

Asosiy qism: sakrashning yuqori nuqtasida to'pning halqaga iloji boricha yaqinlashish uchun qo'l to'g'rilangan, to'p barmoq panjasining yumshoq harakati bilan itarib chiqariladi, unga qarama-qarshi (teskari) aylanishi beriladi.

Yakunlovchi qism: o'yinchi halqaga yaqin joyda bukilgan oyoqlar bilan yerga tushadi, muvozanat holatini qabul qiladi va to'p tushmagan holda sapchish uchun kurashga tayyorlanadi.

**Sakraganda yuqoridan bir qo'llab to'p otish** (sakraganda to'p otish) zamonaviy basketboldagi hujumning asosiy vositasidir. Jahonning kuchli erkaklar jamoalari musobaqalarida o'yindagi hamma to'p otishlarning 70 foizgachasi xuddi shu usul bilan har xil masofalardan

bajariladi, bu otishning bir qancha ko'rinishlari bor. Ularni masofaga qarab va himoyachining qarshi harakatining xususiyatiga qarab tanlanadi. Namuna sifatida bu otishning o'rta masofadan otish holatini tahlil qilamiz.

Tayyorlov qismi: o'yinchi to'pni harakatda oladi va darhol o'ng oyoq bilan to'xtatuvchi qadam qo'yadi. So'ng o'ng oyoqni yoniga chap oyoqni qo'yadi, tirsaklarini bukib to'pni chap qo'l bilan yuqoridan yonidan ushlagan holda uni o'ng qo'l bilan bosh ustiga olib chiqadi.

Asosiy qism: o'yinchi ikkala oyoqni bilan deysinib sakraydi, bunda gavda to'g'ri halqa tomonga burilgan, oyoqlar biroz bukilgan. Sakrashning yuqori nuqtasiga yetgan paytda o'yinchi o'ng qo'lining oldinga-yuqoriga to'g'rilanishi bilan to'pni hamda barmoq panjalarining kuchli, lekin mayin harakati bilan yo'naltiradi. To'pga teskari aylanma harakat beriladi. O'ng qo'l panjasining harakati boshlangan paytda chap qo'l to'pdan olinadi (88-rasm).



**88-rasm. Sakraganda bir qo'llab to'p otish**

**Bir qo'l bilan "kryuk" (aylanma) usuli bilan to'p otishdan** ko'proq markaziy o'yinchilar baland bo'yli himoyachining faol qarshi harakati paytida yaqin va o'rta masofa oraliqlardan hujum qilish uchun foydalaniladi.

Tayyorlov qismi: o'yinchi chap oyoq bilan raqibning qarshi tomonga qadam qo'yadi, chap oyoqni yengil bukib, shohit tomonga chap yoni bilan buriladi. To'p tushirilgandan o'ng qo'ling bukilgan panjasida va yuqoridan chap qo'l yordamida ushlab tutiladi, savat tomonga boshni buriladi.

Asosiy qism: chap oyoq bilan yerdan itarilib, o'yinchi yuqoriga sakraydi, shu bilan bir vaqtda o'ng qo'lni to'p bilan gavddan uzoqlashtiradi va yoysimon harakat bilan yuqoriga ko'taradi. To'g'ri burchak ostida tirsak bo'g'imida bukilgan chap qo'l to'pni himoyachidan to'sganday bo'ladi, o'ng oyoqning tizzasini yuqoriga tortib olinadi. Qo'l

boshga yaqinlashayotganda eng yuqori nuqtada to'pni chiqariladi. Uni bosh ustidan savatga yo'naltirishadi.

Kuchli ta'qib va straxovka qilish paytida ba'zi markaziy o'yinchilar to'pni qo'l bilan to'liq yoysimon harakat qilishni afzal ko'rishmaydi. Ular to'pni ikki qo'l bilan himoyachidan boshqa tomonga yuqoriga chiqarishadi, so'ng bir qo'l bilan yoysimon yakunlovchi qismini o'tkazishadi xolos, ya'ni to'pni yarim "kryuk" (aylanma) qilib tashlashadi.

**Pastdan bir qo'llab to'p otish** harakatda va sakrab pastdan ikki qo'llab otish kabi holatlarda qo'llaniladi. Bundan tashqari, ba'zi markaziy o'yinchilar raqib shohiti yaqinidagi kurash paytida burilish va chalg'ituvchi harakatlarni birga qo'shib muvaffaqiyat bilan bu otish usulidan foydalanishadi (89-rasm).

To'pni savatga qayta otish. Savatga otilgan to'p unga tushmay shittan sapchib yoki savat yaqinidan o'tib ketgan hollarda o'yinchi sakrab to'pni havoda ilib olgandan keyin to'p bilan yerga tushib, nishonga olib tashlash uchun vaqt bo'lmaydi. Bunday hollarda ikki qo'llab yoki bir qo'l bilan to'pni savatga yana tashlash kerak.

To'pni bir qo'l bilan yana qo'shimcha otish (tashlash) paytida basketbolchi to'pni yuqoriroq nuqtada ilib olishga erishadi. Sakraganda va to'pni yoyilgan panjaga qabul qilib, o'yinchi qo'lni yengil bukadi va shu bilan bir vaqtda barmoqlar va panjalar bilan yumshoq yakunlovchi harakat qilib, shu yerning o'zida qo'lni to'g'rilaydi. Halqa tepasida to'pni qayta otish paytida panja harakatlari. To'p halqaga juda yaqin bo'lsa, eng yaxshisi uni panjada ushlab qolmasdan, balki turib yuborish kerak.



89-rasm. Pastdan bir qo'llab to'p otish

### Himoya texnikasi

Himoya – bor kuch bilan g'alaba qilishga harakat qilayotgan jamoaning tirishlari, agar uning o'yinchilari himoya harakatlari paytida qo'pol xatolarga yo'l qo'ysa, bekor bo'lib qoladi.

Himoyachiga qaraganda hujumchining texnik arsenali boyroq tajriba ko'rsatadiki, himoya malakalarini to'g'ri va diqqat bilan bajarilsa, ular ko'proq universal va samaralidir.

Himoya texnikasi ikkita asosiy guruhlarga:

- maydonga harakat qilish texnikasi;
- to'pni egallash va qarshi harakat qilish texnikasiga bo'linadi.

Maydonga harakat qilish texnikasi

Himoyaning maydonda harakat qilish texnikasi usullarining xarakter va xususiyatlari, o'yinchining faol, mustaqil mudofaa harakatlari va sheriklari bilan o'zaro harakatlarning aniq holati va maqsadiga bog'liqdir.

### Himoyaga turish

Himoyachi biroq bukilgan oyoqlarda mustahkam holatda turish va hujumchining savatga hujum qilishi va to'pni olishi uchun qulay vaziyatga chiqishini qiyinlashtirishga doim tayyor bo'lishi kerak. O'zi ta'qib qilayotgan o'yinchini diqqat bilan kuzatishi, himoya qiluvchi o'yinchi to'pni va raqibning boshqa o'yinchilarini maydonida ushlashi kerak.

Oyoqni oldinga biroz chiqarilgan holatda qo'yib turish.

To'pni o'yinchini ta'qib qilinganda unga savaiga otish yoki shohit ostiga o'tishga xalaqit berish kerak bo'lganda qo'llaniladi. O'yinchi odatda hujumchi va shohit o'rtasida joylashadi. Bir oyog'ini oldinga chiqarib qo'yadi, kutilayotgan savatga otishi to'sish yuqoriga oldinga, boshqa qo'li esa savat uchun xavfliroq yo'nalishda olib borishda xalaqit berish uchun yoniga-pastga tushiradi.

Bir chiziqli turish (parallel turish).

Himoyachi hujumchini to'p bilan o'rtacha oraliqdan sakrashda otishga tayyorlanayotganda ta'qib qilayotganda u xavfli raqib bilan shunday nomlanuvchi parallel turishga yaqinlashadi va nishonga olish uchun yuqoriga chiqishni qiyinlashtirishga harakat qilib, qo'lni to'g'ri tutib to'p tomonga chiqaradi.

Shuni ko'zda tutish kerakki, oyoqni oldinga chiqarib turishga nisbatan parallel turish chidamsizroq va muvaffaqiyatsizroq bo'lishga qaramay, shu vaqtning o'zida tezroq kirishga, tashlanishga faol harakat qilishni boshlashga va ma'lum darajada raqibning o'ng va chap tomonga o'tish yo'lini berkitishga imkon beradi.

Shuningdek, himoya o'yinchining hujumchiga yaqin, unga yuzi bilan turganda, uning to'pni olishga imkon bermay, unga shohit oldiga bo'lgan yo'lni kesishga harakat qilib faol himoya qilganda, shunday nomlanuvchi, "yopiq turishdan" ham foydalaniladi.

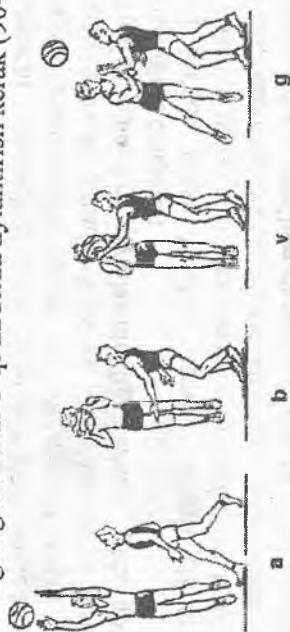
Himoyachining maydonda harakat qilishi xarakteri va yo'nalishi odatda, hujumchining xarakteriga bog'liq. Shuning uchun himoyachi har doim muvozanat holatini saqlashi va har qanday yo'nalishda harakat qilishga tayyor bo'lishi, har vaqt yugurish yo'nalishini yonga, oldinga, orqaga (ko'p hollarda orqa bilan oldinga) o'zgartirib, oraliqlarning qisqa bo'lishida tezlikni oshirib, qisqartirilgan to'xtalish yo'lini va qo'qqis to'xtalishni ta'minlab, raqiblarning qarshi harakat hujumi paytida o'zining siljish tezligini boshqarish kerak.

Himoyachi foydalanadigan yugurish, keskin yugurish, to'xtamasdan, sakrash usullari hujumda foydalanadigan tavsiflangan usullarga o'xshash.

Biroq hujumchidan farqlanib, bir qator hollarda himoyachi yonga qadamlab biroq bukilgan oyoqlarda harakat qilishi kerak, buning mohiyati shundaki, birinchi qadamni harakat yo'nalishiga yaqinroq oyoq bilan qilinadi, ikkinchi (qo'yilgan) qo'shimcha qadam sirpanchiq bo'lishi kerak. Bu paytda tezlik va chaqqonlik pasaymasligi uchun oyoqni chalishtirish va depsinuvtchi oyoqni tayanch oyoq orqasiga qo'yish mumkin emas.

#### To'pni egallash va unga qarshi harakatlar texnikasi

**To'pni tortib olish.** Agar himoyachi to'pni ushlab olishga erishsa, unga, eng avvalo, uni raqibning qo'lidan tortib olishga harakat qilish kerak. Buning uchun iloji boricha ikki qo'l bilan to'pni chuqurroq (kattaroq) ushlashi lozim, so'ng bir vaqtning o'zida gavda bilan buriilib, keskin o'ziga siltab tortish kerak. To'pni raqibning qarshiligini yengishi yengillashtiradigan gorizontal o'qi atrofida aylantirish kerak (90-rasm).



90-rasm. To'pni tortib olish

**To'pni urib chiqarish.** Hozirgi vaqtda to'pni urib chiqarish himoya usullarining maqsadga muvofiqligi va samaradorligi, shu usullarni bajarish paytida bir vaqtning o'zida himoyachi qo'lining to'p bilan - hujumchining

qo'li bilan to'qnashish (tegishi)ga yo'l qo'yadigan o'yin qoidalarining ayrim punktlarining yangi izohlanishi sababli ancha o'sdi (91, 92, 93-rasmlar).

**To'pni raqib qo'llaridan urib chiqarish.** Himoyachi hujumchining to'p bilan harakatlariga faol to'sqinlik qilib, unga yaqinlashadi. Buning uchun u to'p tomonga chiqarilgan qo'l bilan chuqur bo'lmagan qarshi harakat bajaradi, so'ng dastlabki holatga qaytadi. Qulay paytda urib chiqarish qattiq kesilgan barmoqlar va panjaning keskin qisqa harakati bilan (yuqoridan yoki pastdan) amalga oshiriladi. To'pni ilib olish paytida va ko'pincha pastdan urib chiqarishga tavsiya qilinadi. Ayniqsa, to'pni yuqori balandlikda (sakrashda) tutib olgan va kerakli ehtiyot choralarini ko'rmagan yerga tushayotgan raqibning qo'llaridan pastdan urib chiqarish samaraliroqdir. Agar himoyachi raqibning chalg'ituvchi harakatiga javob qaytarishga majbur bo'lgan bo'lsa va yuqoriga sakragan bo'lsa, unda yerga tushish paytida u to'pni urib chiqarish va shu bilan savatga otishga yoki o'tishga yo'l qo'ymasligi kerak.

**To'pni olib yugurgan paytda urib chiqarish.** Hujumchining to'p olib yurish bilan o'tishning boshlanish paytida himoyachi raqibga savatga tomon to'g'ridan yo'l qoldirib orqaga biroz chekinadi yoki yengil sakraydi va uni ta'qib qilib, yon chiziqa qisadi, so'ng himoyachi hujumchidagidek tezlik olib va olib yurish maromini aniqlab, maydondan sakragan to'pni qabul qilish paytida raqibga yaqinroq qo'li bilan to'pni urib chiqaradi. To'pni hujumchidan o'tishning boshlang'ich davrida orqadan ham urib chiqarish mumkin.

**To'pni to'sib olib qo'yish.** To'pni uzatish paytida to'sib olib qo'yish, to'pni to'sib olib qo'yishning shu usulining muvaffaqiyati, avvalo, himoyachi harakatining tezligi va o'z vaqtidagiga bog'liqdir. Agar hujumchi to'pni joyida turib kutsa, unga qarshi chiqmasa, unda to'pni to'sib olib qo'yish nisbatan qiyin emas keskin harakat qilib, sakrab bir yoki ikki qo'l bilan to'pni to'sib olib qo'yish kerak.



91-rasm. To'pni yerga urib yurilayotganda urib chiqarish



92-rasm. Maydon yuzasidan sapchiyotgan to'pni urib chiqarish

93-rasm. To'pni olib qo'yish

Odatda hujumchi to'pga yetarli darajada tez chiqadi. Bunday holda himoyachi qisqa oraliqda mumkin bo'lgan maksimal tezlikni olib, uchayotgan to'p tomondagi yo'lda raqibning o'zi o'tishi kerak. Yelka yoki qo'llar bilan to'p tomonga raqib yo'lini kesadi va to'pga ega bo'ladi.

Hujumchi bilan turtishib ketmaslik uchun himoyachi uning yonidan zich (yopishgan) holda o'tayotib, yon tomonga ancha og'adi. To'pni egallagandan keyin xato qilib qo'yimasligi uchun darhol to'pni urib yurishga o'tishi ma'qul.

To'pni olib yurganda to'sib olib qo'yish. To'pni olib borayotgan hujumchiga himoyachi yetib olgan paytda amalga oshiriladi. Buning uchun unga to'pni urib yurishning tezligi maromi moslashishi kerak, so'ng esa hujumchining orqasidan chiqib, undan bir lahza avval hujumchiga yaqinroq qo'li panjasiga sakrayotgan to'pni qabul qilish va o'zi to'pni urib yurishni davom ettirishi kerak, lekin boshqa yo'nalishda.

To'pni otish paytida ushlab olish. Bo'yda va sakrash balandligida hujumchi oldida ba'zi afzalliklarga ega bo'lgan himoyachi savatga otish paytida to'pni qo'ldan uchib chiqishiga xalaqit qilishi kerak. Otishga qarshi harakat paytida himoyachi bevosita to'p yaqinida bo'lishi kerak. O'shanda bukilgan panjani to'pga yonidan - tepasidan qo'yishadi, natijada hujumchi savatga otishni bajara olmaydi. To'pni to'sish o'yinchi

sherikning straxovka qilishi davomida ham amalga oshishi mumkin. Masalan, markaziy o'yinchi to'pni olgan zahoti sakrab burilib savatga hujum qiladi. Biroq straxovka uchun tomonga boshqa himoyachi burilib, otishning asosiy davrini boshlang'ich paytida to'pni orqasidan to'sadi. To'pni ushlab olish paytida butun qo'l bilan (qo'llar bilan) yuqoridan pastga harakat qilishdan qochish kerak, ayniqsa, ikki yoki bir qo'l bilan pastdan tashlashga harakat paytida.

**Sakrab savatga otish paytida to'pni qaytarish.** Sakrab savatga to'p otishga samarali qarshi harakat eng qiyin vazifa hisoblanib, himoyachidan butun kuchni safarbar qilishini, mahoratini va e'tiborini talab qiladi. To'p barmoq uchlaridan chiqqanda va hujumchi tomonidan nazorat qilinmayotgan payt, to'pni halqa tomon uchish yo'nalishidan qaytarish uchun eng yaxshi payt hisoblanadi.

**O'zining shohiti oldida (yoki ostida) sapchigan to'p uchun kurashda to'pni egallash.** Hujumchi savatga to'p otganidan keyin himoyachi shohit tomonga raqib o'tishi mumkin bo'lgan yo'lni to'sishi, mustahkam holatni egallashi, so'ng esa sapchigan to'pni tez va o'z vaqtida egallash uchun sakrab, kurashish kerak. Sakrash o'zgina yugurishdan keyin yoki joyida turib, ikki oyoq bilan bo'lganidek, bir oyoq bilan deysinib bajariladi. Baland sakrab va to'pni egallab, o'yinchi yerga tushayotganda, to'p yoki shchitga taalluqli bo'lgan qulay holatni raqibning egallashiga xalaqit berish uchun kuchli kurashda oyoqlarni keng qo'yadi va gavdasini bukadi.

**Fintlar va usullarning birga qo'shilishi.** Basketbolning hozirgi zamon texnikasi analizi, odatda, ba'zi usullarni o'rganishga asoslanadi. Biroq musobaqalar amaliyotida hamma bu usullardan alohida ko'rinishda deyarli kam foydalaniladi. Aniq bir o'yin holatida qiyin taktik vazifani muvaffaqiyatli bajarish uchun ko'proq ulardan bir usulning ikkinchi usul bilan yoki fint bilan birin-ketin qo'yilishi kompleks qo'llaniladi.

**Keskin yugurish finti - keskin yugurish.** O'yinchi chap oyog'ini oldinga-chapga chiqarib qo'yadi, gavdasini chapga biroz egadi va himoyachiga uni chap tomonga aylanib o'tishga tayyorlanayotganini ko'rsatgan holda xuddi o'sha tomonga qarashini (nigohini) o'tkazadi. Agar himoyachi fintga javob qaytarsa, u holda gavdani egish bilan himoyachi yonidan o'ng oyog'i bilan shiddatli qadam qo'yish kerak.

**O'tish uchun finti - o'tish.** O'tishga imitatsiya qilib o'yinchi oldinga - chapga qadam qo'yadi, xuddi o'sha yo'nalishda qo'llar to'p bilan buriladi. Himoyachi fintga javob qaytarganda, o'yinchi darhol zarb

bilan tepinib itariladi (turtiladi) va chap oyog'i qadami bilan himoyachi yonidan to'p bilan o'ng tomonga o'tib ketadi.

**Savatga to'p otish finti – uzatish.** O'yinchi chap oyog'ini oldinga o'ngga qo'yib otish fintini bajaradi. O'sha yo'nalishda qo'lini to'p bilan oldinga chiqaradi. Biroz tanaffus bo'ladi: o'yinchi oldingi holatda qolgan holda nigoh va boshining burilishi bilan himoyachiga faol harakatlar boshqa tomonga yo'naltirilganini ko'rsatadi. Himoyachi qarshi harakatlarga tayyorlanadi, lekin bu vaqtda o'yinchi xuddi oldinroq qilingan fintni davom ettirayotganday o'sha tomonga o'tadi. To'psiz va to'p bilan fintlar (94, - 95-rasmilar).



94-rasm. To'psiz chalg'itish



95-rasm. To'pni uzatish imitatsiyasi bilan chalg'itish

### 3.7. BASKETBOL O'YIN TAKTIKASINING TASNIFI

O'yinning asosiy mazmuniga muvofiq taktika hujum va himoya taktikasiga bo'linadi. Uning har bir bo'limi o'yinchilari harakatini tashkil qilish prinsipiga qarab yakka, guruhli va jamoaliga bo'linadi. O'z navbatida, har bir guruh o'yinni olib borish ko'rinishini hisobga olib, ko'rinishlarga bo'linadi (masalan, yakka harakatlari, hujum davomida o'yinchilarning to'psiz harakati va o'yinchining to'p bilan harakati ham bo'lishi mumkin). O'yin harakatlarining aniq mazmuniga qarab ko'rinishlar usullarga bo'linadi. Bajarishning har xil xususiyatlarga ega bo'lgan usullar variantlarning paydo bo'lishiga sabab bo'lishadi. Masalan, markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasi pozitsion hujum qilish

usullaridan biri hisoblanadi. Bir vaqtning o'zida tayangan markaziy o'yinchilar sonini hisobga olib, bu sistema uchta variantga ega bo'lishi mumkin: bitta markaziy o'yinchi orqali, ikkita va uchta markaziy o'yinchilar orqali hujum qilish.

### **Hujum taktikasi**

To'pni egallagan jamoa hujum qiluvchi jamoa bo'lib hisoblanadi. Hujum qilish jamoaning o'yindagi asosiy vazifasidir. Hujum harakatlari yordamida jamoa tashabbuskorlikni qo'lga kiritadi va raqibni o'ziga bo'lgan taktik reja qabul qilishga majbur qiladi. Hujum qiluvchi jamoaning bosh maqsadi raqib savatiga to'p tashlashdir. 30 soniya ichida bunga erishish uchun uyushtirilgan ilgaridan o'ylab qo'yilgan va to'pni raqib shohitiga yaqinlashtirishga mo'ljallangan yaxshi tayyorlangan yo'llardan, hujumni bevosita o'tkazish va shchitdan qaytgan to'p uchun kurash imkoniyatini ta'minlash uchun shu yakunlovchi kurash uchun qulay sharoitlar tuzishdan foydalanish kerak. Hujum taktikasi, jamoani aniq raqibga qarshi va musobaqaning har xil vaziyatlarida muntazam hujum olib borishning maqsadga muvofiqroq tadbir, usul va formalarini tanlab olish va ulardan foydalanishga imkon beradi. Hujum qilishning hamma harakatlari o'zining xarakteriga qarab yakka (individual) va jamoali hujumga bo'linadi. Taktika tasnifiga muvofiq harakatlar guruhli va jamoaliga bo'linadi.

### **Yakka (individual) harakatlar**

Har bir basketbolchi jamoada bajaradigan vazifasidan qat'i nazar, hujumda katta faollik ko'rsatishi lozim. Buning uchun u hujum usullarini puxta va malakali egallagan bo'lishi, o'yin sharoitini diqqat bilan kuzatishi, aniq vaziyatga eng mos pozitsiya va harakatlarni tez hamda to'g'ri tanlay olishi kerak.

