

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI

JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI QAYTA TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI SAMARQAND FILIALI



“SPORT O‘YINLARI NAZARIYASI VA USLUBIYATI”

Moduli bo‘yicha 4-amaliy mashg‘ulot

“Jismoniy tarbiya fani o‘qituvchisi” malaka oshirish yo‘nalishining umumiy o‘rta ta’lim maktablari jismoniy tarbiya o‘qituvchilari uchun

O‘qituvchi: IBRAGIMOVA DILBAR MAMATOVNA

4-mavzu. Sport o'yinlari(basketbol, voleybol va gandbol) musobaqa va hakamlik qoidalari

Reja:

- 1.Basketbol musobaqa va hakamlik qoidalari**
 - 2.Voleybol musobaqa va hakamlik qoidalari**
 - 3.Gandbol musobaqa va hakamlik qoidalari**
-

Sport o'yinlari musobaqalari o'quv-mashg'ulot ishlarining asosiy qismini tashkil etadi. U shug'ullanuvchilarning mashg'ulotlarga qiziqishini oshiradi, mamlakatda sport o'yinlarini ommaviy rivojlantirishga yordam beradi. Sho'g'illanuvchi o'yinlarda muntazam qatnashmay turib yuqori natijalarga erisha olmaydi. Musobaqalar qatnashchilarining umuman, jamoaning jismoniy, texnik, taktik va axloqiy-irodaviy tayyorgarligi darajasini aniqlaydi, o'quv-mashg'ulot jarayonining ahvoli va yo'nalishini aniqlash imkonini beradi.

Musobaqa natijalari o'quv-mashg'ulot ishlarini yakunlash vositasi bo'lib xizmat qiladi. Musobaqalar qa'tiylikni, g'alabaga erishish yo'lidagi iroda kuchini, jamoa, tuman, shahar, respublika, qolaversa, mamlakat oldidagi mas'uliyat hissini tarbiyalaydi.

Basketbol sport turidan hakamlar tarkibi

Hakam, stolidagi hakam va komissar. Hakamlar esa katta hakam va hakam xisoblanadi. Agarda qatnashayotgan bo'lsa, ularga stolda o'tirgan hakam va komissar yordam beradi.

XBF strukturasiga mos keladigan qo'shimcha uchta hakam uchun hakamlik sistemasidan foydalanish xuquqi aynan katta hakam va ikkita hakamdan iborat bo'ladi.

XBF o'zlarining musobaqalari uchun 2004-2005 yildan boshlab musobaqalarda uchta hakam bilan hakamlik qilish sistemasi qo'llaniladi.

Follar haqida tushuncha

O'yinchilarning shaxsiy va texnik foli bo'ladi. Ular o'yinchining familiyasini qarshisiga yozib qo'yiladi. Murabbiylarni, murabbiy yordamchisini, zahiradagi o'yinchilarni hamda jamoani kuzatib kelgan vakillar olgan follari murabbiyga yoziladi.

P –bu jamaoning foli to'p o'yinga yon chiziq tashqarisidan kiritiladi

-P₂–ikki ochko keltiriladigan joydan to'pni savatga otilayotganda qayd qilingan fol –ikki marta jarima to'pi tashlanadi

-P₃ –uch ochko keltiriladigan xududdan to'pni savatga otayotgan o'yinchiga qarshi qilingan fol –uch marta jarima to'pi tashlanadi

-P₊–to'p savatga otilayotganda qayd qilingan fol, to'p savatga tushadi, yana bitta jarima to'pi tashlanadi

-P –ataylab qilingan fol

-F'–maydondagi yoki zahiradagi o'yichiga mushtlashgani uchun qayd etilgan fol

Katta hakamning vazifalari va huquqlari:

Katta hakam barcha jihoz va asboblarni tekshirish hamda tasdiqlashi kerak. Shu bilan birga u stol atrofida o'tiradigan hakamlar va ularning yordamchilari tomonidan foydalaniladigan barcha signallarni tekshiradi va tasdiqlaydi. U o'yinning rasmiy soatini tanlaydi va shu soat operatori, shuningdek, kotib va 24 soniya operatori bilan tanishadi.

