

ОТ СПОРТИ

USLUBIY QO'LLANMA



Toshkent – 2021

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
TURIZM VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO'YICHA
MUTAXASSISLARNI QAYTA TAYYORLASH VA
MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI**

OT SPORTI



Toshkent – 2021

UO‘K 798.2(072)

KBK 75.722

N 52

B.Ne‘matov, S.Nazarov

Ot sporti [Matn] : uslubiy qo‘llanma / B.Ne‘matov, S.Nazarov.

Toshkent : ChP "Umid Design, 2021. - 44 b.

- Tuzuvchilar:**
- B. Ne‘matov “Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati” kafedrası dots.v.b., pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD).
 - S. Nazarov “Sport boshqaruvi” kafedrası dots.v.b.

- Taqrizchilar:**
- A. Talıpdjanov “Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati” kafedrası professori, pedagogika fanlari nomzodi, professor.
 - A. Abdiyev O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti professori, pedagogika fanlari doktori, professor.

Ushbu uslubiy qo‘llanma Jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mutaxassislarni ilmiy-metodik ta‘minlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirish markazi Ilmiy-metodik kengashida muhokama etilgan va nashrga tavsiya etilgan. (2020-yil 29-fevral, 3-sonli bayonnoma).

Annotatsiya

Ushbu ot sportiga oid uslubiy qo'llanmada hukumatimiz tomonidan barcha sport turlari qatori ot sportiga berilayotgan yuksak e'tibor, mamlakatimizda rivojlanayotgan ot sporti tarixi, ot sporti turlari, qonun-qoidalari haqida to'xtalib o'tilgan. Uslubiy qo'llanma ot sporti bilan shug'ullayotgan trener-o'qituvchilar hamda bu sohaga qiziqish bildirayotgan talaba-yoshlarga va o'smirlarga uslubiy yordam sifatida yaratilgan.

Kirish

Mamlakatimizda yilqichilik va ot sportini rivojlantirish, uning moddiy-texnik va ozuqa bazasini mustahkamlash, mazkur soha uchun mutaxassislar tayyorlash va ularning malakasini oshirish, xorijiy davlatlarning ilg'or tajribalarini o'rganish orqali nasldor, sport va xizmat otlarini ko'paytirishga alohida e'tibor qaratilmoqda. Bu borada O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2017-yil 19-iyuldagi "2017 – 2021 yillarda yilqichilik va ot sportini kompleks rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 517-sonli Qaroriga muvofiq, respublikamizda yilqichilik sohasini yanada rivojlantirish, naslli va sport otlarini etishtirish, sport otlarini xalqaro darajadagi ko'rgazmalarda, sport musobaqalarida ishtirok etishini ta'minlash, epizotik barqarorlikni nazorat qilish, shuningdek, naslli va sport otlarini etishtirish masalalari borasida muammolarni bartaraf etish yo'llarini belgilab berdi.

Ot sporti barcha otda yurish turlarini o'z ichiga oladi. Asosiy turlari: aravaga o'rgatish; konkur-ippik (to'siqni yengib o'tish); uchkurash – maneja otda yurish (allyura (otning biror hil yurishi) mashqlari asosida), dala sinovlari (stipl-cheyz, kross, yo'llarda harakatlanish) va to'siqlarni engib o'tish; choptirish; otda ov qilish; voltijirovka (chopqir ot ustida qilinadigan chavondoqlik mashqlari).

Xalqaro ot sporti federatsiyasi tomonidan rasman tan olingan ot sporti turlari: aravaga o'rgatish, konkur, uchkurash, reyning (vestern sport), drayving, voltijirovka bo'yicha musobaqalar o'tkaziladi.

Ot bilan muloqot qilishda, odam uchish istagini anglaydi, ot go'yo uning tabiiy va rivojlangan davomi, kuchaygan sezgi organidir. Shaharliklar tabiat bilan tabiiy aloqadan mahrum bo'lib, uning mohiyatini saqlab qolish usullaridan biri bu ot minish, ot sporti hisoblanadi.

Baland tog'li joylarda va qishloq xo'jaligida yordamchi ishlarni bajarishda otlar asosiy ishchi kuchi hisoblanadi. Ot sporti dunyo miqyosida ommalashib bormoqda. Otlar go'sht va sut olish uchun ham boqiladi. Ularning sutidan shifobaxsh qimiz tayyorlanadi. Otlar qonidan shifobaxsh preparatlar va zardob tayyorlashda foydalaniladi.

Tarixiy taraqqiyoti

Otlar miloddan taxminan 3000 yil avval xonakilashtirilgan. Xonaki otlarning ajdodi bir vaqtlar Yevropa cho'llarida yashab, hozir qirilib ketgan "**Tarpan**" hisoblanadi. Otlar og'ir yuk tortadigan, salt miniladigan, yengil yuk tortadigan (yo'rg'a), go'sht va qimiz uchun urchitiladigan zotlarga bo'linadi. Og'ir yuk tortadigan otlardan **Vladimir** zoti, salt miniladigan otlardan O'zbekistonda etishtirilayotgan **Qorabayir**, Tojikistonning **Laqay** va Turkmanistonning **Axaltaka** zotlarini, yengil yuk tortadigan otlardan **Orlov yo'rg'asi** va **Rus yo'rg'asini** ko'rsatish mumkin.

Ot sporti – otda yurish musobaqasi. Asosiy turlari: ot yo'rttirish; konkur-ippik (to'siqlardan sakrab o'tishning yuksak turi); uch kurash (manejda yurish), dalada sinash (yo'lda yurish, stipl-cheyz, kross) va to'siqlardan sakrash; poyga, otda ov qilish, ot ustida mashq qilish va boshqalar. Miloddan avvalgi 680 yildan boshlab antik Olimpiada o'yinlari dasturiga ot aravalarda musobaqalar kiritilgan edi. Otda yurishning maxsus maktabi XVI asr boshida Italiya, Fransiya, Ispaniya, Avstriyada paydo bo'ldi. O'rta Osiyo, Zakavkaze, Shim. Kavkaz, shuningdek, kazaklar yashaydigan joylar (Don, Kuban, Ural, Terek)da qadim zamonlardan milliy ot o'yinlari rivojlangan. O'zbekiston hududida ot sporti taxminan 3 ming yillik tarixga ega. Uloq (ko'pkari), olomon-poyga, «ag'darish», «qiz quvdi» xalqning ommaviy milliy ot sporti o'yinlari deb hisoblanib kelingan.