**Joy tanlash va himoyachi taqibidan qutilish.** To'psiz hujum qilayotgan basketbolchi to'pni qabul qilish, to'pli sherigiga himoyachini ta'qibidan ozod bo'lishida yordam berishi uchun maydonda ma'lum pozitsiyani tanlaydi. Joy tanlash to'xtashlar, burilishlar bilan birga yo'nalish malakalarini tezlik bilan o'zgartirib maydonda harakat qilish bilan bajariladi. Savatga tushmay o'tayotgan to'pni ilish uchun joyni to'g'ri tanlash katta ahamiyatga ega.

**Ko'rsatilgan usullardan tashqari chalg'itishlar.** To'p bilan harakat qilayotgan basketbolchi eng avval himoyachidan qutilishga va savatga to'p otishga harakat qiladi yoki o'ziga bir necha himoyachilarni diqqatini jalb qiladi va himoyachidan bo'shagan sherigiga to'p uzatadi.

**To'pni uzatish.** Eng asosiy taktik harakat bo'lib, savatga hujum uyushtirishning natijasi uzatishning yo'nalishiga va o'z vaqtida bajarilganligiga bog'liq. Basketbolchi uzatishdan oldin uning qaysi tomonga va qaysi basketbolchiga uzatilishi lozimligini hal qilish bilan birga mavjud vaziyatda yaxshiroq samara keltira oladigan uzatish usulini va vaqtni tanlashi lozim.

**To'pni yerga urib yurish.** Bu to'pli basketbolchining asosiy yakka joydan joyga ko'chish vositasi hisoblanadi. O'yinning o'zgaruvchan vaziyatini kuzata bilish to'pni yerga urib yurishda katta ahamiyatga ega.

**Savatga to'p otish.** Bu katta mas'uliyat bilan bajariladi, chunki to'p savatga tushmasa, uni raqib egallab olishi mumkin. Basketbolchi har gal savatga to'p otishdan avval o'zining va raqib jamoa basketbolchilarining maydonda joylashishini, shohitga nisbatan o'zining pozitsiyasini hisobga olishi, qulay holatni egallashi lozim.

#### Guruhli harakatlar

Guruhli harakatlar – bu nihoyatda zarur taktik ma'lum tipovoy bloklardir, ulardan jamoaning tartibga solingan kombinatsion harakatlarining fundamenti yig'iladi. Guruhli harakatlarda o'yinchilarning ijodiy malakalarining birikmalari paydo bo'ladi. Taktik sxemalar uchun ikki yoki uch o'yinchining o'zaro harakatlarining ma'lum usullari universal hisoblanadi.

**Ikki o'yinchining o'zaro harakatlari.** Ikki o'yinchining o'zaro harakatlarining asosiy usullariga "uzat va chiq" usuli, shuningdek, to'siq to'qnashirish va kesishlar kiradi.

**"To'pni uzat va chiq".** O'yinchi to'pni sherigiga uzatadi, keskin yugurish fintini bajarib himoyachiga yaqinlashadi, uni muvozanat holatidan chiqaradi, so'ng esa to'g'ri chiziq bo'yicha harakat qilib shohit oldiga chiqadi va savatga hujum qilish uchun to'pni oladi.

**"To'pni uzat va chiq"** o'zaro harakatning muvaffaqiyatli chiqishi uchun ko'proq yolg'ondakam taktik yo'llardan foydalaniladi. "To'pni uzat va chiq" usuli raqib shohitgacha bo'lgan masofani harakatda bosib o'tish va son jihatdan ustunlik – ikki kishi bir kishiga qarshi 2x1 amalga oshirishda hamda tez yorib o'tish davomida ham keng qo'llaniladi. Ma'lum o'zaro harakatlarda foydalanishning ustunligi ko'pincha basketbolchining shohit tomonga qisqaroq yo'l bo'yicha jasurona, qat'iy keskin yugurishi va raqibning to'sib qolishidan va itarib yuborishlaridan qo'rqmasdan to'pni olishga tayyorgarligiga bog'liq.

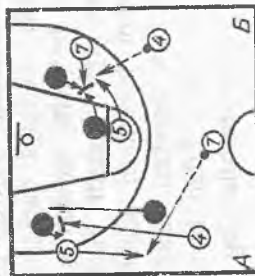
**To'siq.** To'siq mohiyati quyidagidan iborat: o'yinchi, o'z sherigini ta'qib qilayotgan himoyachi yaqinida shunday qilib joy tanlaydiki, u ta'qib

qilayotgan o'yinchini ketidan kuzatishi mumkin bo'lgan qisqa yo'lni to'sib qo'ysin. O'yinchi himoyachini harakat qilib o'tishga yo'l qo'ymaydi yoki sherigining yo'lga qaraganda uzunroq yo'ldan harakat qilishga majbur qiladi hamda o'zi uchun qisqa vaqt ichida ta'qibdan qutilishga va savatga hujum qilishga imkon yaratadi. Bunda to'siq qo'yg'an o'yinchi harakatsiz qolmaydi: himoyachi bilan to'qnashgach u buriladi va hujumga yordam berish uchun shohit tomonga chiqadi. To'pli o'yinchi doim to'siq qo'ygandan keyin darhol hujumga kirgan sherigi raqib uchun xavfliroq bo'lishini nazarda tutishi kerak (96-rasm).

To'siqning uch xili: yondan, orqadan va oldindan qo'yiladigan varianti bor. Agar to'siq qo'yayotgan sherigini ta'qib qilayotgan himoyachining orqasida yoki yonida joylashsa, unda bu mos ravishda yoki orqadan qo'yilgan to'siq deb hisoblanadi. Uning maqsadi to'pli va to'siz sherigini kerakli yo'nalishda to'pni urib yurishi yoki kerakli joyga chiqishi uchun ozod qilishdir. Agar to'siq qo'yg'an o'yinchi, sherigi va uni ta'qib qilayotgan himoyachi o'rtasida (orasida) yuzi yoki orqasi bilan turgan bo'lsa, u oldingi (ichki) to'siq qo'yg'an hisoblanadi, uning maqsadi – to'pni sherigini savatga to'p otish uchun ozod qilishdir. To'siqdan foydalanib o'yinchi hech qanday qarshiliksiz to'pni savatga otishi mumkin yoki agar ikkala himoyachi ham unga qarshi kelayotgan bo'lsa, to'siq qo'ygandan keyin tezda raqib shohit oldiga chiqqan o'yinchiga to'pni uzatish mumkin.

**To'siz o'yinchi uchun to'siqlarni qo'llash,** to'pli o'yinchiga qo'llashga nisbatan, ba'zan taktik jihatdan maqsadga muvofiqroq, chunki e'tiborsizroq ta'qib qilishadi (97-rasm).

**To'siqqa to'qnashirish.** Hujumchi ma'lum vaqtda statik holatda turgan o'z sheriklarining xohlaganidan, ta'qib qiluvchi himoyachi yo'lida to'siq sifatida foydalanishi mumkin. Sherikning yonginasidan katta tezlik bilan yugurib o'tayotib, hujumchi uni ta'qib qilayotgan himoyachini sherigiga yoki himoyachiga to'qnashishga majbur qiladi. Bu bilan hujumchi xuddi uni ta'qib qilayotgan himoyachini ko'zlagan pozitsiyada turgan sherigiga to'qnashiradi.



96-rasm. To'siz harakat qilayotgan basketbolchilar tomonidan qo'yiladigan to'siqlar



97-rasm. To'p bilan harakat qilayotgan basketbolchilar tomonidan qo'yiladigan to'siqlar

To'qnashtirishni to'psiz hamda to'pli o'yinchilar bilan amalga oshirish mumkin. To'p olib ketayotgan o'yinchi to'pni uzatib, himoyachini sherigiga to'qnashtirishga erishganidan keyin undan to'pni qaytarib olish yo'li bilan savatga hujum qilishni yakunlashi mumkin. Bunday holda, to'qnashtirishni uyushtirayotgan o'yinchi to'qnashtirish amalga oshgan zahoti raqib shohiti tomonga tezda chiqishi kerak.

To'qnashtirishning hamma variantlarida asosiyisi - raqibni to'qnashirmoqchi bo'lgan o'yinchi o'z jamoadoshi yonidan unga juda yaqinlashib tez o'tishdir. Bu o'zaro harakatni qiynalmasdan amalga oshirish uchun biroz oldinroq keskin yugurish finti bajariladi va bu bilan lozim bo'lgan yonalishni (bo'shatib) ozod qilib, himoyachiga yaqinlashadi. Boshqa qator hollarda himoyachilar, to'qnashish natijasida hujumchining savat tomonga yo'lini to'sishga harakat qilib, ilgariroq o'z shohiti tomon chekinishadi. Unda to'qnashtirishning shohit ostiga chiqish bilan yakunlash ma'noga ega bo'lmaydi. Ikkinchisidan o'rta masofadan to'pni savatga otish kerak.

**"Uchburchak".** Hujumdagi qulay o'yin vaziyatlari uchburchak bo'yicha o'zaro harakat yordamida vujudga kelishi mumkin. Bunda uchburchakning cho'qqisida turgan to'pli hujumchi, oldinga chiqishlari bilan savatga xavf solayotgan boshqa ikki sherigiga qaraganda raqib shohitidan uzoqroq bo'lishi kerak. Qanot bo'yicha harakat qilayotgan o'yinchi to'pni olgach, uni yana sherigiga uzatadi (uchburchak cho'qqisiga), to'p u yerdan darhol hujumni yakunlash uchun boshqa qanotga yuboriladi. "Uchburchakning" o'zaro harakati uzatishni taz bajarishni talab qiladi: u joyini almashtirish yo'li bilan ham amalga oshirilishi mumkin. Bu o'zaro harakat, ayniqsa, hujumchilarning tez yorib

o'tishida himoyachilar ustidan son jihatidan ustunlikni (3x2) amalga oshirish paytida samaraliroq.

**"Uchlik".** Uchburchak holati bu o'zaro harakatda ham saqlanib qolib, to'pni bir tomonga uzatib, hujumning boshqa tomonga to'siq qo'yilishiga asoslangan. Masalan, maydonda 5-o'yinchi to'pni bir tomonga 4-sherigiga uzatayapti, o'zi esa maydonning boshqa tomonida 7-o'yinchi uchun to'siq qo'yayapti. To'siqdan foydalanib 7-o'yinchi tezlik bilan jarima zonasiga kirayapti (to'siq qo'ygandan keyin shohit tomonga chiqqan 5-o'yinchi yordamida) 4-o'yinchidan to'pni oladi va savatga hujum qiladi.

Bu vaqtda o'rta masofadan savatga to'pni tashlashga yoki to'p yo'qotilgan himoyani ta'minlash uchun 4-o'yinchi maydon markaziga o'tadi. "Uchlik"ni bajarishda har xil chalg'ituvchi variantlardan foydalaniladi. Masalan, agar 1-himoyachi to'siqdan qochib, jarima otish zonasiga chekinsa, unda 7-o'yinchi yon chiziq bo'ylab raqib shohiti tomoniga keskin yugurishi mumkin yoki 5-o'yinchi sherigi 7-ga o'zining to'siq qo'yish maqsadini himoyachilarga ko'rsatib, yarim yo'lda yugurish yo'nalishini o'zgartirish va shohit tomonga 4-o'yinchidan to'pni olish va savatga tashlash uchun shiddat bilan chiqishi mumkin.

**"Kichik sakkiz".** Uch o'yinchi to'pni urib yurish bilan birin-ketin kesishishdan foydalanib, shu qatnashchilarning harakat qilgan yo'llari "8" sonini eslatadigan "kichik sakkiz" deb nomlanuvchi o'zaro harakatni bajarishlari mumkin. Usul siklik xarakterga ega va savatga hujum qilish qulay vaziyat kelmaguncha hujumda ketma-ket 4-5 marta qaytarilishi mumkin.

**"Kesishib chiqish".** Uch o'yinchining bu o'zaro harakati, raqib shohitiga orqasi bilan turgan uchinchi (odatda markaziy) o'yinchidan bevosita o'qish joyda ikki o'yinchi tomonidan amalga oshiriladigan kesishishni o'zida mujassamlashtirgan. Masalan, 6-o'yinchi to'pni 5-markaziy o'yinchiga uzatayapti va sherigi 4 bilan birga, deyarli u bilan bir vaqtda finnlarni bajargandan keyin to'pni u yoki bu sherigiga savatga hujum qilish uchun oshirib berishi yoki o'rta masofadan savatga otishi mumkin bo'lgan markaziy 5-o'yinchi yonidan yugurib o'tishadi. Bu vaziyatda 6 va 4 himoyachilar oldida to'qnashishdan qochish hamda markaziy o'yinchi himoyachi juftiga urilib ketmasligi vazifasi turadi.

"Kesishib chiqish"ni faqat shohit to'g'risida emas, balki yon chiziq tomonidan ham o'tkazish mumkin.

### Jamoa harakatlari

Basketbolda hujum muvaffaqiyatining asosi ratsional yo'llar bilan va iloji boricha tezroq o'yinchilardan biriga savatga hujum qilish uchun qulay sharoit yaratishga yo'naltirilgan jamoa harakatlardir. Butun jamoa maqsadlariga shaxsiy harakatlarning bo'yinishini, bir-birini tushunishni, aniq tashkiliy formulalarni talab qiladigan jamoa harakatlarsiz, hujumda to'laqonli o'yin bo'lishi mumkin emas. Juda kuchli, lekin sheriklari bilan birgalikda to'g'ri (oqilona) harakat qila olmaydigan o'yinchilardan tuzilgan hujum qiluvchi jamoa, malakali raqib ustidan kamdan-kam g'alabaga erishishi mumkin.

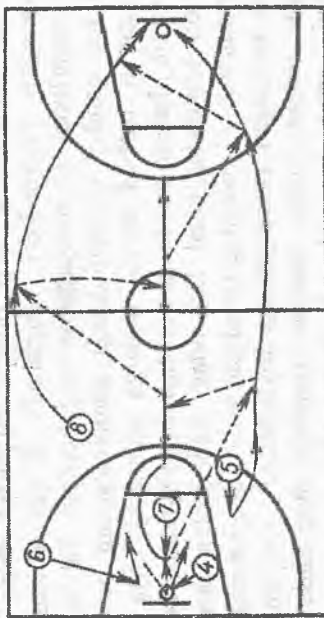
### Jadal hujum

**Tez yorib o'tish.** Bu — raqib ustidan jismoniy va texnik tayyorgarlikdagi ustunlikdan foydalanishga imkon beradigan, hujumning juda samarali sistemasidir. Uning mohiyati shundaki, to'pni egallagan o'yinchilar har gal qarshi hujumga o'tishadi, raqib shohitgacha bo'lgan masofani qisqa vaqt ichida bosib o'tishga, son jihatdan ustunlikka erishishga va bundan foydalanib, yaqin masofadan savatga hujum qilishga harakat qilishadi.

Tez yorib o'tishga hammadan ko'proq, agar jamoa to'pni raqibdan olib qo'ysa yoki o'zining shohitidan sapchib qaytgan to'p uchun kurash paytida unga ega bo'lganda amalga oshiriladi. Biroq, to'p yon chiziqdan o'yinga kiritilgan zahoti, shuningek, agar raqiblar qarshi hujumga o'tgan o'yinchilarga tez oshirib berishga faol qarshi harakat qila olmasalar, bahs va boshlang'ich to'pni o'yinga tashlash paytida son jihatdan ustunlikka erishish mumkin. Son jihatdan o'yinchilar barobar bo'lgan paytda (1x1 yoki 2x2) jasurona va qat'i yakka kurashish uchun imkoniyat borligini ham hisobga olish kerak.

Tez yorib o'tishni uch qismga bo'lish mumkin: boshlanish, rivojlanish va yakunlash. Birinchi qismning muvaffaqiyati, oldinga keskin chiqishning tezligi bilan har bir qatnashchining oldinga chiqishga harakat qilishi, to'pni birinchi uzatishning (ortiqcha harakatlarsiz) o'z vaqtida uzatilganligi bilan aniqlanadi. Agar, albatta, to'pni sherigi egallashga ishonch bo'lsa, u to'pni egallashga tayyorlanayotganda, oldinga harakat qilishni boshlashi bilan oq, o'yinchilar raqiblardan uzoqlashadi. Odatda, yorib o'tishda, himoyaning birinchi chizig'ida joylashgan 2-3 o'yinchi faol qatnashadilar, to'rtinchi o'yinchi ularga ko'mak beradi, beshinchi o'yinchi esa orqa tomonni straxovka qilishni ta'minlaydi. Bu o'yinchilarning harakat yo'nalishi ularning maydonda joylashganiga va jamoa to'pni egallay olgan joyiga bog'liq. To'psiz o'yinchilar keskin yugirgan vaqtda,

ularning to'p egallagan sherigi raqibdan oldinda paydo bo'lgan o'yinchiga to'pni tezda uzatishi kerak (98-rasm).



98-rasm. Uch basketbolchining o'zaro to'p uzatib tez yorib o'tishi

Jamoa o'yinda tez yorib o'tishdan foydalanishga harakat qilsa, u buning uchun kerakli zamin yaratishi kerak. Gap to'pni o'yinchiga qarshi himoyada doim faol ta'sir qilish to'g'risida, o'zining shohiti va oldida sapchigan to'p uchun yaxshi tashkil qilingan kurash to'g'risida, to'pni olib qo'yish uchun bo'ladigan harakatchanlik to'g'risida ketyapti.

Tez yorib o'tishning ikkinchi qismi — rivojlanish, o'yinchilar keyingi to'g'ri yo'l bo'ylab harakat qilishlarini, to'pni urib yurishni va maydonning o'rta qismini tezroq o'tish uchun hujumchilar o'rtasidagi to'pni bir-ikki uzatishni o'z ichiga oladi. Vaqt bo'yicha bu qism 2-3 soniyagacha cho'ziladi.

Yorib o'tishning yakunlovchi qismi raqib yaqinida bo'lib o'tadi va 1,5 soniya atrofida davom etadi. Savatga yakunlovchi otishni odatda, to'pni urib yurishdan keyin yoki o'yinchining shohit ostiga to'p uchun tez chiqishdan keyin bajariladi. Umuman, yaxshi tayyorlangan jamoa, to'pni uzatishni uch marta ortirmasdan tez yorib o'tishni 4-6 soniya ichida amalga oshiradi.

Tez yorib o'tish uch usulda bajariladi:

- raqib shohiti tomon uzun uzatish bilan, bunda aslida ikkinchi qism chiqib ketadi;
- maydon o'rtasidan (to'pni urib yurish bilan va olib yurmasdan);
- yon chiziqlar bo'ylab.

**Pozitsion hujum.** O'yin davomida jadal hujumni yakunlashga har doim erishilavermaydi. Raqib jamoasi himoyani uyushtirishga ulguradigan va hamma hujumchilarni to'sadigan hollar bo'lib turadi. O'shanda jamoa,

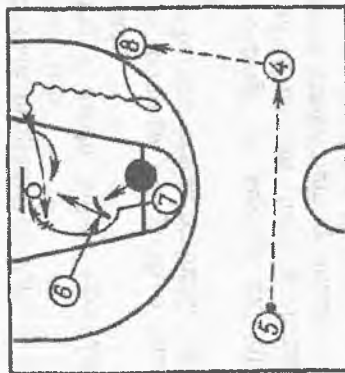
yaxshi uyushtirilgan himoyaga hamma beshala o'yinchi qatnashadigan pozitsion hujumni qarshi qo'yishi kerak. Pozitsion hujumda basketbolchilar yakunlovchi to'p otishni tayyorlab raqib himoyasiga bosqichma-bosqich (ketma-ket) yengishadi. O'yin qoidasi bo'yicha bunday tayyorgarlikka 30 soniyagacha vaqt beriladi. Bu vaqt ilgari o'rganilgan har qanday qiyinchilikdagi kombinatsiyani qo'llash uchun yetarlidir, agar u barbad bo'lsa (amalg oshmasa) o'rta yoki uzoq masofadan taktik jihatdan asoslangan otishga sharoit yaratish kerak.

Pozitsion hujumda, jadal hujumdagi kabi uchta fazani ajratish mumkin; boshlanish – jamoaning uyushgan holi oldingi zonaga o'tishi va o'yinchilarni ko'zlagan pozitsiyalarga joylashtirish; rivojlanish savatga hujum qilish uchun qulay vaziyat yaratish maqsadida bir qator jarohatlar (seriyalarni) o'tkazish (hujumchini ta'qibdan ozod qilish, yakka olishning qulay sharoitlarini ta'minlash va hokazo); yakunlash – o'yinchi tomonidan savatga hujum qilishni bevosita o'tkazish va sapchigan to'p uchun faol kurashni ta'minlash.

Pozitsion hujumda ikki sistema tashkil topgan: "markaziy o'yinchi orqali" va "markaziy o'yinchisiz".

**Markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasi**, ayniqsa, (hammadan ko'ra) maqsadga muvofiqdir. Buni (sistemani) qo'llayotgan jamoaning harakatlari, istalgan daqiqada to'pni olish imkoniyatiga ega bo'lish uchun odatda shohitda shohitga orqasi bilan o'zining sheriklariga yuzi bilan turgan markaziy o'yinchining yetakchilik rolga (asoslanadi) tayanadi. Markaziy o'yinchi hujum tayyorgarligining xuddi o'zagidek hisoblanadi. Hamma kelgan sheriklari, unga faol kelishilgan harakatlari bilan qo'llab-quvvatlab, qulayroq vaziyatga unga to'pni oshirib berishga harakat qiladilar (99-rasm). Qulay vaziyatda to'pni olgan markaziy o'yinchi:

- uni savatga otishga urinib ko'rishi;
- uni ta'qib qilayotgan himoyachini yakka olishda aldab o'tishi, shohit oldiga chiqishi va to'pni savatga otishi;
- to'pni sheriklardan birortasiga uzatishi;
- uch ochkoli otish uchun to'pni uzoqqa maydon ichida uzatishi mumkin.



99-rasm. Ikki markaziy hujumchining o'zaro harakatlari

**Markaziy o'yinchi orqali hujum qilish sistemasining asosiy variantlari** – bitta markaziy o'yinchi orqali va ikkita markaziy o'yinchi orqalidir. Hozirgi zamon sport amaliyotida uchta markaziy o'yinchi orqali hujum qilish juda kam qo'llaniladi.

Markaziy o'yinchilarning va ularning sheriklarining shaxsiy imkoniyatlariga, shuningdek, jamoaning umumiy taktik maqsadlariga qarab musobaqalarda boshlang'ich joylashishning har xil sistemalarini (pozitsiyalarini) qo'llashadi.

To'pni markaziy o'yinchiga uzatgandan keyin shohit tomonga to'g'ri chiziq bo'ylab chiqishdan tashqari, hujum qilayotgan jamoa, pozitsion hujum uchun jamoaning asosiy boshlang'ich joylashishi bilan ikki yoki uch o'yinchilarning ma'lum bo'lgan o'zaro harakatlarning birin-ketin qo'shib ketishiga asoslangan, ilgari o'rganilgan taktik kombinatsiyalardan foydalanishi kerak.