-**S**—trenerga (jamoaga o'rindig'ida o'tirganlarning biriga) texnik fol qayd etiladi

-**V**—trener ahloq-odob normalariga rioya qilmaganligi, o'zini tuta bilmaganligi uchun qayd etilgan fol

Kotib har bir 10 daqiqalik chorak tuguganda qayd etilgan follarni keyingi chorakda olinishi mumkin bo'ladigan follardan yo'g'on chiziq bilan ajratib qo'yishi shart

O'yinning hisobi quyidagi tarzda yozib boriladi. O'yin jarayonida savatga to'p tushsa, shu to'pni savatga tushirgan o'yinchini raqami, keltirgan ochkoni ko'rsatib turuvchi son oldi (orqasi)ga yozilishi lozim. To'playotgan ochkoni ustiga chiziqcha (/) chizib qo'yiladi. Uch ochko keltirgan o'yinchining raqami aylanaga, xalqaga olib (5, 10) qo'yiladi. Jarima to'pi ochkosini ko'rsatuvchi

•Bahsli to'pni otish quyidagi hollarda ro'y beradi:

•a) bahsli to'p qayd qilingan vaqtda. Agar bunda ikkitadan ortiq o'yinchi qatnashgan bo'lsa, bahsli to'p taxminan bir xil bo'yga ega bo'lgan raqiblar orasida otilishi kerak;

b) agar to'p maydon tashqarisiga chiqib ketsa va oxirgi marta unga ikki raqib baravar tekkan bo'lsa, yoki hakam to'pga oxirgi bo'lib tekkan o'yinchi aniqlashda ikkilansa, yoki hakamlarning fikrlari turlicha bo'lsa, o'yin yaqindagi doirada bahsda qatnashuvchi ikki o'yinchi o'rtasida to'p otish bilan davom ettirilishi kerak;

v) to'p halqa yonida qisilib qolgan paytda o'yinchi har doim jarima to'pini tashlash chizig'i yaqinida ikki raqib o'rtasida bahsli to'p otish bilan davom ettiriladi



Uch soniya qoidasi: To'pni egallab turgan jamoa o'yinchisi raqib zonasining Chegaralangan qismida, ya'ni yon chizig'i va jarima to'pini tashlash chizig'ining tashqi tomonigacha bo'lgan oraliqda qatorasiga uch soniyadan ortiq turib qolmasligi kerak. Uch soniyali cheklanishga to'pni maydon tashqarisidan o'yinga kiritish vaziyatlarida amal qilinadi va vaqt to'pni o'yinga maydon tashqarisida turgan va to'pni nazorat qila boshlagan paytdan boshlab sanaladi

Uch soniyali zonani chegaralab turgan chiziqlar shu zonaning qismi bo'lib hisoblanadi va shu chiziqlarning birini bosib turgan o'yinchi zona ichida turgan bo'lib hisoblanadi. To'p savatga otilganida u havoda bo'lgan paytda, shitga yoki xalqaga urilib qaytayotganida yoki jonsiz holatga o'tganida, uch soniyali cheklanish qo'llanilmaydi, chunki bu paytda to'p hech qaysi bir jamoaning nazorati ostida bo'lmaydi. Zona ichida 3 soniyadan kamroq vaqt turib to'pni savatga tashlash maqsadida uni zonada olib yurgan o'yinchiga qulaylik yaratish mumkin.



Besh soniya qoidasi: To'pni egallab turgan o'yinchi, raqib tomonidan yaqindan ta'qib qilinayotgan o'yinchi to'pni besh soniya ichida uzatmasa, savatga tashlamasa, yumalatmasa yoki maydonda olib yurmasa, qoida buzilishi qayd qilinishi zarur.

Orqa zonaga qaytarilgan to'p: Jamoaning old zonada to'pni nazorat qilayotgan o'yinchisi to'pni o'yinning orqa zonasiga uzatishi mumkin emas yoki o'zi to'p bilan u zonaga kirmasligi kerak

24 soniya qoidasi: Agar o'yinchi maydonda to'p ustidan nazorat o'rnatsa, uning jamoasi 24 soniya ichida savat tomon to'p tashlashi lozim.

8 soniya qoidasi: O'yinchi o'zining zonasidan to'pni o'zi yoki jamoasi sakkiz soniya ichida to'pni old zonasiga albatta o'tkazishi kerak.