Hozir zamon ot sporti 1900 yildan Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilgan. 1953 yildan jahon va Yevropa chempionatlari o'tkaziladi. 1921 yili Xalqaro ot sporti federatsiyasi - FEI tashkil topgan va hozirda 100 ga yaqin mamlakat milliy federatsiyalarini birlashtiradi.

O'zbekistonda ot sportini rivojlanish tarixi

O'zbekiston ot sporti federatsiyasi Xalqaro ot sporti federatsiyasiga 1993 yilda a'zo bo'lgan. XX asrning 30-yillari boshida O'zbekistonda DOSARM (Armiyaga ko'maklashuvchi ko'ngilli jamiyat) tashkil qilingan edi. Unda armiyaning kavaleriya qismlari uchun o'tliqlar tayyorlanardi. 1953 yili DOSARM ot sporti klubi DOSAAF (Armiya, aviatsiya va flotga ko'maklashuvchi ko'ngilli jamiyat) ot sporti klubiga aylantirildi.

Shu yildan o'tkazila boshlagan butunittifoq musobaqalarida o'zbek sport ustalari muvaffaqiyatli qatnashgan. Aleksandr Kiselyov,

Jo'ra Alimov, Vladimir Arafev, Roza Bagautdinovadan iborat jamoa a'zolari DOSAAF mamlakat kubogini qo'lga kiritdilar (1954). 1960 yilgacha ot sporti faqat poytaxt Toshkentdagi yagona sport klubi bazasida rivojlangan bo'lsa, keyingi o'n yil oralig'ida respublikada bir qancha ot sporti klublari va seksiyalari ochildi. Xalqaro toifadagi sport ustasi, O'zbekistonda xizmat ko'rsatgan murabbiy M. Ismoilov, shuningdek, V. Dvoryaninov, A. Abduqodirov, Yu. Kovshov, Iskandar va Ibrohim Yo'ldoshev, V. Petrov, S. Lisitsin, A. Tankovlar olimpiada o'yinlari, jahon va Yevropa chempionatlarida, boshqa xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli ishtirok etdilar. 1990 yilgacha ot sporti bo'yicha O'zbekiston terma jamoasi bu musobaqalarda 50 dan ortiq medalni qo'lga kiritgan.

Mamlakatimizda ot sporti oliy mahorati maktabi, uchta olimpiya zaxiralari maktabi va 5 ta bolalar hamda o'smirlar sport maktablari faoliyat ko'rsatadi. Har yili ot sporti bo'yicha respublika chempionati o'tkaziladi. 1997 yildan O'zbekiston milliy terma jamoasi mustaqil ravishda xalqaro musobaqalarda qatnashmoqda. O'zbekistonliklar jahon kubogi musobaqalarida to'siqlardan sakrash bo'yicha 1-o'rinni egallagan (2003 yil, Bishkek shahri), G'ayrat Nazarov «Kovum» laqabli otida jahon kubogini qo'lga kiriganlar (1998 yil, Olmaota shahri), Sergey Shmelev, Iskandar Yo'ldoshev, Aleksandr Martinov, Anna Lisyak sovrinli o'rinlarni egallaganlar.

"O'zbekim otlari" ot zavodi 1992 yilli tashkil etilgan bo'lib, maydoni 140 gektardan ortiq. Zavod qadimiy ot zotlari, jumladan, Axaltaka tulporlarini ko'paytirish va parvarishlashga ixtisoslashtirilgan. Tarixiy manbalarda keltirilishicha, Axaltaka zotli otlar bundan besh ming yil muqaddam paydo bo'lgan. U Osiyo xalqlarining yozma manbalarida samo tulporlari, arg'umoq, uchqur ayg'irlar, deya ta'riflangan. Toshbitiklar, qoyalarda saqlanib qolgan suratlarning guvohlik berishicha, Axaltaka arg'umoqlari qadimda hozirgi Farg'ona vodiysi, Xorazm viloyati hududlarida uchragan. Ayni paytda mazkur turning katta qismi Turkmaniston hissasiga to'g'ri keladi.

Bugungi kunda "O'zbekim otlari" zavodida 300 ga yaqin ot parvarishlanmoqda. Ular orasida Axaltaka zotidan tashqari, ingliz va arab zotli otlar ham bor.

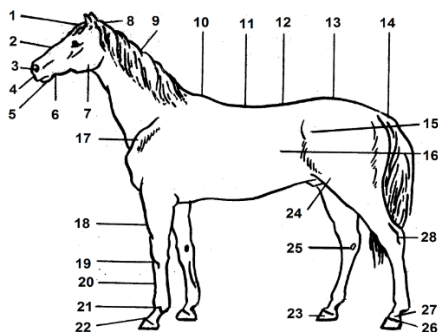
"O'zbekim otlari" zavodida Prezidentimiz Shavkat Mirziyoyevga Turkmaniston Prezidenti Gurbanguli Berdimuhamedov tomonidan

sovg'a qilingan "Do'stxon" laqabli zotdor ot yig'ilganlar e'tiboriga havola etildi.

Ot zavodi hududida zotdor otlarni ko'paytirish, sohada naslchilik ishlarini yaxshilashga qaratilgan istiqbolli loyihalar taqdimoti ham o'tkazildi.

Sport otlarining turlari va fiziologik xususiyatlari

Sport oti — otlar ishtirokida o'tkaziladigan turli ot sporti musobaqalarida qatnashuvchi ot. Sport otlari oilasi toq tuyoqli hayvonlar turkumiga kiradi. Uning tana uzunligi 2,8 m. gacha, balandligi 1,6 m. gacha bo'ladi. Osiyo va Afrikada (Evropada qirib tashlangan) 8 turdagi yovvoyi otlar bor. Prejeval otlari, yovvoyi eshshak, tog' zebrasi, Grevi zebrasi va boshqalar. Xalqaro tabiatni va tabiiy resurslarni asrash ittifoqi Qizil kitobiga kiritilgin. Ot tahminan 5-6 ming yil avval Osiyoda honakilashtirilgan va hozirda 200 dan ortiq zotlari mavjud.