Kombinatsiyada deyarli har doim jamoaning hamma o'yinchilari qatnashishadi, ba'zi birlari asosiy hujum qiluvchi harakatlarni amalga oshirishadi, boshqalari – ozod qiluvchi yoki chalg'ituvchi, uchinchilari – orqa xavfsizligini ta'minlaydigan harakatlarni amalga oshirishadi.

#### Shaxsiy pressingga qarshi hujum

Shaxsiy pressingga qarshi kurashayotgan jamoa taktik va texnik xarakterga ega bo'lgan bir qator sharoitlarni bajarish kerak:

- 1) to'pni tezda o'yinga kiritish;
- 2) tezkorlik bilan himoyani yorib o'tish uchun operativ kenglikka chiqishi yoki hech bo'lmaganda 10 soniya ichida to'p bilan raqibning maydoniga o'tishi;
- 3) zich ta'qib paytida hujumning shiddati va taktik tizimini saqlash;

## Yakka harakatlar

To'pli yoki to'psiz hujumchiga qarshi harakatlar turlicha, garchand, ikkala holda ham raqibning kuzatish va u bilan faol kurashish kerak.

**To'psiz hujumchiga qarshi harakatlar.** To'psiz hujumchini ta'qib qilganda, himoyachi:

- a) hujumchiga savatga hujum qilish uchun qulay pozitsiyaga chiqib ishga yoki shu pozitsiyada to'pni qabul qilib olishga yo'l qo'ymaslik;
- b) raqib hujumchisi yoki lideriga yo'naltirilgan to'pni olib qo'yish;
- v) raqibning o'zaro harakat qilish uchun siljishlarga, ayniqsa maydonning o'rtasidan shohit tomonga keskin qo'yiladigan blokirovkaga e'tibor bergan holda qarshilik ko'rsatish kerak.

Himoyachi o'zi ta'qib qilayotgan hujumchilar va o'zining savati ostida shunday joylashishi kerakki, bunda u hujumchini ham, to'pni ham ko'rishi lozim. Himoyachining hujumchiga nisbatan holati va ular orasidagi masofa har qanday aniq vaziyatga raqibning tezligi, bo'yi va og'irligi hisobga olingan holda aniqlanishi kerak. Raqibning markaziy o'yinchisini ta'qib qilayotgan himoyachi, u bilan qulay pozitsiya va to'pni olish uchun kurashishi kerak. Markaziy o'yinchiga to'pni shohitdan uzoqlashtirib, u qo'shimcha harakat qilgan holdagina to'pni egallashga yo'l qo'yish mumkin. Agar u shohitning yaqinida bo'lsa, himoyachi uning oldida to'pni uzatishga xalaqit berish uchun turadi.

**To'pli hujumchiga qarshi harakatlar.** To'pli hujumchiga qarshi kurashda himoyachi:

- a) raqibga to'pni savatga aniq otishda yo'l qo'ymaslik;
  - b) raqibning shohit tomonga o'tishiga (ayniqsa, kuchli, odatda, o'ng tomondan);
  - v) to'pni xavfli yo'nalishda uzatishga (ayniqsa, jamoa lideri yoki markaziy o'yinchisiga, aniq otuvchi (snayperga) merganga xalaqit berish);
  - g) to'pni egallab olishga yo'l qo'ymaslik;
  - d) raqibning oldindan tayyorlangan o'zaro harakatlanishiga yoki kombinatsiyalariga o'tkazish uchun qilayotgan harakatlarga xalaqit berishiga erishish uchun harakat qilishi kerak.
- O'zining raqibini ta'qib qilayotgan vaqtda maydondagi umumiy vaziyatni ham kuzatib turishi shart. Bu esa o'zgarib borayotgan holatni o'z vaqtda baholash va o'z sheriklari bilan muvaffaqiyatli o'zaro harakat qilish imkonini beradi.

4) hujumning boshqa, maqsadga muvofiq sistemalari va variantlariga (tezkor ravishda) tezda o'tish.

Shaxsiy pressingga qarshi hujum taktikasi qo'llanishi quyidagi holatlardan kelib chiqadi:

- 1) raqib shohiti tomonga tez yorib o'tishni qo'llash uchun o'z yarimida maydonning hamma beshta o'yinchining dastlabki boshlang'ich joylashishini qo'llash;
- 2) hujumning oldingi va keyingi chiziqlari o'rtasidagi yetarli darajada katta oraliqni ta'minlash (himoya chiziqlari o'rtasidagi o'zaro harakatlarni tuzilishini va hamkorligini qiyinlashtirish uchun), harakatchan markaziy o'yinchini yoki qanot hujumchini orqaga maydon markaziga to'pni olish uchun jalb qilish va u orqali tezda hujum uyushtirish;
- 3) jamoaning mohir dribblerining (to'pni mohirona olib yuradigan) himoyachi yakka kurashishi uchun maydonning bir tomonini bo'shatish;
- 4) maydonning raqib yarimiga to'p bilan kirish paytida raqib shohitidan uzoqqa ketgan markaziy o'yinchisiz hujumni uyushtirish bilan tarqoq pressingdan pozitsion kurashda foydalanish (ikkala ko'rsatilgan sistemalar jarima maydonni ochiq qoldirib hujumchilarga birdaniga u yoqqa yorib o'tishga va savatga hujum qilishga imkoniyat beradi).

## Himoya taktikasi

Yaxshi tashkil etilgan himoya nafaqat hujum tufayli erishilgan muvaffaqiyatni mustahkamlaydi, balki jamoaning keyingi harakatlari xarakteriga ham ta'sir qiladi. Ishonchli himoyaga ega bo'lgan jamoa o'yinni keskinlashtira borishga, o'rtacha va olis masofalardan savatga to'p otishni dadillik bilan qo'llashga hamda shohitdan qaytgan to'p uchun astoydil kurashadi.

Himoyalayuvchi jamoaning harakatlari hujum qiluvchi jamoaning harakatlari javob bo'lib, raqib taktikasining xususiyatlariga qarab tashkil etiladi.

Himoyalayotgan jamoa oldida to'rtta asosiy vazifa turadi:

- 1) raqib savatga aniq, to'siqsiz to'p tashlashga yo'l qo'ymaslik;
- 2) raqibdan to'pni olib qo'yish va qarshi hujum uchun sharoit yaratish;
- 3) raqibning ba'zi bir aloqalarini va o'yin liniyalari orasidagi aloqa va o'yinchilar o'zaro harakatlarini buzib, hujum qilish uchun tayyorlov operatsiyalarini o'tkazishga qarshilik ko'rsatish;
- 4) raqibni tez qarshi hujumga o'tishga yo'l qo'ymaslik.

## Guruh harakatlari

Himoyadagi guruh harakatlari deganda o'yin vaziyatida hujumchilarga qarshi harakat uchun yo'nalgan ikki yoki uch o'yinchining o'zaro harakati ko'zda tutiladi. Ikki o'yinchining o'zaro harakati usullariga straxovka qilish, o'yinchi almashish, sirg'anib o'tish, chekinish (sheringa yo'l berish); uch o'yinchining o'zaro harakat usullariga maxsus tashkil etilgan ikki o'yinchiga to'qnashtirishga qarshi qaratilgan, ikki basketbolchi qo'ygan to'siqqa qarshi harakatlari, "uchlik", "kichik sakkizlik", "kesib chiqish"ga qarshi o'zaro harakatlari kiradi. Shohitdan sapchigan to'p uchun qarshi taktika masalasi alohida ko'riladi.

**Ikki o'yinchining o'zaro harakati.** Himoyachilarning o'zaro yordam usullaridan biri – straxovka qilish. O'yinchilar doim bir-biriga yordam berishga hamda himoyachini aldab o'tish, savatga xavf solayotgan hujumchini ta'qib qilishga tayyor turishlari kerak. Straxovka qilish to'pni savatga aniq ota oladigan, tez o'tib keta oladigan, har xil chalg'ituvchi harakatlarni qullay biladigan, tezkor hujumchilarga qarshi qo'llaniladi.

Xuddi shunga o'xshash raqibning yaqindagi baland bo'lyi markaziy o'yinchisi to'pni egallab olmasligi uchun ta'qib etib yurgan himoyachiga ham yordam beriladi.

Agar to'p markaziy o'yinchiga tekkan taqdirda straxovka qilayotgan o'yinchi to'pni uning qo'lidan urib chiqarishga yoki to'p bilan oldinga o'tishga, to'pni savatga o'tishga xalaqit berishga urinib ko'rishi kerak. Odatda straxovkani savatga xavf sololmaydigan masofada turgan o'yinchini ta'qib qilishni bo'shashtirib yoki raqibning savatga juda kam va beqaror xavf solayotgan kamroq ta'qib etish bilan amalga oshiriladi.

**Chekinish va sirg'alib o'tish.** Tez almashish hech qachon ham himoyalanoymagan jamoa uchun foydali emas, chunki ba'zi hollarda u yakka kurashdagi kuchlar muvozanatini buzadi (baland bo'lyi hujumchi past bo'lib himoyachi bilan tez hujumchi esa tezligi kichik o'yinchiga qarshi bo'lib qolishi va h.k.), raqib jamoa o'yinchilariga chalg'ituvchi va aldovchi harakat o'tkazish imkonini beradi. Shuning uchun himoyachilar bor kuch va bilimlarini blokirovka qilish va har xil harakatlar qilish yordamida raqibning o'zaro harakat qilishini mushkullashtirishga, to'siq qo'yishga yo'l qo'yimaslikka sarflashlari kerak. Va faqat shohitga to'g'ridan-to'g'ri xavf tug'dirilayotgan paytdagina o'yinchilar almashishlari kerak.

Hujumchilar o'zaro harakatlari maydonda ko'ndalang bo'lib to'psiz yoki savatga uzoqdan harakat qilayotganda to'siq qo'yilgan himoyachilar ta'qib qilayotgan o'yinchilarni almashtirish o'rniga himoyachi tez

chekinib, to'siq o'yinchini aylanib o'tib sherigi bilan yaqinlashib olishi kerak. To'siq shohit yaqinidagi to'pni o'yinchiga qo'yilganda, chekinish qisman xavf bilan bog'liq – bu vaqtda hujumchi hech qanday to'siqsiz to'pni savatga o'tishi mumkin.

**Guruh bo'lib to'pni olib qo'yish.** O'zaro harakat qilishning bu usulini ko'proq pressingda, ya'ni to'p bo'lgan o'yinchini bir vaqtda ikki himoyachi hujum qilayotganda ishlatiladi. Guruh bo'lib to'pni olib qo'yishning ikkita varianti bor. Birinchisida, to'p bo'lgan o'yinchini ta'qib qiluvchi himoyachi uni burchak tomon yoki yon chiziq yoniga to'pni olib borishga, keyin esa maydonga orqa tomoni bilan burilishga majbur qiladi. Shu paytda ikkinchi himoyachi unga qarshi harakatga qo'shiladi. Ikkala himoyachi hujumchini to'pni noaniq uzatishga yoki "besh sekund" qoidasini buzishga majbur qiladi. Ikkinchi usulda esa to'qnashtirish va kesib o'tish prinsipi o'zaro harakat qilish uchun to'pni olib kelayotgan o'yinchini boshqa himoyachi to'xtatadi, ta'qib qilayotgan o'yinchi esa uning yonidan yoki orqasidan to'pni urib chiqarib yuborishga harakat qiladi.

Har qanday guruh bo'lib to'pni olib qo'yishda qolgan himoyachilar straxovka qilish va to'pni olib qo'yish bilan bog'liq harakatlarni amalga oshirishni tushunarli.

**Uch o'yinchining o'zaro harakati.** Uch o'yinchining himoyadagi o'zaro harakati "uchlik", "sakkizlik", "kichik sakkiz" ikki basketbolchi qo'yadigan juft to'siq, ikki o'yinchiga to'qnashtirishni bartaraf qilishning konkret usuli.

Buning uchun yaxshi tashkil etilgan himoyachilarning hamjihat kuchlari zarur.

"Kichik sakkizlik"ka (ayniqsa, markaziy o'yinchi atrofiga o'tkazilayotgan bo'lsa) va almashish yordamida ikki basketbolchiga to'qnashtirishga qarshilik ko'rsatish har qachon ham samarali bo'lavermaydi. Shuning uchun bunday o'zaro harakatga qarshi kurashda hujumchilarni shaxsiy ta'qib qilishdan voz kechish va onda-sonda himoyachilarning zona prinsipini qo'llash maqsadga muvofiq.

Himoyachilar (uch kishi) to'rt kishi hujumiga qarshi harakat qilayotgan paytda, ular jarima o'tish maydonchasiga muntazam chekinib, zona prinsipiga asoslanib uchburchak hosil qilib mudofaa tashkil etadi.

**Shohitdan sapchigan to'p uchun kurash.** O'zining shohiti oldida sapchib qaytgan to'p uchun kurash musobaqaning o'tishi va uning natijasiga kuchli ta'sir etuvchi muhim holdir. Bu kurashning muvaffaqiyati raqibning shohitga boradigan yo'lini kesib qo'yishga urimib jarima o'tish

maydonchasida "shohitdan sapchigan to'p uchun kurash uchburchagi"ni tashkil qilgan uch himoyachining o'zaro harakatiga bo'g'liq. Bundan tashqari to'rtinchi himoyachi to'pning shohitdan uzoqqa sapchib ketishi holatiga qo'shimcha straxovkani ta'minlaydi.

#### Jamoa harakatlari

Jamoa butun tarkibi bilan taktik maqsadga muvofiq jamoa harakatlari orqali mohirlik bilan himoyalanganotganda, eng qiyin masalani ham muvaffaqiyatli yechishning yetarlicha imkoniyatiga ega bo'ladi. Jamoa harakatlari u yoki bu asosiy vazifani yechishga qaratilgan mo'ljaliga qarab himoya ikkita turga bo'linadi: zichlashtirilgan va tarqoq himoya.

**Zichlashtirilgan himoya.** Bu, avvalo, raqibga shohitga yaqin kelishi va to'pni yaqin yoki o'rta masofadan tashlash imkoniyatini bermaslikka qaratilgan. Shuning uchun ham hujumchilar bilan kurash odatda himoyaning barcha o'yinchilari to'planadigan jarima otish maydonchasiga yaqinida bo'ladi. Zichlashtirilgan himoya ikkita sistemada tashkil etiladi: shaxsiy va zonali himoyada. Shuningdek, o'z ichiga shaxsiy va zonali himoyani, ba'zan esa shaxsiy pressing elementlarini oluvchi aralash himoya sistemasi ham bor.

**Shaxsiy himoya sistemasi.** Himoyaning bu universal sistemasida jamoaning har bir raqibni ta'qib etish topshiriladi. "O'yinchi-o'yinchini" ushlash shaxsiy ta'qib prinsipi yakka himoya hissini tarbiyalashga yordam beradi, himoyadagi o'yinchilarni shaxsiy xususiyatlariga qarab taqsimlash imkonini beradi: baland bo'yli hujumchiga qarshi, tezkor o'yinchi tezkorga qarshi, sekin harakatlanuvchi qarshi va h/k/ har bir o'yinchi ta'qib qilayotgan o'yinchini o'rganish, kurashga moslashish uning nozik tomonlaridan foydalanishga qodir.

Bu sistemaning kamchiligi shundaki, hujumchilar erkinroq harakat qilaoladilar, oldindan o'ynalgan va tayyorlangan hujumchilarni amalga oshirish uchun yetarli vaqt va imkoniyatiga ega bo'ladilar.

**Zonali himoya sistemasi.** Bu sistema ham himoyalanganotgan jamoa o'yinchilarini jarima otish maydonchasi atrofida to'playdi. Har bir o'yinchi shohit yaqinidagi ma'lum zonani qo'riqlaydi, o'yin davomida uning zonasiga kirgan har qanday raqib hujumchisini ta'qib qiladi. Bunday himoya asosan nisbatan sekin harakat qiladigan markaziy o'yinchilarini shohit yaqinida ishlatishga harakat qilayotgan va o'rta va uzoq masofadan to'pni savatga aniq tashlay olmaydigan hamda to'pni tez va aniq uzata olmaydigan baland bo'yli o'yinchilari ko'p bo'lgan jamoaga qarshi qo'llaniladi.

Sistemaning ijobiy tomonlari shundaki, u raqibning orqasidan tinmay yugurishni talab qilmaydi, o'zining shohiti yaqinida shohitdan sapchigan to'p uchun kurashga yengillashtiradi, rejali ravishda tez qarshi hujumga o'tish imkonini beradi, raqibning oldindan o'rganilgan to'siq, to'qnashtirish, kesishib o'tish bilan bo'g'liq kombinatsiyalarini amalga oshirishini qiyinlashtiradi.

Sistemaning salbiy tomonlari shundaki, qo'riqlanayotgan uchastkadan tashqarida to'pni egallash uchun kurashning faolligini susaytiradi, tashabbus hujum qilayotgan jamoaga o'tadi, to'siqsiz savatga to'p otishga yo'l qo'yiladi va birinchi hujumchining bir ikki qatnashuvchi doirasiga gruppirovka bo'lsa, himoyaning balansi ta'minlanmaydi.

**Tarqoq himoya.** Avvaliga bu himoya raqiblarni o'zini shohitdan uzoqda har qanday nuqtada kurash olib borishga majbur qiladi, shu bilan birga o'yinchilar to'pni olib qo'yishga yoki hujumchilarning rejalangan kombinatsiyali o'yinini buzishga, ularning shoshilishiga, ma'lum bir rejasiz harakat qilishga majbur etishadi.

Tarqoq himoya ikkita sistemada amalga oshiriladi: shaxsiy pressing va zonali pressingda.

**Shaxsiy pressing himoyaning eng faol sistemasidir.** Buning mohiyati shuki, to'p raqibning qo'lga o'tishi bilan himoyalanganotgan jamoaning har bir o'yinchisi "o'zini" hujumchisini butun maydon bo'ylab unga erkin harakat qilishga yo'l bermay, to'pni olish va o'zi xohlagan yo'nalishda uzatishga yo'l qo'ymay ta'qib qila boshlaydi. Pressing yordamida hujumkor o'yin olib borish sur'atni ko'tarish, raqib o'yinini olib borish uchun mo'ljallangan rejadani voz kechishga majbur qilish mumkin.

Agar hujum qilayotgan jamoa pressingga qarshi hujumni jarima otish maydonchasining yarim doirasiga chiqarilgan markaziy o'yinchi orqali o'tkazishga harakat qilsa, markaziy o'yinchini to'p olishiga yo'l qo'ymay, uni orqa - yon tomondan ta'qib qila boshlash kerak. Himoyachi tepasidan hujumchiga yuqoridan uzatilgan to'pga qarshi straxovkani shu paytda to'pdan ancha uzoqdagi o'yinchini ta'qib etib yurgan o'yinchi amalga oshirishi kerak.

**Zonali pressing.** Buning mohiyati shundaki, to'p bilan bo'lgan o'yinchini doim ikki kishi bo'lib hujum qilib, to'pni uzatishi mumkin bo'lgan yo'nalishlarni to'sib, zona prinsipi asosida asosan raqib maydonida jamoaviy faol himoya tashkil etadi. To'pni hujumchilar III yoki IV mintaqada kirib kelganda zona pressinggi vaqtincha birmuncha oldinga surilgan 3-2 zona himoyasi xarakterini qabul qiladi. Bu holda biron-bir

hujumchining zonal himoya orqasiga yoki jarima otish maydonchasiga xavfli kirib kelganda, himoyalalanayotgan jamoa bu hujumchini vaqtincha shaxsiy ta'qib qiladi. Maydon burchaklarida to'pli hujumchiga guruh bo'lib to'pni olish uchun hujum qilinadi.

Zonalni pressingning afzalligiga quyidagilarni kiritish mumkin:

- a) raqib uchun kutilmaganlik;
- b) raqib jamoaning to'pni juda yaxshi olib yuruvchi yetakchi o'yinchilariga butun maydon bo'ylab qarshi harakat imkoniyati;
- v) o'yinchiga ta'sir etib to'pni noto'g'ri uzatish, qoida buzishga olib keluvchi, to'pni guruh bo'lib olib qo'yishni muntazam qo'llash;
- g) bir-birini straxovka qilishni yengillashtiruvchi va to'pni olib qo'yishga chiqqanda tavakkalga yo'l qo'yuvchi butun maydon bo'ylab barqaror himoya muvozanati;
- d) aniq paytda (vaziyatda) hamjihatlik va harakat qilish qoidalarining oddiy va o'ydin tushunarligi.

**O'z maydonidagi faol himoya.** Bu sistemada jamoa harakatlarining zichlanish va taqozo prinsiplari birlashadi, shu bilan birga qarshi harakatlarning struktura va intensivligi o'yinchining shohit va maydonning to'p bo'lgan tomonga yoki to'psiz tomonga nisbatan egallagan pozitsiyaga bog'liq ravishda farqlanadi. To'p turgan tomonga to'p bilan bo'lgan o'yinchiga qattiq va doimiy ta'sir ko'rsatiladi, qolgan sheriklari to'pni uzatishi mumkin bo'lgan yo'nalishlarda raqibni zich ta'qib qiladi: markaziy o'yinchi – oldidan yoki yonidan, kanot hujumchisi – to'pni olish imkonini bermaslik va raqib buriib mo'ljallovchi aloqani yo'qotmasdan orqaga o'yib olganda, uning orqasidan yugurib ulgurish uchun yopiq turishda (yuzma-yuz) turishi kerak.

**Shaxsiy zonalni pressing.** Jamoali himoyaning intensivligini oshirish uchun aralash shaxsiy-zonalni pressingni qo'llab erishish mumkin.

Musobaqa amaliyotida ba'zida bir to'pni o'yinab maqsadga erishish uchun o'yinchilarni almashib pressing qilish qo'llaniladi; jamoa o'z oldiga maydonning o'rtasi qismini yaxshi berkitish, 1x2 tuzog'ini qo'yish vazifasini qo'yib, sof zonalni pressing bilan boshlaydi; tuzoq ishga tushganda jamoa aralash pressing va nihoyat, o'z maydonida faol shaxsiy himoyaga o'tadi.

Shuni e'tiborga olish kerakki, maydon o'rtasi qismini to'sish uchun 2-1 zona pressingini ochiqdan-ochiq juda toraytirib yuborish raqibga yon chiziqli bo'ylab o'tib himoyani yorib kirishga imkon yaratishi mumkin.

Keyin barcha himoyachilarning tuzoq hosil qilish uchun yon chiziqlardan biriga harakat qilganda, raqibning to'pni qarama-qarshi kanotga uzatishi himoyachilarni qiyin ahvolda solib qo'yishi mumkin.