Баскетбольный мяч



Размер 7 – 750-780 мм, 567-650 г

Размер 6 – 720-740 мм, 500-540 г

Размер 5 – 690-710 мм, 470-500 г

Размер 3 – 560-580 мм, 300-330 г

О'yin vaqti: О'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 minutlik taymlar beriladi.

- Barcha toifadagi erkaklar musobaqalari uchun to'pning aylanasi kamida **74,9** sm va **78** sm dan ko'p bulmasligi kerak. To'pni og'irligi **567** grammdan to 650 grammgacha bo'ladi.

- 1.2. Barcha ayollar musobaqalari uchun to'pning aylanasi kamida **72,4** sm dan **73,7** sm gacha bo'ladi. To'pni og'irligi **510** grammdan to **567** grammgacha bo'ladi.

Hakamlar va hakamlilik qilish. Har bir uchrashuvni hakamlar tarkibi boshqarib boradi va bu tarkibga: birinchi hakam; ikkinchi hakam; kotib; to‘rtta (yoki ikkita) chiziq 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.

•Ikkinchi hakam vakolatlari.

- Ikkinchi hakam birinchi hakam ro‘parasidagi voleybol
- ustuni ortida birinchi hakamga qaragan holda tik turib joylashadi. U zahiradagi o‘yinchilarni kuzatib turadi; tanaffus olish va o‘yinchilarning almashtirishiga ruxsat beradi; o‘yin oldidan, har bir partiya oldidan o‘yinchilarning maydondagi joylashuvini nazorat qilib turadi.



•Kotib:o‘z faoliyatini birinchi hakam qarama-qarshisidagi ustun ortida (ikkinchi: hakam orqasida) joylashtirilgan stolga o‘tirgan holda olib boradi.

•Agar o‘yinda ikki chiziq hakam ishtirok etsa, ular maydon burchaklaridan 1-2 sm uzoqlikda bir-biriga diognal holatda joylashadilar Ular yon va orqa chiziqlarni o‘z tomonidan nazorat qiladi.

O‘yinchini almashtirish chegarasi.

Har bir bo‘limda jamoaga ko‘pi bilan 6 ta almashtirish huquqi beriladi. Bir vaqtning o‘zida bir yoki bir necha o‘yinchi almashtirilishi mumkin. Dastlabki tarkibda joylashgan o‘yinchi maydonni bir bo‘limda faqat bir marta tark etib, qaytib o‘z o‘rniga kirishi mumkin.

Almashtirilayotgan zahiradagi o‘yinchi har bir partiyada faqat bir marta maydonga tushishi mumkin. U maydonda qolishi yoki yana dastlabki tarkibdagi muvofiq o‘yinchi bilan qayta almashtirilishi mumkin. Aynan shunday almashtirilish 3 ta dastlabki tarkibdagi va 3 ta zahiradagi o‘yinchilar o‘rtasida amalga oshirilishi mumkin.

Istisno tariqasida almash-tirish mumkin.



**Voleybol
musoba-
qasida
ishtirok-
chilar
xulqiga
qo‘yiladi
-gan
talablar**

Voleybol musobaqasida ishtirokchilar xulqi

Ishtirokchilar rasmiy voleybol qoidalarini bilishi va unga rioya qilishlari shart

Ishtirokchilar hakamlar qarorini muhokama etmasdan, unga sportchiga xos munosabatda bo‘lishlari kerak.

Agar hakamni qarorida mantiqiy adolatsizlik ehtimoli bo‘lsa, aniqlik kiritish faqat jamoa sardori orqali amalga oshiriladi

Ishtirokchilar hakamlarning faoliyatiga halaqit bermasliklari lozim, ularning qarorlariga nisbatan raddiya bildirish yoki ularga qo‘pol munosabatda bo‘lish, jamoa xatosini berkitish maqsadida chalg‘ituvchi harakatlar qilish ishtirokchilarga taqiqlanadi

Hayfsan:
kartochkasiz –
og'zaki yoki ishora
bilan

**Tanbeh sariq
kartochka**

**Jazolashda
qo'llaniladigan
kartochkalar**

**Maydondan
chiqarish: qizil
kartochka**

Diskvalifikasiya:
sariq va qizil
kartochkalar
(qo'shib
ko'rsatiladi)

Gandbol musobaqasida hakamlar tarkibi

Har bir o'yinga ikki teng xuquqli hakamlar tayinlanadi. Ularga sekundometrist va kotib yordam beradi. Hakamlar o'yinchilarning musobaqa o'tkazish joyiga kelgandan to ketgunlariga kadar xulqini nazorat qiladi. Uchrashuvdan avval hakamlar o'yin maydoni, darvoza va to'p holatlarini tekshirib, qaysi to'p bilan o'ynashni hal qiladi.