1-rasm. Otning tuzilishi: 1. peshana yoli. 2. burun orqasi. 3. burun teshigi. 4. tepa lab-lunji. 5. pastki lab-lunji. 6. suvluq zanjiri o'tadigan tanglay. 7. pastki jag' qirrasasi. 8. gardan. 9. bo'yin o'rkachi. 10. yag'rin. 11. orqa. 12. bel. 13. sag'ri. 14. dumning ostki qismi. 15. yonbosh. 16. biqin. 17. elka. 18. oldingi oyoqning elkadan tizzagacha bo'lgan qismi. 19. oldingi oyoq tizza bo'g'imi. 20. oldingi oyoq boldiri. 21. tuyoq usti bo'g'in suyagi. 22. tuyoq tepa qirrasasi. 23. tuyoq. 24. chov. 25. tizza. 26. do'mboqcha bo'rtib chiqqan qismi. 27. tuyoq usti bo'g'in suyagining egilgan joyi. 28. hakkalab yurish bo'g'ini.

Ot sportida zotli otlar va Angliya nasldor otlaridan foydalaniladi. Poygalarda yuqori chopqirlikka erishish maqsadida reja asosida o'tkaziladigan tanlovlar yordamida tanlab olingan otlarni zotdor otlar deb ataladi. Angliya nasldor otlaridan otda yurish, kajava va ish kuchi sifatida foydalaniladi. Zotdor otlardan asosan minish va

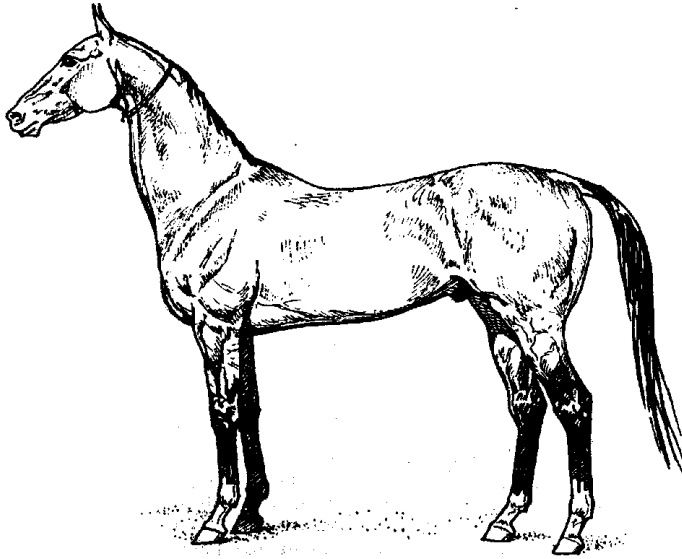
uchkurash musobaqalarida foydalaniladi. Xalqaro uchkurash musobaqalarida zotli otlarni sakrovchanligi, chidamliligi va shu bilan birga chopqirligi asosiy sabab hisoblanadi. 2-rasm.



2-rasm. Angliya nasldor oti

Axaltekin ot zoti eng qadimiy miniladigan otlar zoti. Nesev va to'g'ridan-to'g'ri parfiya otlari bilan chatishgan eng qadimiy antik davrdagi miniladigan otlar zoti. Axaltekin ot zotining vatani Axal vohasining Kopet-Dag shimoliy tog' oldida joylashgan (Turkmaniston hududi), Teke turkman qabilasi yashagan joylar hisoblanadi. Odatda otlar juda katta (yag'rigacha balandligi 155-160 sm), tanasi ingichkaligi, maxsus nafisligi va bejirimligi bilan ajralib turadi.

Ular baland oyoqli, ingichka, ammo kuchli gavda suyaklariga ega. 1935 yilda Ashxobod — Moskva ot poygasida ishtirok etib, 84 kun ichida 4300 km. yo'l bosib o'tgan. Klassik ot sport turlarida muvaffaqiyatli ishtirok etadi. Axaltekin ot zoti ajdodlari eramizdan avvalgi IV-VI asrda arab zotlarining shakllanishida katta rol o'ynagan. Keyinchalik trakenensk, qarabog', don, oryol va boshqa nasldor otlarni ko'paytirishda foydalanilgan (3-rasm).



3-rasm. Axaltekin ot zoti

Otda yurish qoidalari

Otliq guruhlar boshlang'ich saflanishida o'ngdan chapga tomondan belgilangan interval va oraliqda ikki qatorli safga tiziladi.

Ikki qatorli safda ikkinchi qator otliqlar oldingi qator bilan ikki kadam oraliqda turna qator bo'lib tiziladilar. Jipslashgan safda jamoa sardori ko'rsatmasiga binoan ular bir-biri bilan yonma-yon oraliqda joylashadilar.

Bo'linma yoki guruhlardagi otliq; tarkib safi o'ng yoki chap qanot shaklida tiziladi. Agar saf taraflari belgilanmagan bo'lsa o'ng qanotdan belgilanadi. Orqaga kaytishda "Guruh" orqaga tekislan "Olg'a" buyrug'idan keyin 6 qadamdan ko'p bo'lmagan harakat bilan amalga oshiriladi. Chekinish "To'xta" buyrug'idan keyin to'xtatiladi, shundan keyin otliqlar to'g'rilanishi uchun "Tekislan" buyrug'i beriladi.

Bo'linma harakati oldindagi otliq harakatiga ko'ra to'g'rilanadi. Otliq - odatda birinchi seksiya (guruh) jamoa sardori, seksiyada esa (guruh) qism o'rtasidagi chavandoz bo'ladi. Kolonna harakatida esa boshqaruvchi seksiya boshlig'i (guruh) (bosh otliq) bo'ladi.

Guruhni boshqaruvda beriladigan topshiriqlar aniq va ravon berilishi kerak. Otliq tarkib harakati turli yurishlar bilan amalga

oshiriladi. Allyuralar (fransuzcha allure – qadam tashlash, yo'rg'alach, lo'killash yoki chopish) ot harakatining turli ko'rinishi hisoblanadi. Allyuralar quyidagi ko'rinishlarda bo'ladi:

- qadam —1 km. uchun 10 daqiqalik harakat tezligi;
- chopish — 1 km. uchun 5 daqiqalik harakat tezligi;
- yugurish — 1 km. uchun 3 daqiqa 45 soniyali harakat;
- dalada yugurish — 1 km. uchun 2,5 daqiqalik harakat.

Chavandozni otda yurishga o'rgatish uchun otga qulay bo'lgan maydonda (manejda) qadamlab, yo'rg'alatib va choptirib o'rgatiladi.