**Shiddatli hujumga qarshi himoya.** Shiddatli hujum qilishni yaxshi egallab olgan jamoaga qarshi o'yinda raqib uchun qulay bo'lgan o'yin sur'atini pasaytirishga harakat qilish kerak. Buning uchun pozitsion hujumni odatdagidan sekinroq o'tkazish bilan o'ynash, qaltis to'p uzatish va tayyorlanmasdan to'pni savatga otishdan saqlanish kerak. O'zining orqa zonasini kamida ikki o'yinchi kuchi bilan juda ham e'tibor bilan straxovka qilish kerak. Shitdab sapchigan to'p uchun kurashda yoki boshqa paytda to'pni egallab olgan o'yinchini himoyani yorib o'tish maqsadida birinchi to'pni uzatishga xalaqit berishi uchun unga qurmasdan hujum qilish kerak. Raqibning ijobiy natijali to'p o'tgandan so'ng hujumchilar vaqti-vaqti bilan maydon bo'ylab ta'qib qilish va yana o'zining jarima to'pi otish maydonchasiga qaytib kelish kerak.

#### Tayanch so'zlar:

Reaksiya tezligi, funksiyalar, texnik priyom, sistema, sopryajenniy, tendentsiyasi, analiz, temp, pozitsion hujum, kichik sakkiz, uchburchak, kesishish, sapchish uchburchagi, shaxsiy pressing, zonalni pressing.

#### O'z-o'zini nazorat qilish savollari:

1. Hozirgi zamon o'yin taktikasi rivojlanishi.
2. Taktik tayyorgarlikda metodik harakatlarning vazifalari.
3. Taktik tayyorgarlikning vazifalari.
4. Taktik tayyorgarlikning metodlari.
5. Taktik tayyorgarlikning asosiy vazifalari.
6. Hujum va himoya shaxsiy taktik harakatlari.
7. Tez yorib o'tishga o'rgatish va uni takomillashtirish.
8. Tez yorib o'tishdagi o'zaro harakatlar.
9. Pozitsion hujum qilishga o'rgatish va unda takomillanish.
10. Shaxsiy himoyani o'rgatish va unda takomillanish vazifalari.
11. Zonalni himoyaga o'rgatish va unda takomillanish vazifalari.
12. Taktik tayyorgarlikning asosiy xususiyatlari.

#### Adabiyotlar:

1. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
2. Arjan Egges, Arno Kamphuis, Mark Overmars "Motion in Games" First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s.

3. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
4. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
5. Qasimov A.Sh., Rasulov O.T, Ismatullayev X.A. Basketbol. O'quv qo'llanma. Toshkent, 1986-y.
6. Rasulov O.T. "Basketbol" Darslik. Toshkent.1998 -y.
7. Sokolova N.D., G'aniyeva F.V., Ismatullayev X.A. Basketbol. Ma'ruzalar to'plami, Toshket, 2001.
8. Xo'jayev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008-y.

#### **Bob bo'yicha nazorat savollari:**

1. "Texnika" haqida tushuncha. O'yin texnikasi tasnifi.
  2. Hujum va himoya texnikasi. Texnikaning vositalari. Taktik kombinatsiyalar.
  3. Hujumda ijro etiladigan individual taktik harakatlar.
  4. Himoyada ijro etiladigan individual taktik harakatlar.
  5. Hujum va himoyada ijro etiladigan guruhli taktik harakatlar.
  6. Hujum va himoyada qo'llaniladigan jamoali taktik harakatlar.
- Taktik reja haqida tushuncha.
7. To'pni savatga aniq otishga asosiy omillar.

#### **Bob bo'yicha adabiyotlar ro'yxati:**

1. D.Brown. «Handbook of Basketball Fundamentals and Drills». 2010 U.S.A.- 109 p.
2. G'aniyeva F.V. Basketbol. // Oliy o'quv yurtlari umumiy kurs talabalari uchun darslik. T.: 2009. – 69 b.
3. Соколова Н.Д. Курс лекций по баскетболу. Общий курс. Т.: 2007. - 83с
4. Спортивные игры: На уроках физкультуры// Учебное пособие. Под общей редакцией. О.Л.Истов. М.:Академия-пресс 2001-275 с.
5. Соколова Н.Д., Ганиева Ф.В., Расулев А.Т., Исмагуллаев Х.А. Курс лекций по баскетболу (2-4 курс) Т.: 1999. – 137 с
6. Соколова Н.Д. Упражнения, применяемые при обучении броскам в баскетболе. //Методические рекомендации. Т.: 1996. - 47с.
7. Соколова Н.Д. Значение и содержание разминки, применяемой на занятиях по баскетболу на общем курсе. //Методические рекомендации. Т.: 1997. -30 с.

## IV BOB. GANDBOL

### 4.1. QO'L TO'PINING RIVOJLANISH TARIXI VA TASNIFI

Qo'l to'pi o'yini barcha sport turlari kabi o'zining olamshumul tarixiga ega. Birinchi bo'lib Daniyaning Ordrup shahridagi qizlar gimnaziyasining o'qituvchisi Xolger Nilson o'zi o'tayotgan darslariga handboll (hand – qo'l, boll- to'p) o'yinini kiritgan. Bu o'yinda kichik maydonda 7 kishidan iborat 2 jainoa to'pni bir birlariga uzatib raqib darvozasini ishg'ol qilishgan. Shunday qilib, 1898-yilda qo'l to'pi o'yini kashf etilgan.

O'yin maydonining birinchi o'lchamlari 40x20 metr, darvozaning bo'yi 2 metr, eni esa 2,1 metr, to'pning aylanasi esa 68-70 sm bo'lgan. O'yinning dastlabki qoidalar bo'yicha to'p bilan yugurish va to'p uchun kurashishga ruxsat berilmagan. Qo'l to'pi o'yini qoidalariga keyingi kiritilgan o'zgartirishlar o'yinning atletik bo'lishiga olib keldi. 1923-yilda o'yin qoidalariga 3 sekund va 3 qadam bandlari kiritildi, bu o'z navbatida o'yin texnikasi va taktikasiga hamda o'yinning tezkor bo'lishiga olib keldi.

1928-yilda Amsterdam shahrida Xalqaro havaskorlar qo'l to'pi (IGF) Federatsiyasi tashkil qilindi va 11 mamlakat federatsiyalari unga a'zo bo'lib qabul qilindilar. Ikki yildan so'ng 20 mamlakat vakillari shu federatsiyaga a'zo bo'lgan bo'lsalar, hozirgi kunda Xalqaro Qo'l to'pi federatsiyasiga 123 mamlakat vakillari a'zo bo'lib, jami 7 milliondan ortiq kishi qo'l to'pi bilan shug'ullanmoqda.

Qo'l to'pi o'yini Olimpiada o'yinlari dasturiga 1936-yilda kiritildi (Germaniya, Berlin). O'shanda musobaqalarda faqat 6 ta erkaklar jamoalari qatnashgan edilar. Olimpiada o'yinlari davrida Xalqaro Qo'l to'pi federatsiyasining 4 Kongressi bo'lib o'tdi va bu Kongressda 1938-yildan boshlab qo'l to'pi bo'yicha Jahon chempionatlarini o'tkazilishi rejalashtirildi va shu yildan boshlab o'tkazila boshladi.

Ikkinchi Jahon urushi jahon sportining rivojlanishini to'xtatib qo'ydi.

Qo'l to'pi o'yinining rivojlanishidagi yangi bosqichi 1946-yildan, ya'ni urushdan keyingi davri Xalqaro Qo'l to'pi federatsiyasini (IGF) tuzilishidan boshlandi.

1972-yilda Myunxen shahrida o'tkazilgan Olimpiada o'yinlari dasturiga qo'l to'pi o'yini yana kiritildi va musobaqalarda faqat erkaklar jamoalari qatnashadigan bo'lishdi.

1976-yilda Monreal shahrida o'tkazilgan XX1 Olimpiada o'yinlari dasturidan qo'l to'pi o'yini to'laqonli ravishda joy oldi. Musobaqalarda

erkaklar jamoalari bilan bir qatorda ayollar jamoalari ham ishtirok etish huquqini olishdi.

#### 4.2. O'ZBEKISTONDA QO'L TO'PI O'YININING RIVOJLANISHI

O'zbekiston Respublikasida qo'l to'pi bo'yicha birinchi chempionat 1938-yilda o'tkazilgan.

1960-yilgacha O'zbekistonda Toshkent Oliy Harbiy bilim yurtida talim oluvchi kursantlar orasida 11x11 qo'l to'pi musobaqalari o'tkazilgan.

Qo'l to'pi bo'yicha yoshlar o'rtasida sobiq Ittifoq bo'yicha musobaqalari 1960-yili Xarkov shahrida o'tkazildi va shundan so'ng sportning bu turi tez rivojlana boshladi.

1960-yilda O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya institutida ilk bor qo'l to'pi mutaxassisligi bo'limi tashkil bo'lgan. 1960-yildan boshlab Toshkent shahar birinchiliklarida 16 — 20 jamoa qatnasha boshladi va O'zbekiston qo'l to'pi sportchilarining Sobiq Ittifoq musobaqalarida qatnasha boshlagan yili deb qayd etildi.

1962-yili Tbilisi va Sverdlov shaharlarida o'tkazilgan ikkinchi Sobiq Ittifoq chempionatida erkaklar o'rtasida O'zbekiston terma jamoasi muvaffaqiyatli ishtirok etib, oliy ligaga yullanma olgan.

O'zbekiston terma jamoasi a'zolari F.Abdurahmonov, M.Jukov, B.Pikin, V.Ogirenko, M.Sirotenko, M.Magdullin, L.Oleynikov, N.Rahmatov, A.Pantashenko va L.Sodiqovlar O'zDJTI va Toshkent Irrigatsiya instituti jamoalari vakillari edi.

Sobiq Ittifoq chempionatlarida qo'l to'pi bo'yicha O'zbekiston terma jamoasiga V.Sevastyanov va V.Lemeshkovlar murabbiylik qilgan.

O'zbekiston qo'l to'pi o'yinchilari 1972-1973-yillarda yuqori natijalarga erishdilar. Ular Sobiq Ittifoqda oliy liga jamoalari o'rtasida o'tkazilgan chempionatda oltinchi o'rinni egalladilar. O'zDJTI jamoasi Butunittifoq talabalar o'rtasidagi musobaqalarda uch karra g'oliblikni qo'lga kiritgan.

O'zbekiston qizlar terma jamoasi 1975- va 1983-yillarda Sobiq Ittifoq xalqlari Spartakiadasida faxrli oltinchi o'rinni egalladi. 20 dan ortiq qizlarimiz sport ustasi talabalarini bajarib, ushbu faxrli unvonga sazovor bo'lishdi. Shular jumlasidan o'zbek qizi Marg'uba Artiqboyeva O'zbekistonda birinchi bo'lib shu unvonga ega bo'ldi.

Dastlabki yoshlar va o'smirlar sport maktablari Toshkent shahrida 60-yillarda ochildi va sobiq Ittifoq maktab o'quvchilari spartakiadalarida muntazam ishtirok etib, 1975-yili qizlar 3-o'ringa, o'smirlar esa 1979-yili

6-o'ringa sazovor bo'lishdi. Keyinchalik ushbu sport maktablarida shug'ullangan jahon va Olimpia chempionlari Viktor Maxorin, Mixail Vasilev, yoshlar o'rtasida jahon chempionlari S.Zemlyanova va O.Zubareva, sobiq Ittifoq terma jamoasi tarkibiga qabul qilingan S.Orlov, V.Antonov, S.Kalmikov, G.Travkin, I.Axmediyev, B.Proxorovlar «Xalqaro sport ustasi» unvoniga sazovor bo'lishdi.

Qo'l to'pi bo'yicha o'yinchilarni tayyorlashdagi faol mehnatlari uchun F.Abdurahmonov, V.Kaplinskiy, V.Ogirenko, E.Golovchenko, V.Konoplev, V.Izaaklar «O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan murabbiy» unvoni bilan taqdirlandilar.

Mustaqil O'zbekistonda 1992-yili qo'l to'pi federatsiyasi tashkil etilib, 1993-yili xalqaro va Osiyo federatsiyalariga qabul qilindi.

1992-yildan boshlab O'zbekistonda erkaklar va ayollar o'rtasida chempionatlar o'tkazilib kelinmoqda.

1994-1996-yillarda Markaziy Osiyo davlatlari klublari o'rtasida o'tkazilgan qo'l to'pi bo'yicha chempionatda «D — klub» (O'zDJTI) qizlar jamoasi g'alabaga erishdi. Sh.K.Pavlov va F.A.Abdurahmonovlar rahbarligida O'zDJTI talaba qizlari asosida tarkib topgan respublika terma jamoasi 1997-yili Iordaniyada o'tkazilgan Osiyo chempionatida qatnashib, O'zbekiston jamoalari orasida sport o'yinlari bo'yicha birinchi marta jahon chempionatida qatnashish huquqiga ega bo'ldi. 1997-yilning dekabr oyida bu jamoa Germaniyada o'tkazilgan jahon chempionatida Xitoy, Braziliya va Urugvay jamoalarini ortda qoldirib, O'zbekiston qo'l to'pi o'yinini dunyoga tanitdi.

O'quvchi yoshlarni jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlariga ommaviy jalb qilishni ta'minlash maqsadida O'zbekiston Respublikasining Birinchi Prezidenti I.A.Karimov tashabbusi bilan 1999-yil 21-mayda qabul qilingan Vazirlar Mahkamasining «O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi 271-sonli qaroriga binoan mamlakatimizda kadrlar tayyorlash milliy modeliga asoslangan va uning talablariga muvofiq uyg'unlashgan uzluksiz ta'limning ommaviy sport tizimi yaratilib, amalga oshirila boshlandi.

**Birinchi bo'g'in.** «Yoshlik» sport jamiyati doirasida umumiy o'rta ta'lim maktablarining 1-9-sinf o'quvchilari qamrab olinadi va o'quvchilar uchun har o'quv yilida «Umid nihollari» o'yinlari o'tkaziladi. Dastlabki bosqich kuzgi ta'til paytida maktablarda, tumanlarda, ikkinchi bosqich esa qishki ta'til paytida viloyat miqyosida, uchinchi bosqich bahorgi ta'til paytida mamlakat miqyosida o'tkazilishi ko'zda tutilgan. «Umid nihollari» o'yinlari yoshlarning bo'sh vaqtini foydali va mazmunli o'tkazish,

kurashda chiniqtirish, jamoa bo'lib harakat qilishga o'rgatish, ularda jismoniy tarbiyaga bo'lgan ehtiyojni paydo qilish va kuchaytirish, g'alabaga intilish fazilatlarini tarbiyalash maqsadida tashkil etiladi. Shu bilan birga, o'quvchilarning shaxsiy - ijtimoiy rivojlanishi, iqtidorli yoshlarni sport zaxiralariga tanlab olish ham nazarda tutiladi.

**Ikkinchi bo'g'in.** «Barkamol avlod» sport jamiyati doirasiga kasb-hunar kollejlari va akademik litsey o'quvchilarini qamrab olinadi. Kollej va litsey o'quvchilari o'rtasida yiliga bir marta «Barkamol avlod» sport musobaqalari o'tkaziladi. Mazkur musobaqalarning dastlabki bosqichi oktabr-yanvar, viloyat bosqichlari yanvar-aprel, respublika miqyosidagi yakuniy bosqichi aprel-may oylarida o'tkazilishi ko'zda tutilgan. Bu musobaqalar o'quvchilarni jismoniy va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, harbiy xizmatga tayyorlash borasidagi keng qamrovli ishlarni yangi bosqichga ko'tarishga, sport zaxiralarini yangi iqtidorli yoshlar bilan muntazam ravishda to'ldirib borishga yordam beradi.

**Uchinchi bo'g'in.** «Talaba» sport uyushmasi doirasida oliy o'quv yurtlari talabalari orasida «Universiada» sport musobaqalari o'tkaziladi. Musobaqalar mamlakat miqyosida oliy o'quv yurtlari talabalari o'rtasida har uch yilda bir marta o'tkazilib, mamlakat terma jamoalarini doimiy ravishda yurtimiz sharafiga nufuzli xalqaro musobaqalarida himoya qila oladigan sportchilar bilan to'ldirib borish imkonini beradi.

Yangi sport tizimi mamlakatimizning barcha o'quvchi-yoshlarini to'la qamrab olar ekan, sport ilk bor maktabda o'quvchining kundalik ehtiyojiga aylansa, akademik litsey va kasb-hunar kollejida uning doimiy hamrohi bo'lib qoladi, oliy o'quv yurtida esa bu hamroh uni nufuzli xalqaro musobaqalariga olib chiqadi. Musobaqalarda kashf etilgan g'oliblar O'zbekiston terma jamoalariga jalb etiladi. Yana bir muhim tomoni — mazkur tizimda sportning ma'lum turi bo'yicha faoliyat ko'rsatayotgan yigit-qizlar bu boradagi ishlarini bo'lajak oilalarida, mehnat jamoalarida ham davom ettirishlari mumkin. Birinchi marta qo'l to'pi sport turi Buxoroda o'tkazilgan «Universiada-2002» dasturiga kiritildi.

Uch bo'g'inli sport tizimi yo'lga qo'yilgandan boshlab yana qo'l to'pi sport turining rivojlanishiga e'tibor berila boshlandi.

2003-yilda «Talaba» sport jamiyatining tuzilganligi ayni muddao bo'ldi, chunki endilikda barcha sport turlari qatorida qo'l to'pi bo'yicha ham oliy o'quv yurtlari talabalari o'rtasida musobaqalar o'tkazishga imkoniyat berdi. Bu esa o'z navbatida, sportchilarimizning tajriba o'ttirishiga sharoit bo'ldi.

O'zbekistonda qo'l to'pi sport turida hal etilmagan muammolar hali anchagina. Bugungi kunda oldimizga qo'yilgan maqsadimizdan birinchisi, – eng avvalo, qo'l to'pi bo'yicha sport jamoalaridagi o'quv-trenirovka mashg'ulotlari jarayonining sifatini oshirish va bu borada tarbiyaviy ishlarning olib borilishiga ko'proq e'tibor berish kerak bo'ladi.

Sport o'yinlari sohasida faoliyat ko'rsatayotgan olimlar – pedagogika fanlari doktori E.Seyt-Xalilov, pedagogika fanlari nomzodi, professor J.A.Akramov, pedagogika fanlari nomzodlari V.Izaak, M.Jukov, J.Akramov, L.Xasanova, I.Shelyagina, S.Azizov, T. Nabiyeu, dostentlar F.Abduraxmanov, V.Lemeshkov, O.Abdalimov, Sh.Pavlovlar o'z tajribalari asosida qo'l to'pi sport turiga doir qanday yangilik va ilg'or usullarni tavsiya etadigan bo'lsalar, hammasi bilan qurollanish lozim. Shularga amal qilsak yaxshi jamoalarimiz jahon bo'ylab qo'l to'pi bo'yicha yetakchi mavqega ega bo'lishlari mumkin.

#### 4.3. QO'L TO'PI O'YINI TEXNIKASINING TASNIFI

Qo'l to'pi o'yinida turli-tuman to'p bilan va to'psiz usullar bajariladi. Qo'yilgan maqsadga erishmok uchun o'yinda qo'llaniladigan xilma-xil maxsus usullar yig'indisi qo'l to'pi texnikasini tashkil etadi.

Texnik usullar – bu qo'l to'pi o'yinini vujudga keltirish vositasi demakdir. Yuksak sport natijalariga erishish ko'p jihatdan qo'l to'pi o'yinchilarning ana shu xilma - xil vositalarni qanchalik to'liq bo'lishiga, raqib jamoa o'yinchilari qarshilik ko'rsatayotgan, ko'pincha esa charchoq orta borayotgan sharoitda o'yin jarayonidagi turli holatlarda ularni qanchalik mohirlik bilan samarali qo'llashiga bog'liq. Qo'l to'pi texnikasini yaxshi bilish o'yinchining har tomonlama tayyorgarligi va har jihatdan kamol topishining ajralmas qismidir.

O'yin taraqqiyotining yuz yildan ortiq tarixi mobaynida qo'l to'pi texnikasida muayyan o'zgarishlar ro'y berdi. Bu taraqqiyotning asosiy yunalishlari quyidagilardan iborat: avval keng tarqalgan 11x11 o'yini o'rniga hozirgi kunda shiddatli, doimiy yuqori tezlikda harakat qilishni talab qiladigan 7X7 o'yini vujudga keldi.

O'yin texnikasida hujum va himoya bir-biridan farq qiladi. To'pni ilish, uzatish, olib yurish va darvozaga otish hujum texnikasiga tegishlidir. To'p yo'lini to'sish, uni tutib olish, urib qaytarish va darvozabon o'yinining texnikasi himoyada qo'llaniladi.

Maydonda hujumchi va himoyachi sifatida harakat qilish hamda aidamchi harakatlar o'yin texnikasining asosini tashkil etadi. Dastlabki holat — turish, tayyorgarlik va harakat qilishni belgilaydi. Baland va past holatda turishlarni vaziyatdan kelib chiqqan holda belgilanadi. Zamonaviy qo'l to'pi o'yinida ko'pincha baland holatda turish (oyoqlar ozgina bukilsa), oralig'i yelka kengligida, gavda sal oldinga egilib, qo'llar bukilgan holatda tutiladi.

Qaysi o'yinchil maydonda tez va tejamlil harakat qilsa, o'sha o'yinchi ko'proq foyda keltiradi. Shuning uchun har bir o'yinchi tez start olishni, yugurayotib yo'nalishni o'zgartirishni, to'xtash va sakrashni, orqa bilan erkin oldinga yurishni, yon tomon bilan yurishlarni o'zlashtirib olishi shart.

Qo'l to'pi o'yinining tasnifi texnik usullarni umumiy maxsus belgilarga qarab guruhlariga bo'lishdan iborat. O'yin faoliyati tavsifiga qarab qo'l to'pi texnikasida ikkita yirik bo'lim ajratiladi:

1. Maydon o'yinchisi texnikasi

2. Darvozabon texnikasi.

Har qaysi bo'lim harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi bo'limchalariga ajratiladi. Kichik bo'limlar turli usullarda ijro etiladigan aniq texnik usullardan — harakatlanish texnikasi uslublari va usullaridan iborat. Bulardan maydon o'yinchilari va darvozabon foydalanadi. Usul va turlarda harakatning asosiy mexanizmi umumiy bo'lib, detallari bilangina farqlanadi. Har xil usullarni ijro etish shartlari qo'l to'pi texnikasini yanada turli-tuman qiladi.

O'rganilayotgan materialni takrorlash usul turlarini barqaror tushunishga, ularni to'g'ri tahlil qilishga, olingan bilimlarni takomillashtirish vazifalarini muvaffaqiyatli yechishga yordam beradi.

#### **4.4. HUJUM VA HIMOYA TEXNIKASINING TASNIFLANISHI**

##### **O'yinda hujum texnikasi**

To'pni egallagan hujumchi butun vujudi bilan raqiblar darvozasiga to'p kiritishga intiladi. Raqiblarning qarama-qarshiligini faqat maxsus usullar yordamida yengishi mumkin.

O'yin texnikasining bu qismiga to'pni ilish, ushlash, to'pni yerga urib olib yurish va egallab olish, chalgitish (fint) va to'siq (zaslon) qo'yish usullari kiradi.