Shuningdek, hakamlar ikki jamoaning formasi qoidaga mosligini tekshiradi. Ular o'yinchi va mas'ul vakillarning son jixatdan zaxira xududida qoida talabiga binoan joylashishini va uchrashuv bayonnomasida jamoaning mas'ul vakili dastxatlari mavjudligini nazorat qiladi. Barcha kamchiliklar darhol bartaraf etilishi lozim.

Sekundometrist va kotib (vaqt belgilovchi hakam, kotib):

Sekundometrist o'yin vaqtini, taym-autni va chetlatilgan o'yinchi jarima vaqtini nazorat qiladi. Shunday qilib kotib asosan o'yinchilar ruyxatini tekshirib, uchrashuv bayonnomasini yurgizadi, o'yinga chiquvchi o'yinchi kech qolib kelgan va o'ynashga xuquqi bo'lmagan o'yinchilarni nazorat qiladi. Jamoa zaxira xududidagi o'yinchi va rasmiy shaxslarning mikdorini o'yinga kirishi va chiqishlarini, shuningdek, birgalikda mas'uliyatlarni taqsimlab nazorat qiladi. Odatda, zaruriyat bo'lganda faqat sekundometrist o'yinni to'xtatishi mumkin.

Taym – aut berilishi shart, agar

a) 2 daqiqaga chiqarilib yoki diskvalifikasiya qilinganda

b) 7 metrli jarima tup belgilanganda

g) o'yinchilar notug'ri almashtirilib yoki maydonga «ortiqcha» o'yinchi kirsa;

d) vaqt belgilovchi hakam yoki texnik vakil xushtak berganda

d) vaqt belgilovchi hakam yoki texnik vakil xushtak berganda;

j) xakamlar uzaro maslahatlashishiga zaruriyat to'g'lsa



O'yindan (2 daqiqaga) chiqarish quyidagi hollarda qullaniladi:

a) o'yinchilar almashishi yoki notugri o'yin maydoniga chikish

b) jazolangan o'yinchi o'yin qoidasini buzishi yana takrorlasa;

v) maydonda yoki maydon tashqarisida o'yinchining sportchiga xos bulmagan xulqi uchun;

g) jamoaning rasmiy shaxslaridan birortasi sportchiga xos bulmagan xulq xolati takrorlansa, shuningdek, birortasi qoidasiga binoan ogoxlantirilgan bulsa;

ye) rakiblar jamoasi erkin tup tashlash xuquqiga ega bulganda tupni joyida qoldirish talablariga rioya qilinmasa



O'yindan xaydashga qaror kilinadi:

Butun o'yin davomida maydonda yoki maydon tashqarisida o'yinchi tomonidan «jismoniy zurlik» qilib xujum qilinsa

Hakamlar taym – aut belgilagandan so'ng o'yindan haydaluvchi aybdor o'yinchiga, yuqorida ikki qo'li kesishgan ishora yordamida ko'rsatiladi, bu holatni kotib (sekundametr) tomonidan qayd etiladi.

O'yindan xaydalish xar doim o'yin vaqtining oxirigacha amal qiladi va jamoa o'yinni, o'yin mobaynida bir o'yinchiga kam bo'lib davom etadi.

O'yindan xaydalgan o'yinchi boshqa o'yinchi bilan almashtirilishi mumkin emas va u darxol o'yin maydonini, shuningdek, zaxira xududini tark etishga majbur. Shundan sung unga jamoa bilan har qanday aloqa qilishi man etiladi.

Hakamlar tomonidan o'yindan xaydash xolati raxbariyatga tushuntirilib, uchrashuv bayonnomasida qayd qiladilar.



A blue ribbon graphic with a central rectangular section containing text. The ribbon is dark blue and has a slight 3D effect with a lighter blue shadow on the top edge. The central section is a darker blue rectangle with rounded corners. The text is white and centered within this section. The background is a light blue gradient with a subtle pattern of curved lines.

**Etiboringiz uchun
rahmat!**