Harakatlanishdan oldin "Seksiya" yoki guruhga (post) tekislanish uchun o'nga (chapga, o'rtaga) tomonga – "Olg'a" buyrug'i beriladi. "Olg'a" buyrug'idan keyin barcha otliqlar tekislikni saqlagan holda bir vaqtda harakatlana boshlaydilar. Kichik allyuradan kattasiga o'tish ham "Olg'a" buyrug'idan keyin boshlanadi. Katta allyuradan kichik allyuraga o'tishda "Olg'a" buyrug'i berilmaydi, faqatgina allyura aytiladi (orqamdan qadamlab yur va h.k). Katta allyuradan kichigiga o'tish yoki aks holatida jamoa sardorining buyrug'iga ko'ra amalga oshiriladi.

Harakatlanishni to'xtatish esa "Seksiya" yoki guruh (post) – "To'xta" buyrug'idan keyin bo'ladi. Otliqlar ketma-ket katta allyuradan kichigiga, keyin esa qadamlashga o'tadilar va to'xtaydilar. Avvalgi aliyurani kaytadan boshlashda "To'g'riga" buyrug'i beriladi.

To'siqlardan o'tish qism jamoa sardorining o'z ixtiyoriga ko'ra tanlashi bilan amalga oshiriladi. To'siqlardan o'tish uchun ogohlantiriladi. Buyruqdan keyin otliq ko'rsatilgan tomonga qaraydi va to'siqdan o'tadi.

Otda yurishga tayyorlanish va egarlash qoidalari

Otda yurishga tayyorlanish otlarni ko'zdan kechirish va tayyorlash, otliq tarkibni ko'rik va tayyorgarlikdan o'tkazish, otni egarlashni o'z ichiga oladi.

Otlarni ko'rikdan o'tkazish otlarni ishga yaroqliligi, ularning sog'lig'ini tekshirish maqsadida amalga oshiriladi. Har bir otliq o'ziga birlashtirilgan otning xarakter-hususiyatlari, yomon odatlari (tepishi, tishlashi va h.k.) va shikastlangani yoki kasalligini bilishga majbur. Ular bilan muloyim va dadil muomala qilishlari kerak, shu bilan birga diqqatni va ehtiyotkor bo'lishlari talab etiladi, lekin qo'rquvni ko'rsatmaslik kerak bo'ladi. Ot odam yakinlashayotganligini yaxshi

sezadi, o'z egasini taniydi, qoidadagidek u tomonga boshini qayradi. Ot turgan qatorga yaqinlashishdan oldin uni chaqirish kerak, masalan: «Turbina! O'ng tomondan qabul qil (chapdan) otlarga chap tomondan yaqinlashish kerak. Otlarni ko'rikdan o'tkazish ma'lum bir tartibda va ketma-ketlikda amalga oshiriladi. Eng avval boshi orqa tarafi, yag'rini, oyoqlari va chap tomon taqalari ko'zdan kechiriladi, keyin esa shu ketma-ketlikda o'ng taraf ko'rinadi. Otlarning tuyoq va taqalari ko'zdan kechirilayotganda ehtiyot bo'lish talab etiladi, uni laqabi bilan chaqirib, ozroq tanasini erkalab silanadi. Keyin esa otning asosan iflos bo'lgan joylari shetka bilan yaxshilab tozalanadi va xo'l lattcha bilan artiladi, uning kokil, yol va dumlari taraladi.

Shikastlangan va terisi, tuyoqlari kasallangan yoki boshqa kamchiliklari bo'lgan otlar ishdan ozod qilinishlari shart.

Otni egarlashdan avval otga xos asbob-anjomlar tayyorlanadi. Yuganni tekshirishda asosan tizgin, yugan kamar va so'liqning to'g'riligiga e'tibor qaratiladi. Ishdan chiqqan va uzilgan qayishlar almashtiriladi yoki ta'mirlanadi. Yugan qayishlari toza va ishlatishga yaroqli metal qismlari esa yaltirab turishi kerak. Egarni ko'zdan kechirganda uning orqa va oldi qism yuklarning to'g'riligi, mustahkam o'rnatilganligi, egarning old va orqa tomon yoy qismining mahkamligi, shu bilan birga terlikning ter so'rg'ich qopqog'iga to'g'ri bog'langanligiga e'tibor qaratish kerak bo'ladi.

Keyin esa qorinbog' (ayil) tekshiriladi. Bunda ularning arqon bilan to'g'ri mahkamlanganligi va pishiqligiga e'tibor qilinadi. Qorin bog'lar toza, yaroqli va buralmagan bo'lishi kerak.

Egar terligini tekshirish uchun uni ag'darib ko'riladi, terlikning butun yuza qismi yaxshilab tekshiriladi va cho'tka bilan tozalanadi.

Egarlar ikki hil ko'rinishda bo'ladi: o'quv va safarga (yurishga) oid. O'quv egari terlik usti tomi yuksiz, yugansiz bo'ladi. Safar uchun mo'ljallangan egarlarda esa to'la yuk va arqonli yuganli bo'ladi.

Yig'ilgan egar otga chap tomon orqa qismiga shunday joylashtiriladiki, old tomon yoyi yag'rin oldida, old tomon yoy qism halqasi yag'rin o'rtasida joylashishi uchun egarning yungli qismi satriga tomon yaqinlashtiriladi. Bundan keyin esa qorinbog'lar o'rnatiladi.

Egarlangan otni otxona yo'lagidan chiqarayotganda atrofda gilarni "Dikqat, chiqaypman" deb ogohlantirish kerak bo'ladi.

Ot bilan safda turish jamoa sardorining "Tiklan" buyrug'idan keyin amalga oshiriladi. Otlilotni boshini qo'yib yubormasdan tekis tutishi, chap tomonida yuz bo'yin qismi o'rtasiga qarshi turib, o'ng qo'l egik holda ot dahani jilovini tutishi, chap qo'l kaftlari bilan arqon ohirini erkin tutish kerak bo'ladi.

Ot bilan safda turish va harakatlanish.

"Rostlan" buyrug'idan keyin qimirlamasdan safda turiladi "Erkin" buyrug'i berilgandan keyin joyidan qo'zg'almagan holda bemalol turiladi, o'ng va chap oyoq tizzalari bo'sh qo'yiladi. O'ng qo'l tushiriladi, otlarni egilishiga yo'l berilmaydi. Eng muhimi, diqqatni pasaytirmagan holda va gaplashmasdan turiladi.