**To'pni ilish.** Bu to'pni egallashga imkon beruvchi usul. To'pni bir va ikki qo'llab ilish mumkin. To'pni ikki qo'llab ilishda qo'llarning

panjalari bir-biriga yaqin joylashib voronkasimon chuqurlik hosil qilinadi, barmoqlar to'pga tekkanidan sung, uchib kelgan to'p tezligini pasaytirish uchun qo'llar bukiladi.

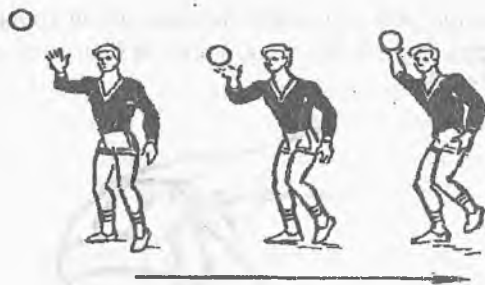


**100-rasm. To'pni ikki qo'llab ushlash**



**101-rasm.**

- a) To'pni bir qo'llab barmoqlar yordamida ushlash,**
- b) To'pni bir qo'llab barmoqlar yordamsiz kafida ushlash**



*102-rasm. To'pni bir qo'llab ilish*

To'pni bir qo'lda qilish juda murakkab. Ilish va keyingi qo'lni silkitish ko'pincha bunday holatda to'xtash harakatini tashkil etadi.

To'p bilan muvaffaqiyatli harakat qilish uchun uni to'g'ri ushlash lozim. Agar o'yinchi uni ikki qo'llab ushlasa, to'p yaxshi nazorat qilinadi. Lekin to'pni bir qo'llab yuqoridan yoki ochiq kaft bilan ham ushlash mumkin. Faqat bu holda to'pni qattiq siqib ushlamaslik lozim, chunki bu holat qo'lning panja bo'limlarining qotishiga olib keladi.

To'pni uzatish asosiy texnik usul hisoblanadi. To'p uzatish ko'p usullar yordamida, ayniqsa, boshqalarga qaraganda ko'proq yuqoridan va qo'l panjalari yordamida bajariladi. Uzatish texnikasining bajarilishi to'pni otish usulidan ham farq qiladi.



*103-rasm. To'pni bir qo'llab uzatish*



*104-rasm. To'pni bel orqasidan kaft yordamida uzatish*



**105-rasm. To'pni yuqoridan uzatish**



**106-rasm. Sakragan holatda to'pni orqaga uzatish**



**107-rasm. To'pni orqaga uzatish**



**108-rasm. To'pni bosh orqasidan uzatish**



**109-rasm. Bosh ustidan uzatish**



110-rasm. Yondan uzatish



111-rasm. Pastdan to'g'riga to'p uzatish



112-rasm. Pastdan orqaga to'p uzatish



113-rasm. Pastdan bel orqasidan to'p uzatish

Qo'llarni tirsak qismida bukgan xolda yuqoridan to'pni uzatish — qo'l to'pida o'yinida to'p uzatishning asosiy usulidir.

Keyingi vaqlarda yashirin holda — orqadan, bosh ortidan, oyoqlar orasidan to'p uzatish ko'proq ahamiyatga ega bo'lmoqda. To'p uzatish panjalarning faol ishlashi natijasida bajariladi. Qo'l panjalari yordamida uzatilgan to'p aniqlik va tezlikdan yutadi.

**To'pni yerga urib olib yurish.** Bu usul bir joyda turganda, ko'proq yurganda, yugurganda bajarilib, qo'l to'pni o'yinchining harakat qilishda qo'llaniladigan asosiy usullaridan hisoblanadi. To'pni yerdan har xil: yuqoriroq va pastroq sapchitib turib yurish mumkin. Bu usulda qo'l to'pni o'yinchisi maydondan sapchib ketayotgan to'pni pastga tushirib va keng yoyilgan barmoqlari bilan kutib oladi. U qo'lni bukib, to'pni biroz yuqoriga uzatadi, so'ng uni yana maydonga ma'lum burchak bo'yicha keshkin otadi. Bunda oyoqlar bukilgan, gavda biroz egilgan, bosh to'g'ri tutilgan bo'lishi kerak.

To'pni yerga urib olib yurish to'g'ri chiziqli, yoysimon chiziqli va doira bo'ylab har xil yo'nalishlarda bajarilishi mumkin. Yo'nalishni, tezlikni, sapchish balandligini o'zgartirib hamda to'pga qaramasdan yerga urib olib yurishlar hozirgi zamon qo'l to'pni o'yinida katta ahamiyatga ega bo'lmoqda.



114-rasm. To'pni yerga urib yurish

**To'pni otish.** Otish natijasi bir qator sharoitlarga bog'liq, shular orasida muhimi raqiblarga kutilmagan vaziyatda otish yo'nalishini va usulini o'zgartirishdir. To'pni ko'zlagan joyga yo'naltirishda, ayniqsa, tezlik muhim ahamiyat kasb etadi — uning kuchi tezligiga bog'liq bo'ladi.

To'p otish texnikasini bajarishda uning energiyasi va vaznini hisobga olish zarur, to'p otayotgan qo'lning keng amplitudadagi harakati mushaklar qisqarishiga va gavdadagi barcha mushaklarning qisqarishiga qulay sharoit yaratadi. Lekin o'yinda bir necha qadamdan so'ng, keng amplitudada qo'lni silkitib to'p otishni qo'llash anchagina mushkul. Shuning uchun o'yinchilar va murabbiylarning ijodiy izlanishdan maqsadi tez otish texnikasini (harakatni tezlashtirib, to'pni ilib olgandan so'ng darrov sakrab va hokazo) yaratishga qaratilgan.

Darvozaga to'p otishlar joyidan, yurib kelib, sakrab va tayangan holatda bajariladi.

Eng ko'p tarqalgan usul — harakatda yuqoridan qo'lni bukib to'p otishdir. Qo'llarni silkitish natijasida to'pni otish holati o'zgaradi. To'p

otish boshning orqa tomonidan, yelka ustidan yoki yon tomondan bo'lishi mumkin. Bu vujudga kelgan holat va texnikani bajarish xususiyatiga qarab qo'llaniladi.

Harakatda qo'lni yuqorida bukib to'p otish uch xil vaziyatda bajariladi: chalishtirma qadamlardan (skrestniy shag) so'ng otish, chalishtirma qadamlarsiz otish va to'xtab otish.

Chalishtirma qadamlardan so'ng o'yinchi yugurib kelib sakrab to'p otishi yoki ruxsat etilgan uch qadam qoidasidan foydalanishi mumkin. Agar o'yinchi to'pni o'ng qo'li bilan otmoqchi bo'lsa, birinchi qadamni chap oyoq bilan boshlaydi, bu holda ikkinchi qadamini qo'yishda shu oyoq kafining ichki tomonini yugura boshlagan tarafga qarab qo'yadi. Shu holda to'p ushlagan qo'l to'g'rilanib, boshning orqa tomoniga o'tkaziladi va gavdaning yon tomoni darvozaga qaratiladi. To'p bilan bo'lgan qo'lga qarama-qarshi oyoqqa tayanilgandan so'ng to'p otish harakati boshlanadi; bu holda gavdaning og'irligi oldinga o'tkazilib, darvoza tomon buriladi va to'p ushlagan qo'l bukilib oldinga qarab tezlanish harakatini boshlaydi. Shuni hisobga olish kerakki, qo'l harakati davomida tirsak panjalaridan oldinda bo'lmog'i kerak. To'pni qo'ldan chiqarishda vujudga kelayotgan kaft va bilak silkitilishi, keyinchalik gavdaning yuqori qismlariga nisbatan pastki qismlarini to'xtatishga olib keladi.

Yuqoridan qo'lni bukib to'p otish qo'lni tez siltash yordamida bajariladi. Birinchi oldinga qo'yilgan oyoqqa qarama-qarshi qo'l to'p bilan orqaga suriladi va keyingi qadamda gavdaning yuqori qismi bilan birga siltanadigan qo'l oxirgi chegarasigacha orqa tarafga burilishi kerak. Keyingi qadamni qo'yishda gavda darvoza tomon burilib tezlik bilan oldinga egliladi va to'pni qo'ldan chiqaradi. Bu usulning farqi shundaki, to'p otish bir oyoqqa tayangan holda bajariladi.

Yuqoridan qo'lni bukib to'xtab to'p otish – bu eng tez otish usulidir. Bu yerda dastlabki zaruriyat to'pni sakrab ilish hisoblanadi, bunda to'p otayotgan o'yinchi qo'lni siltashni boshlashi mumkin. Bu holda o'yinchi avval ung oyoq'ini, so'ng chap oyoq'ini bosadi, tovon esa harakatning to'xtashini ta'minlash uchun xizmat qiladi.

To'p otayotgan o'yinchi qadam qo'yishda gavdaning og'irligini darhol oldingi oyoqqa o'tkazadi va gavdani darvoza tomon burib, qo'l tirsagini bukkagan holda to'pni keskin darvozaga uloqtiradi.

Qo'lni yuqorida bukib, sakrab (yuqoriga) to'p otish uzoq masofadan (10-12 m) darvozaga hujum qilishda qo'llaniladi. Qo'lni siltash va to'pni qo'ldan chiqarish havoda bajariladi. Depsinish keyinchalik oyoqda bajarilishi kerak. To'p otayotgan o'yinchi to'p ushlagan qo'lni orqa

tomonga yuborib, to'psiz qo'lni oldinga chiqaradi, gavdaning yuqori qismini otayotgan tomonga burib, depsinishdan oldin bo'sh oyoq'ini bukishi lozim.

To'pni darvozaga otish o'yinchining sakragandan keyingi parvozineng eng yuqori nuqtasida, ko'krak darvoza tomon burilib, oyoqlarning orasi keng ochilib bajariladi.

Bazan qo'lning aylanma harakatini (oldinga-pastga-orqaga) sekinlantirgan va ularni ikki tomonga yozgan holatida himoyachilar tomonidan qo'yilgan to'sik; yonidan to'p otishga ijozat beriladi.

O'yinda yiqilib otish zarurati tez-tez vujudga keladi. Bu to'p otayotgan o'yinchiga himoyachilardan qutulish, yo bo'lmasa o'zi bilan darvoza orasidagi masofani yaqinlashtirish imkonini beradi.

To'pni tayangan holda yiqilib darvozaga otish sakrab-yiqilib darvozaga to'p otishdan farq qiladi. Birinchisi bekik vaziyatdan hujum boshlashda qo'llanilib, ikkinchisi olti metrlik chiziqdan hujum qilishda ishlatiladi.

Darvozaga bunday xilma-xil usulda to'p otish muvozanat saqlash munosabatida anchagina murakkabdir, chunki o'yinchi to'pni muvozanatini yuqotgan holda darvozaga otadi. Buning ustiga, o'yinchi yiqilishining yo'nalishi har xil — oldinga va yon taraflarga bo'lishi mumkin.

Yuqorida qo'lni bukkagan holda yon tarafga eglilib va yiqilib to'p otish bekik vaziyatda hujum qilishga imkon beradi.

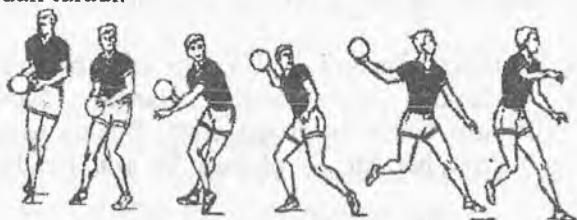
Yon tomonga eglilib to'p otish bir yoki ikki oyoqqa tayangan holda bajariladi. Himoyachi qo'llari bilan yon tomondan qo'ygan tusiqdan qutulish uchun hujumchi to'p otishni bajarishda gavdasini to'psiz qo'li tomonga eglib, to'pni boshi ustidan va himoyachilar qo'llari yonidan darvozaga yunalitiradi.

Yon tarafga yiqilib to'p otish. Bu usulni o'yinchi to'p otish vaqtida himoyachidan uzoqroq ketish imkoniyatini yaratish uchun qo'llaydi. Bunga «yolg'on» to'p otishda qo'llaniladigan fintlar yordam beradi. Hujumchi chalg'itishdan so'ng oldinga bir qadam qo'yib, tayanch oyoqlarini, himoyachi oyoq'ini darvozaga to'p otayotgan tomonga yaqinroq qo'yishi kerak. Shundan so'ng gavda og'irligi oldingi eglilgan oyoqqa o'tkaziladi. Gavda yon tomoni bilan darvoza tarafga buriladi, to'p bilan bo'lgan qo'l esa to'p otishning oxirgi holatiga ko'tariladi. O'yinchi tayanch bo'lmagan bo'sh oyoq'ini oldinga ko'tarib, bo'sh qo'l tomon egliladi va himoyachi belidan sirpanganga o'xshab yiqiladi. U gorizontal holatga yaqinlashganda, darvoza tomonga ko'kragini qaratib, to'pni

boshning orqasidan darvozaning ko'zlangan joyiga yuboradi, so'ng bo'sh qo'lini yerga tekkizib yiqiladi.

Bunday to'p otish usulini to'p otayotgan qo'l tomondan ham bajarish mumkin, lekin bunday holatda tayanch oyoq ish bajarayotgan qo'l tarafdagi oyoq bo'lishi kerak.

Yuqorida qo'lni bukib, sakrab, yon tomonga egilgan holda yiqilib to'p otish usulidan asosan chiziq bo'ylab va burchakdagi hujum qiladigan o'yinchilar foydalanadilar. O'yinchi to'pni ikki qo'l bilan egallab, tez olti metrli chiziqqa yaqinlashadi, tayanch oyoq kaftlarini shu chiziqqa parallel qo'yib zonaga sakraydi va to'pni havoda to'p otadigan qo'lga o'tkazib, darvozaga otadi. To'p ushlagan qo'l tomondagi oyoq bilan depsinganda, yiqillish shu tarafga bajariladi va o'yinchi yerga depsingan oyoqda, keyin qo'llarga tushadi; boshqa oyoq bilan depsinganda esa oldin bo'sh qo'lga va keyin depsinishdan bo'sh oyoqqa tushadi. O'yinchi yelkalari orqali aylanib o'rindan turadi.



**115-rasm. Harakatda qo'lni yuqorida bukib to'p otish (chalishtirma qadamdan so'ng)**



**116-rasm. Yuqoridan qo'lni bukib to'p otish**



**117-rasm. Yuqoridan qo'lni bukib, to'xtab to'p otish**



**118-rasm. Qo'lni yuqorida bukib, sakrab to'p otish**

Qo'lni yozib, yon tomondan to'p otish — bekiq vaziyatda ko'p qo'llaniladigan usullardan biridir. Uni bel, son, tizza balandligida bajarish mumkin. Siltash yuqoridan to'p otishdagiday bajariladi. Chalishtirma harakat qilgandan so'ng o'yinchi to'p otishning dastlabki holatiga keladi: oyoqlar keng qo'yilgan, qo'l to'pi bilan orqa tomonga o'tkazilgan, gavda darvozaga yon tomon bilan burilib, to'p otadigan qo'l tomon egilgan bo'lishi kerak. Shundan keyin gavdaning og'irligi oldinda turgan oyoqqa o'tkaziladi, ko'krak darvoza tomon buriladi, qo'l tirsak bo'g'inida bukilib, maydonga parallel oldinga cho'ziladi. Keyinchalik qo'l silkitish harakati tufayli to'g'rilanadi, unga yelka harakati qo'shilib, to'p darvozaga yuboriladi.

Himoyachidan to'pni uzoqroq olib ketish uchun o'yimchining oldingi tayanch oyog'ini, himoyachi oyog'ining sirtqi tomoniga qo'yish maqsadga muvofiqdir (odatda o'ng tarfaga).

Gavdaning yuqori qismini burish yordamida qo'lni bukmasdan to'g'ri to'p otishni bajarish mumkin. To'p ushlagan qo'l tomonidagi oyoq bilan depsinish himoyachilardan to'pni yanada uzoqroq olib ketishga imkon beradi. Ko'pincha bunday to'p otishlar yuqoriga va yon tomonga sakragan holda bajariladi. Balandga sakrab, odatdagiday yuqoridan to'p otmoqchi bo'lib harakat qilgan hujumchi oxirida to'p otayotgan qo'li harakatini o'zgartirib, to'pni yuqoridan emas, balki himoyachilar gavgasi yoki qo'llari bilan qo'rgan to'siqlar yonidan darvozaga yuboradi.

Darvozadan qaytgan to'pni qayta urish. Darvoza ustunlariga urilib yoki darvozaabondan qaytgan to'pni bir yoki ikki qo'llab darvozaga otish mumkin. Bu harakat sakrab, keyin esa yiqilgan holda bajariladi.

Keyingi vaqtlarda darvozaabonning to'p otayotgan o'yinchiga peshvoz chiqishi amalda ko'p qo'llanilmoqda. Bunday holatda depsinib, yuqoridan baland traektoriyada to'p otishlar (darvozaabon ustidan oshirib) ma'lum bo'lishicha, juda sermahsul hisoblanadi.

To'p otishning bajarilishi odatdagi usulda boshlanib, so'ngra esa to'pning yo'nalishi o'zgartiriladi.

To'pni yerga urib sapchitib otish — darvozabonlar uchun eng murakkab to'p otishdir. Ayniqsa, otgandan so'ng sapchib aylanib, o'z yo'nalishini o'zgartiradigan to'pni olish darvozabonlar uchun juda katta qiyinchilik tug'diradi. Odatda, bu usul burchakdan hujum qilish paytida qo'llaniladi. To'pni otish joyiga qarab o'ngga yoki chapga aylantirib otish mumkin. To'pni aylantirishga bilak va kaftning tezkor harakatlari va barmoqlarning faolligi tufayli erishiladi.

**Chalg'itishlar (fint).** Bu usulni to'psiz va to'p bilan bajarish mumkin. To'psiz chalg'itishlardan ko'proq uni qarshiliksiz qabul qilish uchun himoyachilarning yaqinida turganda ta'qibdan qutilish maqsadida foydalaniladi. To'p bilan chalg'itishlar uzatishni, otishni yoki yerga urib yurishni qarshiliksiz bajarish uchun qo'llaniladi.

Chalg'itishlar murakkab harakatlar yordamida bajariladi, hammasidan ko'proq bir-biriga bog'liq bo'lgan bosqich (faza) anchagina sekin chalg'itish harakati texnik usulining qulay paytida qo'llanilishi va tez asosiy usulni amalga oshirishga bog'liqdir.

Ikki va undan ortiq usullardan tashkil topgan chalg'itishlar ikki turga bo'linadi: oddiy va murakkab. Bir harakatdan ikkinchi harakatga o'tishda qancha kam vaqt sarflansa, raqibni aldab o'tishga shuncha imkoniyat yaratiladi.

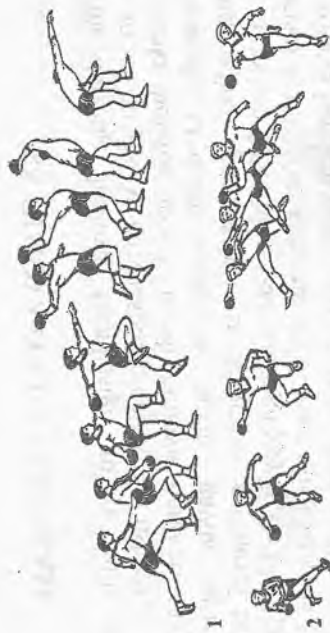


119-rasm. To'pni darvozaga yiqilib urish

To'pni uzatishda usullarni o'zgartirib to'p yo'nalishini va to'p uzatishda to'xtab qolish paytlarida chalg'itishlar qo'llaniladi. Eng ko'p tarqalgan chalg'itish bu to'pni otmoqchi bo'lib, so'ng to'pni uzatishdir (bosh orqasidan, orqa va yon tomondan).

To'p otishda to'pni uzatayotganday harakat qilish yoki bir usulda to'p otmoqchi bo'lib, ikkinchi usuldan foydalanish, sakrab to'p otmoqchi bo'lib yerga tushib himoyachini aldab o'tish juda foydalidir.

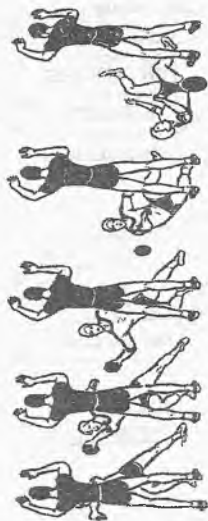
Chalg'itishlarni, ayniqsa, himoyachini aldab o'tishda qo'llash muhimdir. Bu bir va ikki qadamli harakat bo'lishi mumkin. Chalg'itish sifatida qadam quyish, hamla qilish va to'p uzatishlardan foydalaniladi.



120-rasm. To'pni darvozaga sakrab otish



121-rasm. To'pni darvozaga yiqilib otish



122-rasm. To'pni darvozaga yiqilib otish

**To'siq.** Bu hujumchilarning himoyachilar panohidan qutulishi uchun qo'llaniladigan foydali vositadir. Qo'i to'p o'yinida — to'siqlar yakka holda va o'yinchilar guruhi tomonidan qo'yilishi mumkin.

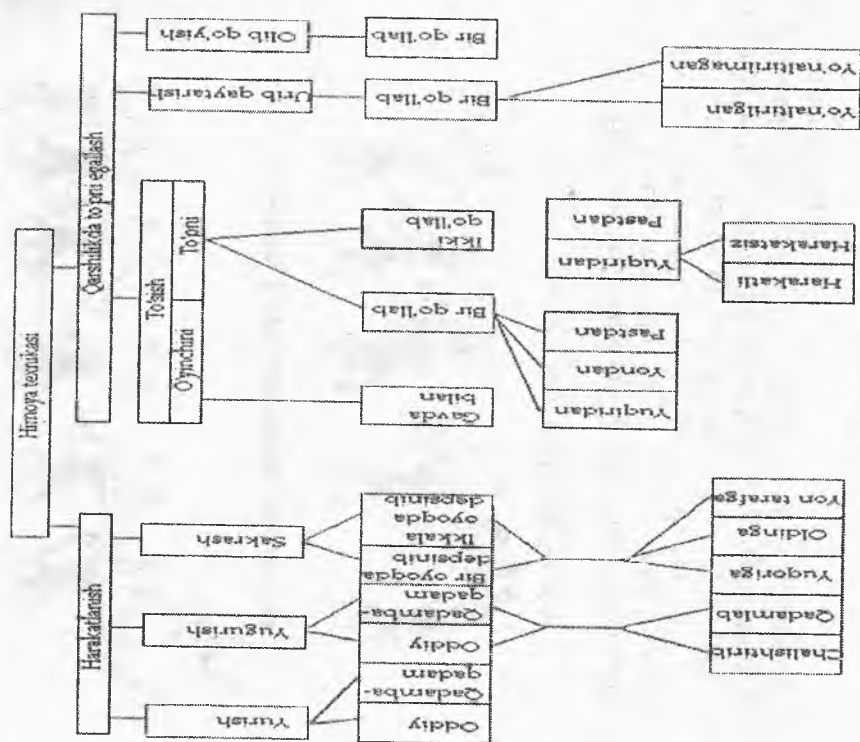
G'uruh bo'lib to'siq qo'yish 9 metrli erkin to'p tashlash chizig'idan to'p otishda qo'llaniladi, bu bir necha hujumchining bir-biriga yaqin turib, to'p egallamoqchi bo'lgan hujumchiga peshvoz chiqayotgan himoyachilar yo'lini to'sishdan iboratdir.