Otlar bilan safda turganda otliq otning yuzi va bo'yin qismi o'rtasida turadi. O'ng qo'l bilan jilovini tutib, chap qo'l bilan esa arqon ohirini ushlab turiladi. Agar ot "o'ynab" yoki bezovta tursa yuz qismi tomondan ketmay o'ng qo'l bilan boshi ko'tariladi. Har qanday holatda ham otning boshini egishga yo'l qo'ymaslik kerak.

Otga minish chap tomondan amalga oshiriladi. Otga minishdan oldin otni "Tiklan" buyrug'idagi kabi holda tutish kerak. Otga minish uchta usul orqali amalga oshiriladi.

Birinchi usul. O'ng burilib, chap qo'ldagi jilovni ot bo'yniga irg'itib, otliq. oyoqlari otning old tomon oyoqlari darajasiga moslab oldinga tomon yarim qadam tashlanib, jilovni o'ng qo'l bilan to'g'rilab, suliq bilan tizginni engil tirab ushlab, yag'rin old tomoniga panjani qo'yib, chap qo'l kaftlarini esa pastiga tushirib, yollari bilan birga qisib, o'ng tomonga yarim burilib va o'ng qo'l bilan uzangini tutib turiladi.

Ikkinchi usul. Chap oyoqni ko'tarib, oyoqni imkon qadar uzangiga yaxshilab tirab, otni oyoq bilan bezovta qilmasdan o'ng qo'l bilan orqa taraf yoyni ushlab, chap tomon tizzani egarga qattiq tirab, ikkinchi oyoqni erdan ko'tarib, qo'l bilan qattiq tortib chap oyoqni erdan ko'tariladi. Keyin esa gavgdani to'g'ri ushlagan holda, o'ng oyoqni ot sag'risi ustidan to'g'ri o'tkaziladi. Bir vaqtning o'zida o'ng qo'lni orqa tomon yoydan olib, egarning old tomon qismiga tiraladi, keyin esa tizza bilan ot biqinini qisgan holda egarga ravon o'tiriladi.

Uchinchi usul. Yollarni qo'yib yuborib, jilovni ajratib, keyin esa o'ng oyoqni uzangiga qo'yib va ikkala uzangini shunday ushlash kerakki, u oyokning eng keng qismiga joylashishi kerak.

Jilovlarni ajratishda ularni o'ng qo'lda tutish, chap tomon arqonni jimjiloq va nomsiz barmoqlar orasida, o'ng tomondagisini esa chap qo'l ko'rsatkich va o'rta barmoq bilan to'g'irlash va tushirish kerak. Chap qo'l panjalarini o'ng qo'l barmoqlari bilan pastga qaratib musht old taraf yoydan teparoqda ushlagan holda tutiladi. Agar o'ng qo'lda qurol bo'lmasa, jilovni o'rta va nomsiz barmoq bilan ajratgan holda kaftni chap tomon mushtiga qo'yish kerak.

Jilovni burab qo'yimaslik kerak, ichki tarafi otning yuzi tomon qarab turgan bo'lishi kerak.

Zarur paytda chap qo'lni bo'shatish uchun jilovni chap qo'lda qanday turgan bo'lsa o'ng qo'lda ham shunday qoldirish kerak.

Jilov to'g'rilanadi, qisqartiriladi va to'plam holatda uzaytiriladi yoki har biri alohida qilib o'ng qo'lda ko'yib yuboriladi. Ikkala tizginni qisqartirish yoki uzyaytirish uchun birdaniga uchini o'ng qo'lda tutish kerak, chap qo'l bilan esa o'ziga qarshi yoki o'ziga tomon qancha kerak bo'lsa suriladi. Shundan keyin qo'llar oldingi holatga qaytariladi.

Manejda yurish paytida yoki to'siqlardan o'tish uchun o'quv jilovi qabul qilinadi. O'quv jarayoniga oid jilovlarning o'ng tomoni, o'ng qo'l bilan, chap tomoni esa chap qo'l bilan ushlanadi. Jilov jimjiloq va nomsiz barmoq orasida tutiladi, jilov uchi esa kaft bilan tepaga tortiladi va bosh va ko'rsatkich barmoq bilan qisiladi. Mushtlar tik kilib barmoqlar ichkariga qaratilgan holda tutib turiladi. Otlarning dalada chopishi va to'siqlardan o'tishi uchun poygachi otlarga hos jilovi ishlatiladi.

Poygachi otlar jilovi o'quv jilovi kabi ajratiladi, shundan keyin o'ng taraf jilov uchi chap qo'lda tutiladi, chap tomon esa o'ng qo'lda tutiladi.

So'liq va tukli jilovlar safda, o'quv va poygachi otlarga oid jilovlarga bo'linadi.

Saf mundstukli jilovlar so'liq jilovlari orasida joylashishi kerak. Buning uchun chap tomon so'liq jilov chap qo'l jimjilog'i ostida kaft yuqoriga ko'tarilgan holda bo'ladi, o'ng tomon esa xuddi shu qo'l ko'rsatkich va o'rta barmoqlari orasida bo'ladi.

Mundstuk jilovni o'ng qo'lda tutib va chap qo'l nomsiz barmoq bilan uni chap qo'lga o'tkaziladi. Keyin jilovni to'g'rilab, uchini ko'rsatkich va katta barmoqlar orasiga o'tkazib qo'lni musht qilinadi.

Bosh barmoq bilan ushlanadi. Chap qo'l panjalari bilan pastdagisini tutiladi.

O'ng qo'lda qurol bo'lmasa, chap qo'lni shunday ko'yish kerakki, o'ng qo'lning o'rta barmog'i chap tomon jilov juftini ajratib turishi va jimjiloq barmoq esa o'ng tomon jilov juftini ajratib turishi lozim.

O'ng qo'l chap qo'l ustiga ko'yilgan holatda saf jilov turi.

Agar chap qo'lni bo'shatish kerak bo'lsa, xuddi chap qo'l ustida turgandek jilov o'ng qo'lda qoladi, uchi esa chap tomonda o'ng qo'l ko'rsatkich barmog'iga o'tkaziladi, va bosh barmoq bilan qisiladi.

So'liq yoki mundshtukli jilovni to'g'rilash uchun u yoki bu taraf va ba'zan bir vaqtning o'zida ikkala juftni o'ng qo'lga olishga to'g'ri keladi, chap tomon esa jilovni o'ziga tomon tortadi; shundan keyin jilov uchini o'ng qo'ldan chiqarib va ikkala qo'lning oldingi holatiga o'tiladi.

O'quv jilovi turida mundshtuk jilovni o'ng qo'lda tutib va chap qo'lga o'tkaziladi, chap qo'l jimjiloq barmog'i bilan ajratiladi. Jilov uchini esa kaft orqali ko'rsatkich barmoqqa o'tkaziladi, keyin o'ng qo'l bilan chap tomon so'liq jilovi tutiladi, uni chap qo'l ko'rsatkich barmog'i ustiga qo'yib, yuqorisini bosh barmoq bilan bosib, chap qo'lni musht bilan qisiladi.

Ot o'rgatadigan joylarda otni jilovlarda mundshtuk jilovni chap qo'lda tutiladi va jimjiloq barmoq bilan ajratiladi. Chap tomon barmoqlar tirnoqlar bilan pastga qarab ushlaydi. So'liq jilovni esa o'ng qo'lda tutib, ko'rsatkich barmoq bilan uni ajratiladi, barmoqlar tirnoqlar bilan pastga qarab ushlaydi. Poygachi otlarni jilovda jilovni chap tomon juftini chap qo'lda tutiladi (mundshtukli va so'liqli). Jimjiloq barmoq bilan shunday ajratiladiki, chap tomon so'liq jilov kaft bo'ylab jimjiloq barmoq orqali bosh barmoqqa o'tadi. O'ng qo'l bilan o'ng tomon jilov jufti bir xil tutiladi. O'ng tomon jilov jufti chap qo'lda tutiladi, chap tomon oxiri esa o'ng tomonda tutiladi.

Jilovlarni ko'rsatilgan usullarda ajratish uchun buyruq beriladi: «Saf jilovi», «O'quv jilovi», «Manej jilovi», «Sakrash jilovi». Agar buyruq bo'yicha jilovlar aytilmasa u holda ular saf jilov bo'yicha ajratiladi. Otdan tushish 3 turdagi usuldan so'ng chap tomondan amalga oshiriladi.

Birinchi usul. Jilovni chap qo'lga berib, yag'irni oldi tarafi yolini ushlab, o'ng qo'lni old tomon yoli ustiga qo'yiladi va o'ng oyoqni uzangidan chiqarib olinadi.

Ikkinci usul. Ikkala qo'lni suyab, chap oyoqda sal ko'tarilib, o'ng oyoqni cho'zib ot sag'risi orqali o'tkazib, o'ng oyoqni chap oyoqqa qo'yib, o'ng qo'l bilan orqa taraf yoyi ushlanadi va erga o'ng oyoqda ravon tushiladi. Shundan keyin esa chap oyoqni uzangidan chiqarib olinadi, chap oyoqni o'ng oyoqqa taqab turib, o'ng qo'l tushiriladi.

Uchinchi usul. Ot yollarini chiqarib chap qo'ldan jilovni bo'shatmagan holda chap tomonga qarab qadam tashlanadi va o'ng qo'lni ot bo'ynidan tushirib, chapga buriladi va safga turiladi.

Otga o'ng tomondan minishga to'g'ri kelganda quyidagi buyruq beriladi: «O'ng tomondan o'tir», o'ng tomondan tushishda esa «O'ng tomondan tush».

Otga o'ng tomondan minish va o'ng tomondan tushishda otga chap tomondan minish va tushish qoidalariga muvofiq ishlab chiqiladi.

Otliq gavdasi uch qismga bo'linadi: gavdaning beldan yuqori qismi; shlyuss – otliq ikkala oyog'ining sondan tizzaga qadar bo'lgan ichki tarafi; shenkel – oyoqning tizzadan tovongacha bo'lgan ichki tomoni.

Egarga ishonch bilan chuqur mahkam va qimirlamasdan o'rnashish, otning butun harakatlarini his qila olish uchun egarning o'rtasida o'tirish kerak.

Gavdaning tepa qismini tortmasdan tik ushlab turish, yelkalarni kerib, erkin va tekis tushiriladi. Oldinga qaragan holda boshni to'g'ri va erkin tutish. Qo'llar bukilgan, pastga erkin tushirilgan bo'lishi va o'ngga mahkam qisilgan bo'lmasligi kerak.

Egarga to'g'ri o'tirishda otliq oyog'i egarga mahkam yopishgan bo'ladi, sonlar pastga qaragan va ozroq oldinga o'ynalgan, tizzalar egarga mahkam va qimirlamasdan yopishgan, boldir pastga tushirilgan va ozroq orqaga tortilgan, ichki tarafi bilan ot biqiniga mahkam yopishib turadi. Uzangi oyoqqa yengil tayangan bo'lib, oyoqning keng qismida tutib turiladi.

Bu holatda otliqning egarda yurish vaqtida charchoqni kamaytirish imkonini beruvchi egiluvchan, mahkam va erkin o'tirishi taminlanadi. Uzoq muddatli yurishlarda o'zini va ot kuchini

saqlashga, shu bilan birga otni aniq boshqarish va qurollardan ishonch bilan foydalana olishga yordam beradi.

Otga minishdan avval uzangini shunday o'rnatish kerakki, uzangi tasmasi uzunligi uzangi bilan birgalikda otliqning uzatilgan qo'li bilan teng tursin yoki bo'lmasa erkin uzatilgan oyoq uzangining pastki qismi shpora bilan teng turishi lozim.

«Rostlan» buyrug'idan keyin jilovni tanlab, otni shepkelidan ushlab va to'g'ri minishga o'tiladi.

"Erkin" buyrug'ida esa shepkelni bo'shatib, jilov yumshatiladi, bunda ot bo'ynini erkin cho'za olishiga imkon beriladi, lekin ot o'rnidan jilishiga yo'l qo'yilmaydi. Eng muhimi, diqqatni susaytirmaslik va gaplashmaslik kerak bo'ladi.

"To'g'rilaning" buyrug'ida safdagi o'z joyidan ketmagan holda qurol-yarog' va kiyim boshlar tartibga keltiriladi. Bu holatda sekin gaplashish, zarur hollarda esa bevosita boshliq ruxsati bilan safdan chiqish mumkin.