#### 4.5. HIMOYA O'YINI TEXNIKASI

O'yinchilarning himoya texnikasiga to'pni olib yurish, urib qaytarish, to'siq qo'yish va darvozabon orqali to'pni ushlab olishlar kiradi.

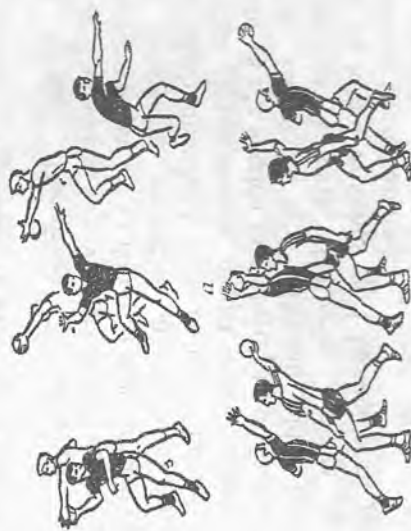
Dastlabki holatda to'g'ri turish himoya harakati tayyorgarligiga zamin yaratadi. O'yinchi oyoqlarini bukib, gavda og'irligini oyoq kaftlarining oldingi qismiga baravar taqsimlab, qo'llarini bukkon holda (burchagi taxminan 90%) biroz ikki tomonga yoyib, qo'l kaftlarini oldinga qaratib turishi kerak. Yon tomonga erkin yura olish va orqa bilan yugura bilish himoyachi harakati texnikasining eng muhim usullaridir.

##### Himoya texnikasining tasniflanishi



123-rasm.

To'pni olib qo'yish. Bu muhim usul yordamida jamoaning qarshi hujumga o'tishi ta'minlanadi. Himoyadagi o'yinchi to'p uzatilgan vaqtda uni olib qo'yish maqsadida o'zi to'sib turgan hujumchining oldidan to'pga qarshi chiqish uchun joyidan keskin qo'zg'alishi lozim.



124-rasm. To'pni olib qo'yish



125-rasm. Hujumchi o'tayotgan to'pni olib qo'yish

To'pni urib chiqarish. Bu harakat to'p olib yurgan hujumchi bilan kurashda bajariladi. Himoyachi qulay payt poylab hujumchiga yaqinlashadi, to'pni urib chiqaradi va uni egallashga harakat qiladi. To'pni urib chiqarish uni otish uchun qo'lni orqaga uzatib, siltash harakatini bajarishda ham qo'llaniladi. Himoyachi bunday holatda hujumchining to'pni o'tmoqchi bo'lgan qo'lini orqaga uzatishini kutadi va shu payt qo'l kafti bilan to'pni ko'taradi.



126-rasm. To'pni urib chiqarish

**To'pni to'sish.** Darvozaga yo'naltirilgan to'pga qarshilik ko'rsatishda qo'llaniladigan asosiy vosita hisoblanadi. Yuqoridan, o'rta va pastdan kelayotgan to'pni bir va ikki qo'l bilan to'sish mumkin. To'sishni bajarayotgan himoyachi qanchalik hujumchiga yaqin bo'lsa, to'p yo'nalishni aniqlash shunchalik oson bo'ladi. Shuning uchun himoyachi to'pni ushlashga tayyorlanishda diqqat bilan hujumchini, shuningdek, to'pni kuzatishi va o'z vaqtida to'p otayotgan o'yinchini to'xtatish uchun chiqishi lozim. Hujumchi to'p otishidan oldin himoyachi bevosita qo'llarini yuqoriga ko'tarib, kaflarini oldinga qaratib bir-biriga yaqinlantiradi va to'pni to'sishda qo'l barmoqlarini jarohatdan saqlash uchun mushaklarini taranglashtiradi.

Yerdan sakratib otilgan to'pni to'sish sakrab amalga oshiriladi. Shuning uchun himoyachi oldindan oyoqlarini bukkon holatda tayyorlanib turishi kerak.



127-rasm. To'pga yuqoridan ikki qo'llab "to'siq" qo'yish

**Qo'shilish.** Bu usul o'yinchilarni nazorat qilishni yo'qotish xavfi tug'ilganda qo'llaniladi. Himoyachilar qo'shilish joy almashtirsa, bu holda ular kuzatuvdagi o'yinchilarni ham o'zgaradi. To'siq qo'yilgan hujumchi orqaga harakat qilsa, shu zahoti uning raqibi oldinga chiqib, hujumchi ketgan tomonga o'tadi. Odatda, bunday usul to'siq qo'yishda va hujumchilarning qarama-qarshi o'rin almashtirishida qo'llaniladi. Hujumchi himoya harakatlariga qo'shilganda uni ta'qib qiluvchi yoki darvozaga yaqin turgan himoyachi javobgar bo'lmog'i kerak. Hujumchining hujum harakatlarini qiyinlashtirish uchun himoya qilishga

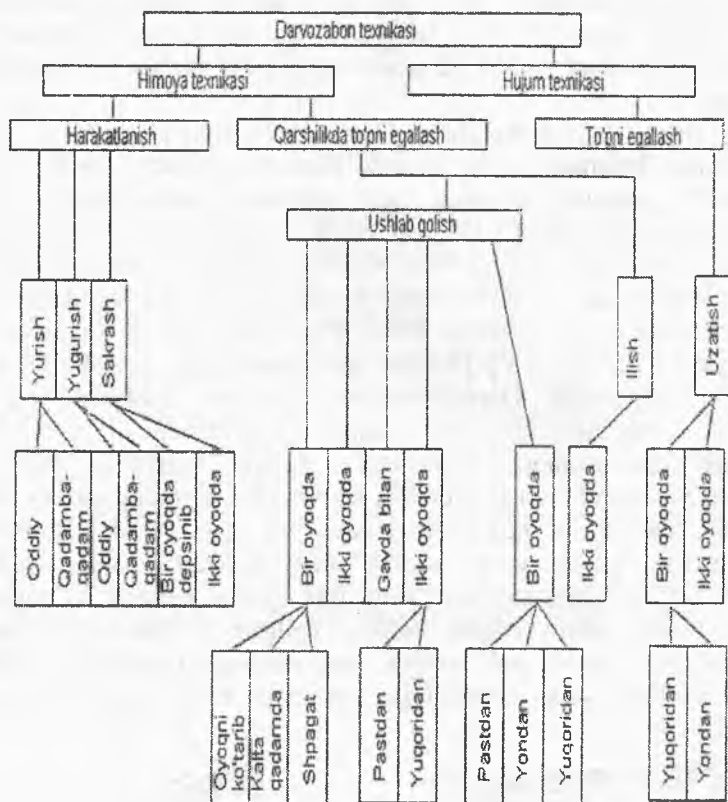
o'tgan o'yinchini hujumchining kirish yo'lini va faol harakatini to'xtatishga harakat qilishi kerak. Buni amalga oshirish uchun himoyachi qarama-qarshi harakat qilib, ta'qibchidan ozod bo'lishi maqsadga muvofiqdir.

**Darvozabon o'yini texnikasi.** Darvozabon jamoada eng qiyin va ma'sul vazifani bajaradi. Uning harakati faqat darvozaning xavfsizligini emas, balki hujumning natijasini ham belgilaydi. Darvozabon uchun fuhrimi avvalo, bo'yi (180 - 190 sm), tezlik reaksiyasi, mo'ljallay olish, chaqonlik, kuch, chidamlilik kabi sifatlardir. Darvozabonning dastlabki o'yin texnikasiga turish, siljish, chalg'itishlar, to'pni qo'l, oyoq, gavda bilan qaytarish va to'pni uzatishlar kiradi. Darvozabon texnik usullarining muvaffaqiyatli bajarilishi ko'p jihatdan uning harakatga qanchalik tayyor ekanligi bilan belgilanadi. Darvozabonning dastlabki holatni to'g'ri tanlay bilishi uning harakatga tayyor ekanligi omillaridandir.

**Turish.** Darvozabon harakatdagi to'pning vaziyatiga bog'liq ravishda har xil holatda turishi mumkin. Darvozada turishning asosan ikki turi mavjud: darvoza o'rtasida va darvoza ustunlari yonida. Darvoza o'rtasida asosiy holatda turib harakat qilish quyidir: oyoqlar yelka kengligida, sal bukilgan, gavda og'irligi ikki oyoqqa baravar bo'lingan, gavdaning yuqori qismi o'ziga oldinga egilgan, qo'llarning kaflari oldinga qaratilgan holda sal bukilib, yon tomonga uzatilgan, kaflar balandligi taxminan yelka balandligiga teng yoki undan ham balandroq bo'lishi mumkin.



128-rasm. Darvozabon o'yini texnikasining tasniflanishi



129-rasm.

Agar hujumchi to'p otishni burchakdan bajarayotgan bo'lsa, unda darvozabon darvoza ustuni yonida turib (oyoqlar oralig'i 15-20 sm), darvozaga yaqin bo'lgan qo'lini yuqoriga ko'tarib tirsak bo'g'ini salgina bukilgan bo'ladi, shunda darvozaning yuqori burchagini yopadi; ikkinchi qo'li yon tomonga uzatilgan, gavda og'irligi darvozaga yaqin turgan oyoqqa o'tkazilgan bo'ladi. Ana shunday holatda darvozabon to'pni bevosita qaytaradi yoki tez-tez oldinga chiqadi.

**Siljish.** Darvozabon joyini asosan yon tomonga qadam qo'yib o'zgartiradi. Bu uning o'z yo'nalishini tez-tez almashtirishiga va to'pni qaytarish uchun tayyor bo'lishiga imkoniyat yaratadi.

Darvozabon to'pni olib qo'yishni, sapchigan to'pni egallab, uni

o'yinga kiritishni, raqiblar tomonidan tez yorib o'tishni ta'minlovchi to'pni egallashini, oldinga va orqaga tez harakat qilishni, keskin start olishni bilishi shart.

Darvozabon hamla qilish harkatlaridan va oyoqlarni bir chiziq bo'ylab yozib o'tirish (shpagat) holatidan tez-tez foydalanishga to'g'ri keladi, shuning uchun u bu harakatlarni har tomonga bemalol bajarishni bilishi juda zarur. Uning har xil sakrashlarni bajarishi o'yinda alohida ahamiyatga ega. Darvozaboning to'p otayotgan o'yinchiga peshvoz chiqishi va sakrashi darvoza qo'riqlashning murakkab usullari qatoridan o'rin olgan. Darvozaning nishonga olingan burchagini kamaytirish uchun darvozabon yuqoriga yoki uzunlikka sakrab darvozaga yo'naltirilgan to'pning yo'lini to'sishga harakat qiladi.



**130-rasm. Shpagat holatda to'pni to'xtatish**



**131-rasm. To'pni bir qo'llab yuqoridan to'sish**



**132-rasm. Oyoq bilan to'pni to'xtatish**



**133-rasm. Katta qadam qo'yib to'pni to'xtatish**

Odatda, darvozabon sakraganda, to'pning yo'nalish yo'lini ko'proq kamaytirish uchun oyoq va qo'llarini yon tomonga yoyadi. Darvozabon raqiblar bilan to'p uchun kurashda ko'pincha aldash harakatlarini ishlatadi. Chalg'itish maqsidida bir tomonga egilib, keyin boshqa tomonni to'sadi,

tez-tez yolg'on chiqishlarni qo'llaydi. Bunday holatlarda hujumchi to'pni darvozabon ustidan oshirib tashlaydi, lekin bunday bo'lishini oldidan kutgan darvozabon darhol orqaga qaytib, to'p yo'lini to'sishga ulguradi.

To'pni ilish darvozabon o'yin texnikasining eng muhim elementlaridan biridir. Kuchli otilgan to'pni ilish imkoni yo'q bo'lsa ham uni qaytargandan so'ng egallab olish muhimroqdir, chunki qarshi hujumga o'tish bashlanishi kerak. Shuning uchun darvozabon to'pni ilib olgani ma'qul. Lekin eng yaxshi yo'li – to'pni ikki qo'llab ilib olish.

To'pni ushlash darvozabon harakatlaridagi asosiy o'rinni egallaydi. Muhimi, otilgan to'pni (amortizatsiya qilib) tezliligini pasaytirib ushlay bilish kerak. Buning uchun to'p kaftga urilganda, qo'l, kaft va barmoqlarini ozgina orqaga yuborish maqsadga muvofiqdir. Yaqin masofadan sapchib kelgan to'pni darvozabon ushlab olmoq'i lozim.

To'pni qaytarishda, ushlab olishda darvozabon bir yoki ikkala qo'lni ishlatishi, baravariga oyoq va qo'l bilan yoki gavda bilan ham to'pni qaytarishi mumkin.

Yuqoridan kelayotgan to'pni darvozabon bir yoki ikki qo'llab o'ynaydi. Agar to'p qaysi tarafdin kelayotgan bo'lsa, unda darvozabon to'p kiritish burchagini kamaytirish uchun shu tarafga yoki oldinga bir qadam tashlaydi yoxud sakraydi va to'p ushlashni o'sha tomondagi qo'l barmoqlari yoki kafti bilan bajaradi. Ba'zan bu usul sakrab yiqilgan holda ham bajariladi, lekin bu maqsadga muvofiq emas, chunki bunday usulni bajarishga ko'p vaqt sarflanadi, oqibatda, to'pni qaytargandan so'ng darvozabon o'zining mo'ljalini yo'qotadi. Bunday harakatlarni bajarishda muvozanat yuqotishga kam vaqt sarflab, asosiy holatda turishni saqlagan ma'qul.

Darvozaning pastki qismiga otilgan to'p oyoq bilan qaytariladi. To'p kelayotgan tomon aniqlanib, darvozabon shu tomonga oyoq kaftlarini to'g'rilab, maydonga yaqin keng qadamga hamla qilishga intiladi. Bunda son va boldir orasidagi burchak 90°ni tashkil etadi. Shu tarafga oyoq bilan birga eqtiyotdan o'sha tomondagi qo'l ham cho'ziladi: boshqa qo'l esa muvozanat saqlash uchun yuqoriga ko'tariladi. Hamla qilish oxirida oyoq to'liq tug'rilanadi va darvozabon to'g'ri chiziq bo'ylab oyoqlarini yozib, «shpagat» holatini oladi yoki ikkinchi oyoq tizzasiga tushadi, so'ng tez asosiy holatda turishga qaytadi.

Eng chekka pozitsiyadan darvozaning uzoq. Pastki burchagiga yo'naltirilgan to'pni darvozabon shu tarafdagi qo'l va oyog'ni baravariga siltab yoki hamla qilib ushlaydi.

**To'pni uzatish.** Darvozabon tomonidan tez va aniq uzatilgan to'p jamoaning hujumga o'tishi uchun muhim sharoit yaratishning garovidir. Shuning uchun darvozabonning baland traektoriya bilan yoki uzoq masofalarga to'pni yuqorida qo'lni bukib uzatishni qo'llashi qoida tusiga kirib qolgan. To'p egallaganidan so'ng darvozabon, uni uzatish uchun qulay tarafni tanlaydi.

Darvozabonning harakati samarali bo'lishi uchun eng to'g'ri pozitsiyasi darvoza o'rtasi hisoblanadi. Darvoza oldida uning markazidan bir metrgacha masofa bo'ylab harakat qiluvchi darvozabon baland «traektoriya»da keladigan to'pni egallashga doim tayyor bo'lishi lozim. To'p otilishini boshlashini aniqlagach, darvozabon darvoza maydoniga to'p kiritish imkoniyatini kamaytirish uchun oldinga chiqadi. Otilayotgan to'p 30 gradusdan kichik burchak ostida bo'lsa, u holda darvozabon darvoza ustunlari yonidan joy oladi.

Darvozabon hech vaqt to'pni nazoratsiz qoldirmasligi va o'z vaqtida hujumchining to'p otish usulini bu harakat boshlanishidan oldinroq aniqlashi juda muhimdir. Agar uning jamoasi hujum qilayotgan bo'lsa, unda u 9 metrli chiziq yonida joylashadi, tasodifan jamoasi to'pdan ajrab qolib, raqiblar tez yorib o'tish hujumni amalga oshirsalar, o'yinga qo'shilishga tayyor bo'llb turadi. Bunday holda u to'pni egallash uchun maydonga chiqishi mumkin. Urinishi muvaffaqiyatsiz bo'lsa, unda orqaga chekinadi va darvozada turib, tez yorib o'tib to'pni darvozaga otayotgan hujumchining to'pini qaytarishga harakat qiladi.

#### **4.6. QO'L TO'PCHILARNI O'YIN TEXNIKASI USULLARIGA O'RGATISH METODIKASI**

**O'rgatish jarayonining tuzilishi.** O'yin usullari va taktik harakatlarga o'rgatish qiyin va uzoq davom etadigan jarayondir.

O'yin texnikasini o'rganish uchun juda ko'p o'yin usullarini bajarish lozim va uning uchun bir necha yil kerak bo'ladi. O'rgatish jarayonida o'yin usullarini nafaqat biomexanik nuqtai nazardan to'g'ri va unumli bajarish, balki o'yin paytida uni qo'llashni ham o'rgatish kerak. Shuning uchun texnik usullariga o'rgatish va individual taktik harakatlarga o'rgatish birgalikda olib boriladi. Bundan tashqari, o'yinga o'rgatish va jismoniy sifatlarni tarbiyalash o'zaro bir-biriga bog'lagan holda olib boriladi. Harakatlarga o'rgatish va jismoniy sifatlarni tarbiyalash zaminida qo'l to'pichining harakat malakalarini shakllantirish qonuniyatlari yotadi.

Jismoniy sifatlarni tarbiyalash harakat malakalarini egallash jarayonini tezlashtiradi. O'yin usullarini bajarishda jismoniy sifatlarni namoyon bo'ladi va rivojlanishi tezlashadi. Biroq harakatlarga o'rgatishda qoida bo'yicha sharoitni yengillatib boriladi, ammo jismoniy sifatlarni tarbiyalashda yuklama oshirib boriladi.

Har bir usulni o'rgatish bosqichma-bosqich olib boriladi. Eng asosiy diqqatni harakatning asosiy bosqichiga, keyin esa boshqa qismlarini bajarishga qaratiladi.

Har qanday usulni o'rgatishda texnik-taktik harakatlarning ketma-ketligi mantiqan to'g'ri bo'lishi kerak.

1. Usul bilan tanishtirish.
2. Usulni soddalashtirib o'rgatish.
3. Usullarni o'yin holatiga yaqinlashtirib takomillashtirish.
4. O'rganilgan usullarni o'yinda qo'llash.

Usul bilan tanishtirishda albatta ko'rgazmali qurollardan foydalanib, usul to'g'risida ma'lumot berish va tasavvur hosil qilish zarur. Ko'rgazmali qurollardan qayta foydalanilganda (rasmlar, jadval, videotasmalar) o'rganilayotgan usul va harakatlarning ancha muhim bo'laklariga ahamiyat beriladi. O'yin usullari va harakatlarni ko'rsatishda usulning ahamiyati va uni o'yin paytida umumli qo'llash to'g'risida gapirib berish maqsadga muvofiq bo'ladi.

Harakat to'g'risida tasavvurga ega bo'lish uchun shu usulni bajarib ko'rish imkoniyati beriladi. Harakatlarni soddalashtirilgan sharoitda o'rganish kamchiliklarni bartaraf qilishga yordam beradi. Ushbu holatda qanday muvaffaqiyatga erishish tayyorlovchi va yondashuvchi mashqlarni tanlashga bog'liq bo'ladi. Harakat elementlarini his etish uchun harakatlarni majburiy chegaralab va belgilab qo'ygan usullari qo'llaniladi.

O'yin usullarini soddalashtirilgan yoki murakkablashtirilgan sharoitda o'rgatish uchun o'yinning dastlabki holati, masofa, yo'nalish harakati tezligi va har xil xalaqit beruvchi unsurlar kiritiladi. Bu o'z navbatida usulga o'rgatishdagi to'siqlarni bartaraf qiladi.

#### **Tayanch iboralar.**

1. To'siq.
2. Chalg'itishlar.
3. To'pni otish.
4. To'pni uzatish.
5. To'pni ilish.
6. Darvozabon.

7. Maydon.
8. Himoya.
9. Hujum.

#### **O'z-o'zini nazorat qilish uchun savollar.**

1. Gandbol o'yini texnikasining tasniflanishi haqida so'zlab bering.
2. Himoya o'yini texnikasi usullarini sanab bering.
3. Hujum o'yini texnikasi nima?
4. Darvozabon o'yini texnikasi to'g'risida nimalarni bilasiz?
5. Darvozaga to'p otish turlariga tavsif bering.
6. Aldab o'tish turlarini aytib bering.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Sh.Pavlov, F.Abduraxmonov, J.Akramov. «Qo'l to'pi». Darslik. Toshkent-2005y.
2. Sh.Pavlov. «Qo'l to'pi». Darslik. Toshkent, 1990 y.
3. Sh.K.Pavlov. «Qo'l to'pi musobaqalarining qoidalarini». Toshkent, 1987-y.
4. Pavlov Sh.K., Abdurahmonov F.A., Azizov R.I. (Musobaqa qoidalari, ularni tashkil etish va o'tkazish tizimi) - Toshkent 2007-yil.
5. Pavlov Sh.K., Abdurahmonov F.A., Azizov R.I. «Qo'l to'pi» Tosh: -2007- y.
6. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
7. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
8. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
9. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

#### **4.7. QO'L TO'PIDA O'YIN TAKTIKASI**

O'yinda muvaffaqiyatga erishish asosan to'g'ri harakat qilishga bog'liq. Shu sababli o'yinni boshqarishda turli xil taktik vositalardan foydalanish lozim.

Taktika deganda, o'yinchilarning raqib ustidan g'alaba qozonishga qaratilgan shaxsiy yoki jamoa harakatlarning tashkil qilinishi, ya'ni aniq raqib bilan muvaffaqiyatli kurash olib borishga imkon beradigan harakatlarni tushunish kerak.

Taktikadagi asosiy vazifa bu – hujum va himoya harakatlarining maqsadga erishtira oladigan eng qulay vositalari va o'zaro uyg'unlashgan shakllarini belgilashdan iboratdir.

Qo'l to'pi o'yinida taktika bilan texnika bir-biriga uzviy bog'liq bo'ladi. To'pni kimga va qanday uzatishni, to'p bilan himoyani yorib o'tishni, darvozaga qachon to'p otishni hal qilayotgan o'yinchi o'z tafakkuridan, tushunchasidan, bilimidan foydalanadi va harakatini amalga oshirayotganida o'z texnik mahoratini namoyish qiladi. Shu sababli texnika o'yinchining taktik rejalarini amalga oshirish vositasi bo'lib xizmat qiladi.

O'quv-mashg'ulotlar davomida taktik tayyorgarlikka katta e'tibor beriladi. Shunday qilib, har bir o'yinchi va jamoa harakatlarining turli variantlarini mukammal egallagan, yaxshi o'zlashtirib olgan bo'lishi kerak.