Jilov, otliq gavdasining sal egilishi va shenkel otni boshqarish vositalari bo'lib xizmat qiladi. By vositalarning birlashishi otni mohirlik bilan boshqarish imkonini beradi.

Otliq jilov bilan ot gavdasining oldingi qismi, ya'ni boshi va bo'yni joylashgan qismini boshqaradi, o'ng tomonga yurishi kerakliginn ko'rsatadi, ot qadamini sekinlashtiradi yoki harakatni to'xtatadi.

Jilov hech qachon egarni mustahkam o'rnatishga hizmat kilmaydi. Ot o'rgatish joylaridagi mashg'ulotlar paytida jilovlarning ta'siri ichki va tashqi bo'ladi. Bunda otning chapga, o'ngga burilishida tashqi jilov ijobiy o'rin egallaydi.

To'g'ri yo'nalishda harakatlanilganda jilovdan aniq va to'g'ri foydalanish kerak. Ichki jilov qayrilish va burilishlarda otning harakatini kerakli tomonga burish uchun foydalaniladi. Tashqi jilov esa otning harakatini o'zgartirishga yo'l qo'yilmaydi.

Jilovni qisman yig'ib olish uchun qo'l panjalarini siqib olish kifoya. Agar jilovning ko'proq qismi yig'iladigan bo'lsa, otliq gavdasini o'zgartirmagan holda bir vaqtning o'zida qo'l panjasi va tirsagi bilan yig'ib olishiga to'g'ri keladi. Jilovni yana o'z holiga qaytarish esa qarshi holatda amalga oshiriladi.

Shenkel ot biqinida bo'lib, ot tanasining orqa qismini boshqarish va uni oldinga harakatlanishga hizmat qiladi. Agar ikkala oyoq bilan otning bikiniga bir vaqtning o'zida bir xil kuch berilsa u holda shenkel

faoliyati bir maromda bo'ladi. Agar bittasida kuch oshirib yuborilsa u holda shenkel harakati bir hil bo'lmaydi.

O'ng (chap) tomon shenkeli bosilganda ot tanasining orqa qismi chap (o'ng) tomonga tashlanadi va karshi tomopdagi shenkel to'g'rilab turiladi va harakat to'xtatiladi.

Shenkel qisilishi tepki kerakli darajada og'riqli buyrug'ini bajarishga yetarli bo'lmasa, u holda shenkelni yanada kattiqroq bosishga (niqtashga) to'g'ri keladi. Bunda ham otlar itoat qilmasa ularga hato tariqasida shenkel harakati shpor bilan kuchaytiriladi.

Otliqning egilgan gavdasi tana og'irligi markaziga o'tadi va ot muvozatini saqlashga ta'sir etadi. Harakatlanishga va harakat boshlanayotganligi haqida ogohlantiradi. Otlarni bu kabi qulay vaziyatda tutib turish o'zini tutishdagi xatoliklarini yo'qotishga yordam beradi; oldinga tomon harakatlanishga tayyorgarlik ko'radi.

Otlik gavdasini oldinga, orqaga, o'ngga yoki chapga minganda otga u yoki bu qaratishni amalga oshirishga yordam berish uchun jilov va shenkel harakati kuchaytiriladi.

Otlik gavdasi oldinga tomon egilganda gavda og'irlik markazi oldinga tushadi va ot tanasi orqa qismining ishlashini osonlashtiradi (masalan, tik qiyaliklarni bosib o'tishda); orqa tarafga egilishda esa aksincha, ot tanasining old qismi bilan ushlab osonlashadi (masalan, tik qiyalikdan tushishda). Qayrilish tomonga qarab egilish esa ot muvozanatini saqlashga yordam beradi va qayrilishlarni osonlashtiradi.

Otlik har doim tanasini qaysi tomonga egmasligi lozimligini esda tutishi va quymuchini egardan uzmasligi lozim. Gavdani old tomonga qarata ekkanda tizzaga tirash kuchayadi, yon tomonga egilganda esa tana og'irligi quymuch suyagiga o'tadi.

Yakka yurishlar. Manejdagi yurish vaqtida qisqartirilgan chopish harakati uchun "Qiska chopishga yurilsin", qisqa sakrab chopshida esa «Maneja sakrab chopishga Yurilsin» buyrug'i beriladi. Chopishni tezlashtirish uchun «Chopishni tezlatishga Yurilsin» buyrug'i, chopishini sekinlashtirishga esa «Sekinlash» buyrug'i beriladi. Yurishga "Yurilsin» buyrug'i beriladi. O'kuv yoki engillanirilgan yo'rg'a yurishlar ko'rsatilmagan holda «Chonishga yurilsin» buyrug'idap keyin otliq har doim engillashtirilgan yo'rg'a yurishga o'tiladi.

Otlarni harakatlantirish uchun oldin jilovlarni yig'ish kerak bo'ladi, "Tekislan" buyrug'idan keyin "yig'iladi". «Ip» otning har qanday tarafga qo'lay harakat qilishini ta'minlovchi holatdir.

Otlar orqa oyoqlarining gavda qismida turish va boshi bo'ynini sal ko'tarilib, ensa tomonga qaytishidir. Otlar gavdasini beldan salgina oldinga tashlaydi, ikkala shenkel bosimi kuchaytiriladi va jilov asta yig'iladi.

Otda yurish – ot minishning oliy maktabi. Bu chavandoz namoyish etishi kerak bo'lgan sport turi: otning barcha yurish joylarida har xil stavkalarda to'g'ri va samarali harakatlarni bajarish qobiliyati qisqartirilgan yurishdan tortib to kengaytirilgan yurishgacha, bir yurishdan boshqasiga silliq va ritmik o'tish, to'g'ri pozitsiya, orqaga chekinish (orqaga harakat), maxsus mashg'ulotlar bilan ishlab chiqilgan lateral burmalar, murakkab harakatlar (pirouetlar, oyoqlarini kanterda 4-1 tezlikda o'zgartirish, o'tish, piaf).