Hujum va himoyada qo'llaniladigan taktik harakatlar qarama-qarshi vazifalarni yechish uchun qo'llaniladi.

Taktika ikki katta qismga bo'linadi:

1. Hujum taktikasi.
2. Himoya taktikasiga bo'linadi.

Hujum o'yinni hal qiluvchi omildir. Hujumning mutlaqo yagona maqsadi bu – raqibning himoyadagi harakatlarini buzish va darvozaga to'p o'tishdagi qarshiliklarni yengishdir.

Hozirgi kunda qo'l to'pi o'yinida himoyadan hujumga o'tish tezligi, taktik harakatlarni bajarish tezkorligi va aniqligi oshadi va buning natijasida texnik harakatlarni bajarish vaqti qisqaradi.

#### Qo'l to'pi o'yinida hujum taktikasi

Hujum o'yinni hal qiluvchi omildir, ya'ni muvaffaqiyat ko'pincha uning oxirgi natijasiga bog'liq bo'ladi. Hujumning mutlaqo yagona maqsadi – bu raqibning himoyadagi harakatlari tartibini buzish va darvozaga to'p o'tishda shaxsiy qarshilikni yengishdir. Hozirgi kunda qo'l to'pi o'yini hujumning tez-tez va qisqa vaqt davomida uyushtirilishi bilan ifodalanadi. Zamonaviy qo'l to'pi o'yinida himoyadan hujumga o'tish tezligi, taktik «kombinatsiya»larni bajarish tezkorligi va aniqligi oshdi. Buning natijasida texnik usullarning bajarilish vaqti qisqaradi.

**Jamoa harakatlari:** hujumda jamoalar asosan ikki taktik tizimni qo'llaydilar – tez yorib o'tish va pozitsiya hujumi. Bu tizimlarning har qaysisi bir-birini to'ldiradi va shuning uchun hamma jamoalar ular bilan qurollangan bo'lishi kerak.

**Tez yorib o'tish taktikasi** – bu hujumda ko'proq natija beradigan

usuldir. Ammo uni qo'llaganda o'yinchilarning o'zaro yonma-yon holatda bo'lib qolishi qiyin. Shuning uchun pozitsiyada hujum qilishning solishtirma og'irligi biroz baland hisoblanadi. Shunga qaramasdan, tez yorib o'tish qanchalik ko'p qo'llansa, hujumchilar to'p otishni shunchalik ko'p bajaradilar. Zamonaviy qo'l to'pi faqat shuning hisobiga rivojlanmoqda.

Tez yorib o'tishning maqsadi raqiblarning to'pni yo'qotib, hujumdan himoyaga o'tish paytida sodir bo'ladigan vaqtincha uyushmagan harakatidan foydalanishdir. Shuning uchun tez yorib o'tishga albatta raqiblardan to'pni kutilmaganda olib qo'yilganda kirishiladi. Bu ko'pincha to'pni olib qo'yishda, to'siqlardan, darvozabondan yoki darvoza ustunlariga urilib qaytgan to'pni egallaganda va hujumchilar tomonidan o'yin qoidasi buzilgan hollarda amalga oshiriladi.

Tez yorib o'tishdagi o'zgarishlar uning shiddati bilan bog'liq.

Hujum 4-7 sekund davom etadi, o'zaro harakatlar oddiy bo'lsa ham oz sonli o'yinchilar bilan ustunlik vujudga keltiriladi.

Vaqtan yutish son jihatdan ustunlikni vujudga keltiradi va darvozani ishg'ol etish uchun qulay sharoit yaratadi. Ammo buning uchun barcha himoyachilar harakati imkon boricha tezkor, dadil va yaxshi kelishilgan bo'lishi kerak.

Tez yorib o'tishda, ayniqsa, darhol qulay vaziyatni tanlash va birinchi to'pni to'g'ri uzatish muhimdir. Tez yorib o'tish yakka yoki jamoaning hamma o'yinchilari tomonidan amalga oshirilishi mumkin. Tez yorib o'tishga qanchalik ko'p o'yinchilar qatnasha, ularga qarshi kurashish shunchalik murakkablashadi.

Darvoza tomon tez yorib o'tishda hujumchilar butun maydon keng ligida bir yoki ikki qator bo'lib joylashadi. Birinchi bo'lib start olgan (1-3-o'yinchi) o'yinchilarni orqadagi o'yinchilar qo'llashi kerak. Hujumchilar to'pni yo'qotishi va ularga javoban hujum uyushtirilishi mumkinligi sababli bir o'yinchi orqada qoladi. Agar old qator o'yinchilari son jihatidan ustunlikka erisha olmasa, unda hujumning muvaffaqiyatli yakunini himoyachilar orasidagi bo'sh joyga kirishga harakat qilayotgan orqa qator o'yinchilari amalga oshiradi. Bunday birin-ketin rivojlanadigan va orqa qator o'yinchilari yakunlaydigan tez yorib o'tish hujumi «Rivojlangan hujum» deb nom olgan. Uzoq masofaga to'p uzatib tez yorib o'tish oddiy va muddatidan ilgari yakunlanadigan hujumning mas'uliyatli usulidir.

Odatda, uzatishni darvozabon yoki to'pga ega bo'lgan o'yinchi bajaradi. Tez yorib o'tishni boshlagan o'yinchi maydonning yon chizig'i

bo'ylab yoki maydon markazi tomon chaqqon oldinga intiladi. Muvaffaqiyat uchun oldinga intilgan o'yinchi boshqalardan o'zib ketishi mumkin. Odatda, buni oldinga chiqib o'ynayotgan himoyachi yoki to'p otilgan joyga qarama-qarshi burchakdagi himoyachi amalga oshiradi.

Ta'qibdan qutilgan o'yinchiga to'pni tez va aniq uzatish kerak. Yaxshisi, to'pning yo'nalish trayektoriyasi pastroq bo'lgani ma'qul. Shuningdek, to'p uzatish masofasi juda uzoq bo'lmasligi kerak, chunki bunday to'pni raqiblar darvozaboni egallab olishi mumkin. Agar tez yorib o'tgan o'yinchiga darvozabonning darhol to'p uzatishiga xalaqit berishsa, u holda bu o'yinchi to'pni kechiktirmasdan o'z sheriklariga, ular esa oldindagi o'yinchilarga uzatishi zarur.

To'pni qisqa masofada uzatib, tez yorib o'tish taktikasi – ushbu harakat uni birinchi bo'lib boshlagan o'yinchining har tomondan pana qilinganiga ishonch hosil qilinganda amalga oshiriladi. Ular orqasidan boshqa o'yinchilar ham tez yorib o'tishga intiladi. Raqiblarni hujumni to'xtatish imkoniyatidan mahrum etish uchun to'pni egallagan o'yinchi qoidani buzib bo'lsa ham, avalo, o'yinning borish vaziyatini aniqlaydi, himoyachi bilan munosabatga kirishmasdan tez mo'ljal olishga harakat qiladi va to'pni bo'sh sheriklariga uzatadi.

Hujumchilar butun maydon kengligida oldinga qarab harakat qiladilar. Birinchi qatorda 3-4 o'yinchi bo'lib, ular qisqa yo'l bilan oldinga intiladilar. Odatda, himoyachidan bo'sh bo'lgan hujumchini topish uchun 3-4 marta to'p uzatishni bajarish kifoyadir.

Tez yorib o'tish hujumi bir-biriga bog'liq bo'lgan uch bosqichdan tuzilgan: 1. To'pni egallab hujumga o'tish. 2. Son jihatdan ustunlikka erishish. 3. Hujumni yakunlash.

Hujumchi tez yorib o'tish harakatining birinchi bosqichida irg'ib oldinga tashlanadi va o'zini ta'qib qiluvchi o'yinchidan qutilishga harakat qiladi. To'p uzatmoqchi bo'lgan o'yinchi, qaysi o'yinchiga to'p uzatishni, vaziyatni to'g'ri baholab, to'p trayektoriyasini va yo'nalishini aniqlashni, agar kerak bo'lsa, himoyachilarni chalg'itish uchun qilinadigan harakatni to'g'ri tanlashni bilishi kerak. Tez yorib o'tgan hujumchilarning asosiy maqsadi himoyachi orqasiga o'tgan sheriklariga bo'ylama yoki diagonal bo'ylab to'p uzatishdir.

Tez yorib o'tishning ikkinchi bosqichida hujumchilar kuchini imkon boricha keng aytiradi va maydon kengligida bir-ikki qator bo'lib joylashadi. To'p hujumning oldingi qatoriga uzatiladi.

Uchinchi bosqichining vazifasi – hujumni muvaffaqiyatli yakunlashdir. Yaxshisi, himoyachilardan hujumchilar soni ko'p bo'lishi

kerak, ammo son jihatdan tenglik bo'lgan holatda hujum yakunlanishi o'yinda tez-tez uchrab turadi. Shuning uchun hujumchilar kam kuch bilan tez harakat qilishga doim tayyor bo'lishi kerak. Bunday holatlarda birinchi qatordagi hujumchilar o'rin almashtirish, chalg'itishlar yordamida hujumni yakunlashga intiladilar yoki ikkinchi qatordagi o'yinchilarning o'yinga qo'shilishiga qulay sharoit yaratishga urinadilar, bu alohida ahamiyatga egadir; Noqulay pozitsiyadan shoshilib otilgan to'p raqiblarning hujumga o'tish uchun kuch jihatdan ustunlikka erishuviga olib kelishi mumkin.

Shunday qilib, tez yorib o'tish yuksak uyushqoqlik bilan tashkil topgan harakatdir. Uni qo'llaganda yaxshi natijaga erishish uchun texnik-taktik tayyorgarlikning yuksak darajasi yetarli emas ruhiy holat, dadillik, jur'at va ba'zan tavakkal harakat qilishlar hujumni yaxshi natija bilan yakunlashga yordam beradi.

**Pozitsion hujum taktikasi** – jamoa tez yorib o'tish hujumini yakunlay olmasa, unda hujumchilar majburan himoyachilarning uyushqoqlik bilan tuzilgan himoyasiga qarshi kurashmog'i kerak. Buning uchun ular maydonning o'zlariga qarashli yarmiga qaytib, raqiblar to'liq himoyaga o'tganda, ularga qarshi hujum uyushtiradilar va bu «pozitsion hujum» deb ataladi. Zamonaviy sharoitda himoyachilarning hamjihatlik bilan tashkil etilgan mudofaasini tez yengib chiqish nihoyatda muhim, chunki hujumchilarning to'p bilan hujum qilishiga 45 daqiqadan ortiq vaqt berilmaydi.

Pozitsion hujumni qo'llash quyidagi holatlarda o'rinlidir:

- to'pni o'yinga kiritish uchun ko'p vaqt sarflansa;
- o'yin tezligi jihatidan raqiblarning ustunligi yaqqol sezilib tursa;
- o'yin sur'atini o'zgartirish zaruriyati tug'ilganda, qayta tiklanish uchun tanaffus qilishda;
- o'yinchilarni almashtirish kerak bo'lganda.

Pozitsion hujum uch bosqichdan iborat: boshlang'ich, tayyorlovchi va yakunlovchi. Birinchisida o'yinchilarni joy-joyiga qo'yish amalga oshiriladi. Vaqtincha son jihatdan ustunlikka ega bo'lish yoki hujum zonalaridan birida qulay vaziyat yaratish uchun to'p va o'yinchilarning o'rin almashishi ikkinchi fazada boshlanadi. Oxirgi fazada esa darvozani ishg'ol qilishga erishiladi yoki kuchlar qayta tiklanib, hujumni davom ettirish va hujumdan himoyaga o'tish uchun qulay vaziyat yuzaga keltiriladi.

Pozitsion hujumni uyushtirish uchun jamoa ikki taktik guruhga bo'linadi. Birinchi guruhchani oldingi qatorda darvoza maydonchasi chizig'i yaqinida ikkitasi burchakdan va bir chiziq bo'ylab o'ynaydigan

o'yinchilar tashkil etadi. Ikkinchi qatorni markaziy va ikki yarim o'rtalikda o'ynaydigan o'yinchilar egallaydi. Birinchi qatoridagi o'yinchilar zimmasiga murakkab vazifa yuklangan ular raqiblar mudofiasi orasida harakat qiladilar. Shuning uchun birinchi qator o'yinchilari to'pni egallab, chalg'itishlarni qo'llab, himoyachini alday o'tib va to'p o'tishga qulay vaziyat yaratish uchun joy tanlashni bilishi zarurdir. Buning uchun o'yinchilarning o'z qatoridagi sheriklari bilan hamkorlikda o'yin pozitsiyalarini vaqti-vaqti bilan almashib turishni bilishi maqsadga muvofiqdir.

Ikkinchi qator o'yinchilari o'yinni tashkil etish bilan birga hujumni yakunlash funksiyasini ham bajaradi. Shuning uchun ular yuqori tayyorgarlik darajasiga, ham texnikada, ham taktikada yuksak malakaga erishmogi kerak.

Birinchi va ikkinchi qatorlarda o'ng tomondan chap qo'l bilan, chap tomondan esa o'ng qo'l bilan to'p otadigan o'yinchilarning o'ynashi raqib darvozasiga umumiy hujum uyushtirishga imkoniyat beradi.

Pozitsion hujumning har xil variantlarida chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchilar soni o'zgarishi mumkin. Pozitsion hujumdagi o'yinchilarning 3-3 yoki 4-2 bo'lib chiziq bo'ylab joylashishi ko'p tarqalgandir. Pozitsion hujumda yana bir qacha joylashishlar ham mavjud.

Joylashish variantini tanlash ularning imkoniyatiga va raqiblar himoya tizimining tuzilishiga bog'liq. Pozitsion hujumda hujumchilar orasidagi o'zaro asosiy taktik harakatlar joylashish variantiga bog'liq bo'lmaydi. Ikki o'yinchi orasidagi "qaytar va chiq", "aldamchi hujum", "joy almashirish", "to'siq" singari oddiy harakatlar boshqalariga nisbatan ko'proq ishlatiladi.

"Qaytar va chiq" o'yin taktikasi — bu eng oddiy taktik kombinatsiya. U o'yinchining to'pga peshvoz chiqib uni bo'sh joyga uzatishi va yana o'ziga qaytarib olishidan iborat bo'ladi. Bunday holda himoyachiga tasodifan kirishni boshlagan o'yinchining tezlik jihatidan ustunligi yaxshi natija beradi.

«Aldamchi hujum» o'yin taktikasi — bu o'zaro harakat bo'lib hujumchining to'p bilan ikki himoyachi orasidan o'tib, uni otmogchi bo'lganda himoyachilarni shu hujumchi yo'lini to'sish uchun oldinga chiqishga majbur etishda va ishtonirishda qo'llaniladi. Bunday hollardan so'ng boshqa hujumchilar uchun ochilgan «yo'lakcha»da erkin harakat qilish imkoniyati yaratiladi.

«Joy almashirish» o'yin taktikasi — bu o'zaro harakatda bo'lgan o'yinchilardan birini himoyachilardan yashirinchak ozod, etish uchun

qo'llaniladi. To'pni egallagan o'yinchi sherigi tomon harakat qiladi va to'pni orqadagi bo'sh joyga o'tgan sherigiga uzatadi.

Hujumchilarning o'zaro harakatida to'siq qo'yish alohida ahamiyatga ega. Uning yordamida himoyachilar qarshiligini bartaraf etish, zonaga kirayotgan hujumchining ta'qib qilinishiga xalaqit berish mumkin. To'siq qo'yishning turlari quyidagilar: joyda turib va harakatda, tashqaridan va ichkaridan. Bularidan boshqalarga qaraganda birinchi qatoridagi hujumchilar samarali foydalanadilar.

Pozitsion hujumda jamoa harakatlarini tashkil etishda chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchi orqali hujum qilish yetakchi o'rinni egallaydi. Chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchilar soni har xil bo'lishi mumkin (1-2) va ularning o'yindagi asosiy o'rni — markazda, darvoza qarshisidadir. Ammo u yon tarafga chiziq bo'ylab harakat qilishi, oldinga erkin to'p tashlash chiziq bo'yiga chiqishi va to'pni o'yinga kiritishda ishtirok etishi mumkin.

Chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchining asosiy vazifasi to'pni egallab, uni darvozaqa o'tishdir. Buning uchun u hamisha hiyla ishlatib (manyovr) bo'sh joyda «ochilishga», to'p o'tish uchun kuchli qo'lini bo'shatishga harakat qiladi.

Keyingi harakatlari uning himoyachidan qutulishini va orqa bilan turgan holda uni chalg'itib, har qaysi tomonga alday ketishini ta'minlaydi; chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchi o'zi to'siq qo'yishni va to'p uzatishda sheriklariga yordam qilishni bilishi shart.

Umuman, oldinga qo'yilgan vazifani amalga oshirish uchun hujumchilar keng joylashishi va butun maydon bo'ylab hujum qilishi, to'siq qo'yishi, burchak va uzok masofadan to'p o'tishni bajara olishi kerak. Chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchi bo'sh joyga kirib «ochilsa» va darvoza maydoniga sakrab kirs, u holda unga darhol to'p uzatiladi.

Bir necha o'yinchilar chiziq bo'ylab hujum qilishganda, darvozabonning vazifasi chegaralangan bo'ladi: biri hamisha darvozaqa xavf tug'diradi, boshqalari esa ko'pincha sheriklariga yordam qiladi.

Joy almashishga kelishib hujum qilish samarali usuldir. Buning uchun hujumchilar o'yinning har bir vaziyatida muvaffaqiyatli o'ynay olishi, to'pni uzatish va darvozaqa o'tishni bilishi, o'yin jarayonini yaxshi tushunishi va uning rivojlanish yo'lini oldindan ko'ra bilishi zarur. Joy almashishga kelishib hujum qilishni himoyaning har qanday tizimiga qarshi qo'llash mumkin. Bunday hujum usullarida ko'p tarqalgan variantlar: «vosmerka», «ikki burchak» hisoblanadi.

Bu variantlarga bir necha o'yinchilar harakatining uchrashuv

tamoyili asos solgan. Bunda hujumchilar guruhlarga bo'linadi va o'zlarining yo'nalishi bo'yicha harakat qilishi mumkin. Bir-biriga qarama-qarshi harakat qilib uchrashishi to'p harakatining muntazamligiga to'siqlar qo'yishga, bir himoyachi zonasiga ikki hujumchining tasodifiy kirishiga qulay sharoit yaratadi.

Ko'pincha hujumning «Vosmerka» variantida bu tamoyil to'la yoritilgan. Uning nomi hujumchilar harakatining shaklidan kelib chiqqan bo'lib, katta va kichik «vosmyorka» degan ikki turga ajratiladi.

O'yinchilar kombinatsiyani bir-biriga qarama-qarshi (skrest) harakat qilib bog'laydi. Har qachon to'p uzatilganda o'yinchi diagonal bo'ylab maydon burchagiga ketadi va o'zi to'p uzatgan joyiga qaytadi. Bu bir necha marta takrorlangandan so'ng himoyachilar o'rganib qoladi, shundan foydalangan hujumchilar to'satdan boshqa sheriklarini ham jalb qilgan holda hujum shaklini o'zgartiradi va raqiblar mudofaasini vaqtincha sarosimaga soladi.

Olti metrli chiziq bo'ylab, burchak va chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchilarning muntazam harakat qilishi himoyachilar harakati uchun undan ham ko'p qiyinchiliklar tug'diradi. Ikki kichik «vosmerka»da yoki ikki uchburchak shaklida harakat qilish oddiy o'zaro harakatni; 2-3 o'yinchi orasiga to'siq qo'yish va asosiy to'p uzatishlarni qo'llash yaxshi natijaga erishishga imkon beradi. Harakat qilishda muhimi — bir pozitsiyada ikki hujumchining to'xtab qolmasligi; to'p bilan bo'lgan o'yinchi esa himoyachilarni oldinga chiqishga majbur etuvchi hujum harakatlarini ishlatishi kerak.

Zonali himoyaga qarshi hujumda muhimi himoyachilarga noqulay bo'lgan joylashtirishdan foydalanishdir. Shunday qilib, 6-0 va 5-1 zonasiga qarshi kurashda yaxshisi ikki chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchi bilan hujum qilish. 4-2 va 3-3 zonali himoyaga qarshi kurashda esa bir o'yinchi chiziq bo'ylab o'ynasa yaxshi natija beradi.

Pozitsion hujum muvaffaqiyatining oxirgi natijasi o'yinchilarning o'zaro kelishib qilinadigan harakatiga, oldindan o'rganganini qo'llashiga va o'yinda vujudga keladigan holatlarni ijobiy hal qilishiga bog'liq.

### **Qo'l to'pi o'yinida himoya taktikasi**

Himoyada o'ynashning umumjamoa usuli shaxsiy, hududiy va aralash bo'lishi mumkin. Biroq qisman bo'lsa ham boshqa usul elementlaridan foydalanmasdan birgina usulda o'ynayverish xato bo'ladi, chunki bu hol himoya taktikasini qashshoqlashtirib qo'yadi. Himoyada o'ynash usullarini himoyachilarning shaxsiy xislatlari va imkoniyatlarini

hisobga olib tanlash kerak.

Mudofaa qilayotgan jamoa harakatlarining hammasi hujum qilayotganlar harakatiga javob tariqasida bo'lib, raqiblar taktikasining xususiyatlariga qarab uyushtiriladi. Mudofaaning yaxshi uyushtirilgani jamoaga hujum harakatlarini ham muvaffaqiyatli bajarish imkoniyatini beradi.

Himoyaning asosiy maqsadi, raqiblarning darvozaga to'pni aniq otishi imkoniyatini kamaytirishdir. Bunda asosiy vazifalar quyidagilardan iborat bo'ladi:

- 1) qisqa vaqt ichida raqiblardan to'pni olib qo'yish;
- 2) hujumda ishtirok etuvchi guruh o'yinchilari orasidagi o'rnatilgan aloqalarni buzish;
- 3) darvozaga to'p otishlariga qarshilik ko'rsatish;
- 4) o'z darvozasi oldida to'p uchun kurashish va to'p egallangandan so'ng hujumni tashkil qilish;

Himoyada o'ynash usullari xilma-xil bo'lib, asosan darvozani mudofaa qilish, to'pni qo'lga kiritish uchun faol kurashishni nazarda tuting. Himoyadagi o'yin ham hujumdagi singari shaxsiy, guruh va jamoa harakatlaridan iborat.

**Jamoa harakatlari:** Himoyada jamoa harakatlarini tashkil etishda uch tizim: shaxsiy, zonali va aralash himoya tizimlaridan foydalaniladi.

**Shaxsiy himoya:** Bu qo'l to'pi o'yinida asosiy himoya qilish tizimidir. Shaxsiy himoya uch variantdan iborat: butun maydon bo'ylab, maydonning o'ziga qarashli qismida va erkin to'p tashlалash zonasida.

Butun maydon bo'ylab shaxsiy himoya to'pni yo'qotgandan so'ng darhol uni egallash uchun faol kurashishga mo'ljallangan. Himoyachilar oldindan ma'lum yoki o'ziga yaqin turgan o'yinchilarni taqsimlab oladilar va ularning to'p egallash hamda uzatish imkoniyatlarini qiyinlashtirish uchun ulardan ajralmay kuzatadilar. Hujumchilar darvozaga yaqinlashgan sari himoyachilarning faollik darajasi ortadi.

Agar raqib jamoasi o'yinchilari texnik jihatdan bo'sh yoki hujum qilishi sust bo'lsa, o'yin vaqtini ataylab cho'zishsa yoki himoya qiluvchi o'yinchilar son jihatdan ustunlikka ega bo'lsa, u holda butun maydon bo'ylab shaxsiy himoya qilishni qo'llash maqsadga muvofiqdir.

Maydonning o'ziga qarashli qismida himoya harakatlarini bajarar ekan, jamoa o'z darvozasi tomon chekinadi va maydonning o'rta chizig'i yaqinida oldindan taqsimlangan o'yinchilarni tanlab oladi. To'p egallagan o'yinchi zich "devor" bilan pana qilinadi, boshqalarining to'silishi esa

o'yinchi bilan darvoza orasidagi masofaga bog'liq, u darvozabonga qancha yaqin bo'lsa, shuncha zich pana qilinadi.

Hujumchilar harakatini maksimal murakkablashtirish uchun himoyachilar butun maydon bo'ylab yoki erkin to'p tashlash zonasida hamma hujumchilarni zich to'sib tursa, yaxshi natija beradi. To'pni burchakdan o'yinga kiritishda yoki o'yinning oxirgi minutlarida jamoa minimal hisobda yutqazayotgan bo'lsa, pressing qo'llash maqsadga muvofiq bo'ladi.

**Zonali himoya:** Bu tizimda har bir himoyachining harakat qilish zonasi aniqlanadi, ya'ni uning zonasiga kirgan har bir hujumchiga zich panohgoh bo'lishga harakat qiladi.

O'yinchilar himoyaga qaytib kelib, o'zlari tanlagan joylarini egallaydi, so'ng hujumchilarning siljishi va to'pning almashtirilgan joyi tomon harakat qiladi. Hujumchining to'p bilan qilgan har qanday harakatiga shu zonadagi himoyachi javobgardir. Birmuncha xavfli bo'lgan 10-12 m masofadan hujum qiluvchi hujumchiga unga yaqin bo'lgan himoyachi chiqadi, boshqalari esa bo'sh qolgan joyni to'ldirishadi.

O'yinchilarning himoyada joylashishining bir necha variantlari mavjud bo'lib, asosan ularning beshtasi zonada joylashishga harakat qiladilar: burchaklarda, markazda va ikkitasi ularning orasida eng baland bo'yli himoyachilar o'rtada, qolganlari esa birin-ketin burchak tarafga joylashadi. U yoki bu variantni tanlash raqib o'yinchilarning tarkibi va harakat qilishlariga bog'liq. Uzoq masofadan natijali hujum qiladigan jamoaga qarshi ikki chiziq bo'ylab mudofaa tashkil etiladi burchakdagi va chiziq bo'ylab o'ynaydigan o'yinchilar orqali hujum qilinsa, u holda himoyachilarning bir, ikki qator himoya qilish chizig'ida joylashish usuli qo'llaniladi. Keng tarqalgan zonada himoya qilish tizimlari qatoriga 6-0, 5-1, 4-2, 3-3 lar kiradi.

Har bir variant o'zining turiga ega. Shunday qilib, 5-1 oldinga chiqarilgan o'yinchi har xil usulda harakat qilishi mumkin; to'p bilan bo'lgan o'yinchiga hujum qilish, o'pni darvozaga ulotiruvchi o'yinchiga qarshi harakat qilish yoki umumiy hujumdan chetlashtirish maqsadida markazdagi o'yinchining unga qarshi o'ynashi.

Zonali himoyani qo'llashda eng muhimi – darvozaga to'p otishga xalaqit qilish bilan cheklanmay, balki hujumchilarning zonaga kirishiga yo'l qo'ymaslik va ularning erkin to'p uzatish imkoniyatini murakkablashtirishdir. Zonali himoyada o'yinchi har doim harakatdan, egiluvchan va shiddatkor bo'lishi talab etiladi. Uning qudrati shaxsiy himoyaga yaqinlashgan sari ortaveradi. Raqiblarning o'yinchilarni zonali

himoyada joylashtirishning dastlabki holatga qaytarish yoki hamma o'yinchilarni zich panohgohda ushlashni kuchaytirish maqsadida shunday joylashtirishlar qo'llaniladi.

Aralash himoya – bu tizimda shaxsiy va zonali himoyaning ijobiy tomonlari birlashtirilgan. Ikki asosiy tamoyil manfaati alohida o'yinchiga qarshi harakat va zonadagi mudofaani natijali qilishdir.

Bunday himoya quyidagi variantlarga bo'linadi: 5+1, 4+2, 1+4+1. Buning mazmuni shuki, o'yinchilarning bir qismi (birinchi raqam) zonani ushlab turadi, boshqalari esa (ikkinchi raqam) hujumchini shaxsan himoya qiladi.

Variant 5+1 – himoyani tashkil etishda ko'p uchraydigan usuldur. Bunda o'yinchilar 6-0 zonadagiga o'xshab harakat qiladilar, o'yinchilardan biri esa kuchli hujumchiga qarshi shaxsiy himoyada o'ynaydi.

Variant 4+2 bir vaqtda ikki o'yinchining (bombardir va markazdagi yoki yana boshqa o'yinchilar) harakatini bog'lab qo'yish maqsadida qo'llaniladi. Ya'ni ikki mahoratli hujumchiga qarshi shaxsiy himoyada, boshqalari esa chiziq bo'ylab zonada himoya qilish shaklida o'ynaydilar.

Variant 1+4+1- raqiblar jamoasi chiziq bo'ylab o'ynaydigan bo'lsa, shunga qarshi qo'llaniladi va u o'yinchiga himoyachilardan biriga panohgohlik qilish yuklanadi. Hujumni tashkil qiluvchi o'yinchiga qarshi shaxsiy himoya qo'llanilib, boshqa o'yinchilar esa zonada o'ynaydilar.

Himoyada muvaffaqiyatli o'ynash barcha himoya tizimlarini to'la takomillashtirib egallashga va shaxsiy himoyada yaxshi harakat qilishni bilishga asoslangan. Shuning uchun shaxsiy tizimga ustunlik berish kerak. Keyinchalik zona variantlarining birini qo'llash va undan so'ng aralash himoyaga o'tish hujum qilishda raqiblar oldiga murakkab vazifalar qo'yadi.

Guruh harakatlari. Himoyachilarning guruh bo'lib harakat qilishi jamoa o'yinining asosidir. To'siqlarga qarshi harakat qilishda, to'p bilan o'tishga, to'p otishga qarshi kurashda, raqiblar son jihatdan ustunlikka ega bo'lganda shunday harakatlarni qo'llash zarurdir.

Himoyachilar asosan uch holatda harakat qilishga tayyor bo'lishlari kerak: son jihatdan teng bo'lganda (2x2, 3x3 va yana boshqalar), hujumchilar son jihatdan ustunlikka ega bo'lganda (2x1, 3x2 va yana boshqalar).

Son jihatdan teng bo'lish raqiblarning pozitsiyadan hujum qilishida uchraydi; himoyachilar hujumni "straxovka" qilish harakatiga qarshi,

qo'shilish, guruhli to'siq, sirg'anib o'tish va darvozabon bilan o'zaro harakatda qo'llaydilar.

“Straxovka” to'p egallagan hujumchilarga qarshi qo'llaniladi, himoyachilar hujumning xavfliroq bo'lgan tomoniga siljishadi va bo'sh bo'lib qolgan zonani yopishadi. Agar himoyachi to'p bilan bo'lgan o'yinchini to'xtatish uchun chiqsa, u holda uning joyini unga yaqin bo'lgan boshqa himoyachi egallaydi.

**O'tish** – to'siq yordamida harakat qilib yoki aldab o'tib, to'p otish pozitsiyasiga chiqmoqchi bo'lgan hujumchilarni doimo nazorat qilishni nazoratda tutuvchi asosiy usul bo'lib hisoblanadi. U hujumchilarning joy almashishidan iboratdir. Bunday joy almashtirishlar bir marta bo'lishi mumkin, unda panohgohidan qutilgan o'yinchini himoyachilardan biri oladi yoki o'rin almashishda ikki o'yinchi qatnashsa, unda ikki o'zaro harakat qiluvchi himoyachilik vasiylik qiluvchi o'yinchilarini almashtiradi.

To'siq yordamida qutulib, zonaga kirmoqchi bo'lgan o'yinchini zich ushlaganda surkalib kirish qo'llaniladi. Uning kirishiga yo'l qo'ymaslik uchun himoyachi uni yaqin masofada kuzatishi kerak. Buning uchun o'yinchi panohgohlik qiluvchi sherigi to'siq sifatida foydalanishi uchun orqaga chekinadi va harakat qiluvchi himoyachini oldinga o'tkazadi.

Guruh bo'lib to'siq qo'yish to'p otuvchi hujumchiga qarshi hujum qilingan holatlarda ishlatiladi va uni bir-hiriga yaqinlashib, ikki-uch himoyachi amalga oshiradi.

Darvozabon bilan o'zaro harakat to'siq qo'yuvchi himoyachilar bilan darvozabonning kelishib qilgan harakatlardan iboratdir. Bunday holatda o'yinchilar harakati oldindan o'zaro bo'lishilgan vazifa shartini hisobga olib, himoyachi oxirgi pozitsiyani egallaydi. Ko'pincha to'siq qo'yuvchi himoyachilarga darvozaning ularga yaqin burchagini berkitish yuklanadi.

Raqiblar son jihatdan ustunlikka ega bo'lib qolgan holatda himoyachilar avval hujumning rivojlanishini to'xtatishga harakat qilishlari kerak. Ikki himoyachi uch hujumchiga qarshi kurashda quyidagicha ish tutmog'i lozim. Agar to'p burchakdagi hujumchida bo'lsa, unga yaqin himoyachi hujumga o'tadi, boshqasi esa xavfli bo'lgan zonani taxminan darvoza qarshisining markazida egallaydi.

Agar jamoa son jihatdan kamchilikni tashkil qilsa (5x6), u holda himoyachilarning to'p bilan hujum qilayotgan tomonga zichlashishi tufayli qarama-qarshi tomonda bo'sh o'yinchini qoldirishga imkon yaraladi. Demak, himoyada son jihatdan kamchilikni tashkil qilish himoyachilarni to'p yo'nalishi tomon siljishga majbur etadi. O'yin davomida son jihatdan ustunlik holatidan to'g'ri foydalanish zarurdir. Agar jamoada olti

himoyachi besh hujumchiga qarshi o'ynasa, u holda bo'sh qolgan himoyachi markazda darvoza qarshisiga joylashadi va boshqalarni «straxovka» qiladi yoki raqiblardan to'pni olib qo'yishga intiladi.

O'yinning ayrim hollarida to'p bilan bo'lgan o'yinchining ikki himoyachi bilan hujum qilishini qo'llash mumkin.

Individual harakatlar. Individual (shaxsiy) harakat joy tanlash uchun to'p bilan va to'psiz hujumchiga qarshi kurashga mo'ljallangan.

Joy tanlash – himoyada muvaffaqiyatli harakat qilishning muhim holatidir. Hujumning rivojlanishini diqqat bilan kuzatib, to'p egallagan hujumchiga yaqin bo'lish niyatida himoyachi muntazam joy almashtiradi va ayni vaqtda vasiylik qilgan o'yimchisini nazorat qilishda davom etadi. Buning uchun himoyachi maqsadga muvofiq usulda harakat qilishni tanlagani ma'qul.

To'pni olib qo'yish – qarshi hujum muvaffaqiyatining asosidir. Shuning uchun himoyachi hamisha to'pni egallashga harakat qilishi kerak. Buning uchun u darvozani himoya qiluvchi o'yinchilar orasida va shu bilan to'p uzatish imkoniyati bo'lgan chiziq yaqinida joylashishi kerak. Ba'zi hollarda oldinga chiqish va to'p uzatish yo'nalishini to'la berkita olish maqsadga muvofiqdir.

To'p egallashga chiqmoqchi bo'lgan o'yinchining yo'nalishini gavda bilan to'sib, unga xalaqit qilish mumkin. To'p egallagan o'yinchini mo'ljalga olish imkoniyatidan va to'p uzatishga qulay usuldan foydalanishdan mahrum etish, to'pni otishi yoki yerga urib olib yura olmasligi uchun unga hujum qilish zarurdir.

To'p bilan bo'lgan o'yinchini yon chiziq tomon yoki uning kuchsiz qo'li tarafiga siqib chiqarish maqsadga muvofiq bo'ladi. To'p bilan to'xtatgan o'yinchiga darhol uning kuchli qo'li tomonidagi yelkasiga qo'l qo'yib, hujum qilish zarurdir. Hujumchining o'yinchilarni darvozaga yaqinlashtirmasdan, uzoqroq masofaga chiqib kutib olishi ijobiy natija beradi (to'qqiz metrlik chiziq oldida). To'p otuvchi o'yinchiga qarshi himoyachi to'siq qo'yishni ishlatishi shart. Shu bilan birga, qo'shimcha to'siq qo'yishni tashkil etish uchun unga yaqin turgan sherigi yordamga kelishi kerak.

Himoyachi darvoza bilan to'p otayotgan o'yinchining zarba beruvchi qo'li orasiga joylashib, u to'p otayotgan tomondagi darvozaning burchagini to'sadi. Bu darvozaning yaqin va uzoq burchaklari bo'lishi mumkin. To'p, to'siq qo'yuvchining qo'li va darvoza markazi xayolan chiziqlar bilan biriktirilib, o'tmas burchak hosil qilinadi. Burchakning yo'nalishi darvozaning qaysi tarafini himoya qilish kerakligini ko'rsatadi.

Ayniqsa, chalg'itishlardan foydalanadigan o'yinchiga qarshi ehtiyotkorlik bilan harakat qilish kerak. Muayyan sharoitda hujumchiga qaysi harakat qulay bo'lishini oldindan belgilab olish va aldamchi harakatga ahamiyat bermasdan, diqqat e'tiborni asosiy xavf keladigan joyga qaratish kerak. Faqat hujumchining to'p otmoqchi bo'lgan qo'li tarafga siljish maqsadga muvofiqdir.

Agar himoyachi aldamchi harakat qilib hujumchini shoshilinch chora ko'rishga majbur etsa, u holda hujumning yakuni himoyachilar foydasiga hal bo'ladi. Himoyachining vazifasi – hujumchilarni kam foyda keltiradigan harakat qilishga majbur etishdir.

Himoyada o'ynash yo'llari turlicha bo'lib, asosan, darvozani himoya qilish, to'pni qo'lga kiritish uchun kurashish nazarda tutiladi. Himoyadagi o'yin ham hujumdagi kabi shaxsiy, guruhli va jamoa harakatlaridan iboratdir.

Himoyada jamoa harakatlari. Himoyada jamoa harakatlarini tashkil etish uchun bosqichda, ya'ni shaxsiy, zonali va aralash himoyalarda foydalaniladi.

#### **Tayanch iboralar:**

1. To'siq.
2. Chalg'itishlar.
3. To'pni otish.
4. To'pni uzatish.
5. Jamoa harakatlari.
6. Shaxsiy himoya.

#### **O'z-o'zini nazorat qilish uchun savollar:**

1. Taktikaning asosiy vazifasini izohlab bering.
2. Hujum taktikasi tasnifi.
3. Hujum o'yini tizimlarini atab o'ting.
4. Alohida guruh, jamoa harakatlari to'g'risida tushuncha bering.
5. Darvozabon o'yini tasnifi.
6. Himoya taktikasi tasnifi.
7. Himoya turlarini izohlab bering.
8. Himoyada uchraydigan tizimlarni sanab o'ting.
9. O'yinchilarni «zonali» tizimda joylashtirib bering.

### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

1. Sh.Pavlov, F.Abduraxmonov, J.Akramov. «Qo'l to'pi». Darslik. Tosh-2005 y.
2. Sh.Pavlov. «Qo'l to'pi». Darslik. Toshkent, 1990 y.
3. Sh.K.Pavlov. «Qo'l to'pi musobaqalarining qoidalari». Toshkent, 1987 - y.
4. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
5. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
6. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
7. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

### **Bob bo'yicha nazorat savollari:**

1. Gandbol o'yini texnikasining tasniflanishi haqida so'zlab bering.
2. Himoya o'yini texnikasi usullarini sanab bering.
3. Hujum o'yini texnikasi nima?
4. Darvozabon o'yini texnikasi to'g'risida nimalarni bilasiz?
5. Darvozaga to'p otish turlariga ta'rif bering.
6. Aldab o'tish turlarini aytib bering.
7. To'pni ilish va uzatish turlari.
8. Uloqtirish harakati necha bosqichga bo'linadi?

### **Bob bo'yicha adabiyotlar:**

1. Зациорский В.М., Туманян Г.С. Наука и спорт. Спортивная метрология. -М.: Прогресс, 1982.
2. Игнатьева В.Я., Портнов Ю.М. Гандбол, Учебник для физ. вузов. -М.: ФОН, 1996.
3. Павлов Ш.К., Абдурахманов Ф.А. Подготовка гандболистов. - Т.: УзГИФК, 2006.
4. Павлов Ш.К., Азизова Р.И. Гандбол. -Т., 2009.
5. Павлов Ш.К., Акрамов Ж.А., Абдурахлюнов Ф.А. Гандбол. Дарслик. -Т., 2005.
6. "Handball" Training. Werner Grage, 2012.

| MUNDARIJA                                                                   |  | Sah. |
|-----------------------------------------------------------------------------|--|------|
| <b>Kirish</b>                                                               |  | 3    |
| <b>I BOB. FUTBOL</b>                                                        |  | 5    |
| 1.1. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi                 |  | 5    |
| 1.2. O'rta asrda futbol o'yini                                              |  | 10   |
| 1.3. Yangi davrda futbol o'yini                                             |  | 13   |
| 1.5. O'zbekistonda futbolning rivojlanishi                                  |  | 17   |
| 1.6. Futbol o'yini qoidalar                                                 |  | 22   |
| 1.7. Futbol o'yini texnikasi                                                |  | 28   |
| 1.8. Futbol o'yini taktikasi                                                |  | 49   |
| 1.9. Jamoadagi o'yinchilarning majburiyatlari va taktik vazifalari          |  | 52   |
| <b>II BOB. VOLEYBOL</b>                                                     |  | 61   |
| 2.1. Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi               |  | 61   |
| 2.2. O'zbekistonda voleybolning vujudga kelishi va rivojlanish tarixi       |  | 66   |
| 2.3. Musobaqa qoidalar va uni tashkil qilish                                |  | 76   |
| 2.4. O'yinning mohiyati va mazmuni                                          |  | 78   |
| 2.5. Inshootlar va uskunalar                                                |  | 79   |
| 2.6. To'p, to'r va ustunlar                                                 |  | 80   |
| 2.7. Hakamlar va hakamlar qilish                                            |  | 81   |
| 2.8. Musobaqa o'tkazish tizimlari                                           |  | 84   |
| 2.9. Musobaqa o'tkazishning ilmiy-tashkiliy asoslari                        |  | 88   |
| 2.10. O'yin texnikasi                                                       |  | 89   |
| 2.11. O'yin taktikasi                                                       |  | 92   |
| <b>III BOB. BASKETBOL</b>                                                   |  | 100  |
| 3.1. Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi              |  | 100  |
| 3.2. Basketbolning rivojlanish bosqichlari                                  |  | 102  |
| 3.3. O'zbekistonda basketbol o'yinining rivojlanishi                        |  | 103  |
| 3.4. Basketbol o'yini qoidasi va musobaqa tashkil qilish asoslari           |  | 111  |
| 3.5. Sport inshootlarini moddiy-texnik bazalarining hozirgi paytdagi ahvoli |  | 126  |
| 3.6. Basketbol o'yin texnikasining tasnifi                                  |  | 131  |
| 3.7. Basketbol o'yin taktikasining tasnifi                                  |  | 154  |

|                                                                        |  |     |
|------------------------------------------------------------------------|--|-----|
| <b>IV BOB. GANDBOL</b>                                                 |  | 173 |
| 4.1. Qo'l to'pining rivojlanish tarixi va tasnifi                      |  | 173 |
| 4.2. O'zbekistonda qo'l to'p o'yinining rivojlanishi                   |  | 174 |
| 4.3. Qo'l to'p o'yini texnikasining tasnifi                            |  | 177 |
| 4.4. Hujum va himoya texnikasining tasnifi                             |  | 178 |
| 4.5. Himoya o'yini texnikasi                                           |  | 190 |
| 4.6. Qo'l to'pchilarni o'yin texnikasi usullariga o'rgatish metodikasi |  | 197 |
| 4.7. Qo'l to'pida o'yin taktikasi                                      |  | 199 |

Sherali Mustafayev

**SPORT O'YINLARI**  
(O'quv qo'llanma)

|                  |                     |
|------------------|---------------------|
| Muharrir:        | Alisher Muqimov     |
| Mas'ul muharrir: | Adolat Mo'minova    |
| Texnik muharrir: | Juma Shaymatov      |
| Musahhih:        | Gulchehra Rahmatova |
| Sahifalovchi:    | Zulfiya Tursunova   |

Nashriyot litsenziyasi AI № 013. 20.07.2018.

Bosishga 13.09.2024-yilda ruxsat etildi. Bichimi 60x84 1/16. Ofset qog'ozi.  
Times UZ garnitursi. Shartli bosma tabog'i 13,5. Nashr bosma tabog'i 12,5.  
14-sonli shartnoma. 1324-sonli buyurtma. Adadi 150 nusxada. Erkin narxda.

**NASHRIYOT MANZILI:**

"Surxon-nashr" nashriyoti, Termiz shahri,  
"Ayritom" ko'chasi, 25/15-uy  
Tel(+998 55) 451-24-74

**BOSMAXONA MANZILI:**

"Surxon-nashr" MCHJ bosmaxonasida chop etildi.  
Termiz shahri, "Ayritom" ko'chasi, 25/15-uy





**Mustafayev Sherali**  
**Djo'rabayevich** – 1977-yil  
8-dekabrda Surxondaryo  
viloyati Denov tumanida  
tug'ilgan. 1995-1999-yillari  
Termiz davlat universiteti  
Jismoniy madaniyat fakultetida  
tahsil olgan. 2000-2001-yillarda  
Termiz davlat universiteti  
Jismoniy madaniyat fakulteti  
o'qituvchisi, 2001-2021-yillar-  
da Surxondaryo viloyati IIB  
Transportda xavfsizlikni  
ta'minlash boshqarmasi bosh-  
lig'ining birinchi o'rinbosari,

Termiz aeroportida jamoat xavfsizligini ta'minlash bo'linmasi  
boshlig'i lavozimida ishlagan. Hozirgi kunda Termiz davlat  
universitetining pedagogika instituti "Jismoniy madaniyat"  
kafedrası o'qituvchisi.



ISBN:978-6610-9212-4-7



9 789910 921247