Ot sport o'yinlari

Ko'pkari – markaziy Osiyo (kozoq, qirg'iz, tojik, o'zbek va qoraqalpoq) xalqlarining milliy ot sport o'yini. Ko'pkari "Bo'ri" degan ma'noni anglatadi. Qadimda ko'chmanchilar o'yin ashyosi sifatida jangchini olganlar, ular eng abjir otlarida uni quvlaganlar. Keyinchalik jangchi o'rniga uloq tanasi almashtirilgan (4-rasm). Maqsad – uloq tanasini erdan ko'tarib o'z darvozasiga olib borish. O'yin qoidasi – o'yinda har birida besh kishidan (1 ta zahirada) iborat ikkita jamoa ishtirok etadi. O'yin maydoni – uzunligi 400-500 m. va kengligi 20-30 m. (odatda tribunali otchopar inshootining ot choptirish yo'lkasida). Maydon yon tarafiga darvoza vazifasini bajaruvchi ikkita bayroq o'rnatiladi. O'yin boshlanishidan oldin uloq tanasini qo'yish uchun maydon markaziga diametri 3 m. aylana chiziladi. Hakam ishorasi bilan jamoalar markaziy aylana chizig'idan 10 m. masofaga chetga chiqib, bir qator saflanishlari kerak. O'yin 15 daqiqa davom etadi. Agar durang holati kuzatilsa yana 15 daqiqa qo'shib beriladi. O'yin qoidasi buzilgan taqdirda, uloqchi (uloq tanasini olgan chavandoz) yon chiziq hakami tomonidan aut belgilanadi va o'yin qoidasi buzilgan joyning qarshisidan o'yin qaytatdan boshlanadi. Intizomsizlik qilgan, o'yin qoidasini buzgan chavandoz yon hakam tomonidan 5 daqiqaga o'yindan chetlashtiriladi (almashtirish mumkin emas).



4-rasm. Ko'pkari

Ot polosi – sportchilar ot ustida yog'och to'qmoq (bita) bilan to'pni darvozaga yoki xalqaga tashlashni amalga oshiradigan jamoaviy o'yin (5-rasm). O'yinda ikkita jamoa to'rtadan o'yinchi (1 ta darvozabon, 3 ta hujumchi va himoyachi) ishtirok etadi. O'yin 8 davrdan iborat (har bir davr 7,5 daqiqa). O'yin maydoni uzunligi 275 m., kengligi 150 m., darvoza kengligi 7 m. Yog'och to'qmoq uzunligi 1,10 m., to'p diametri 8 sm., otlar balandligi 1,48 m. dan oshmasligi kerak. Hindistondan 1889 yilda Yevropaga kirib kelgan. 1908, 1920, 1924 va 1936 yillarda ot polosi musobaqalari Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilgan.



5-rasm

Sane - ot sport o'yini. Markaziy Osiyoda taraqqiy etgan. Sane o'yini chavandozdan ot egarida mustahkam turishni, katta jismoniy kuch va otni mohirona boshqarish bilan birga, epchillikni talab etadi. Musobaqalar jamoaviy va shaxsiy o'tkazilishi mumkin. Musobaqalarda 18 yoshdan kichik bo'lmagan chavandozlar ishtirok etadilar. Vazn toifalari: engil vazn toifasi 65 kg. gacha; o'rta vazn toifasi 80 kg. gacha; og'ir vazn toifasi 80 kg. va undan yuqori. Otlar tezkor, abjir, ko'rkam, mustahkam, mahkam oyoqlarga ega bo'lishi kerak.

Syur-papax (otliqlar basketboli) – ot sport o'yini. Ozarbayjonda keng taraqqiy etgan. Chavandozdan epchillik, tezkorlik va otni usta omonlik bilan boshqarishni, aniqlik va katta dovyuraklik talab etadi. O'yin uzunligi 300-400 m. ot choptirish yo'lkasida o'tkaziladi. Maydonning boshi va ohiriga 3 m. ustunga diametri 50 sm. halqa mahkamlanadi. Ustun atrofiga 5 m. jarima chizig'i o'tkaziladi (ichiga yana bitta 1,5 m.).

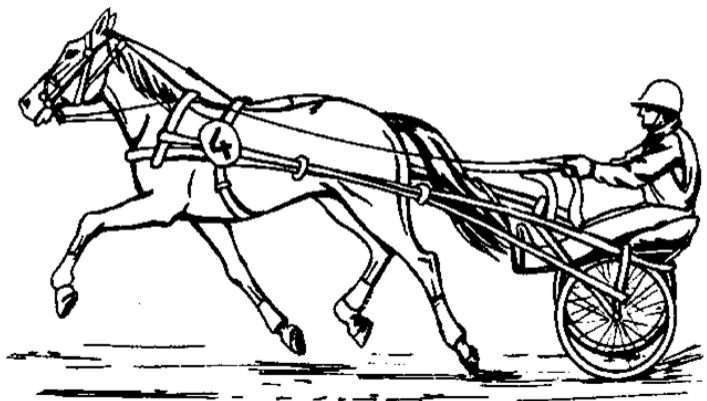
Xorsbol – otda regbi va basketbol o'yini texnika elementlaridan tashkil topgan, otda o'ynaladigan jamoaviy o'yin. 1970 yili fransiyalik Jan-Pol Dyupon tomonidan kashf etilgan. Xorsbol o'yini 65×25 m. maydonda 6×6 ikki jamoa o'rtasida o'tkaziladi. Maqsad – raqib savatiga ko'proq to'p tushurish. Maydon ikki tomonida yerdan balandligi 3,5 m. ustunga diam. 1 m. basketbol savatiga o'xshash savat o'rnatiladi. To'p – futbol to'piga o'xshash. O'yin 10 daqiqadan 2 taym (orasida 3 daqiqa tanaffus beriladi) davom etadi. O'yin uchun

162 sm. dan baland bo'lmagan, nasldor, chopqir va abjir otlar tanlab olinadi. 1977 yili xorsbol rasmiy o'yin qoidalari ishlab chiqildi. 1978 yili Fransiyada birinchi chempionati va 1992 yili birinchi Yevropa chempionati o'tkazilgan.

Chavandozlik – ot sporti turlaridan biri, chopqir ot ustida har xil murakkab mashqlarni bajarish va qilich o'ynatish. Kavkaz, O'rta Osiyo, Qozog'iston xalqlarida keng tarqalgan milliy ot sporti o'yini.

Chavg'on (ozarbayjon Zovqan) – ot ustida ichi egri tayoq bilan to'pni urib o'ynaladigan Ozarbayjon jamoaviy ot sport o'yini. Jamoaviy o'yin sifatida eramizdan avval birinchi ming yillikning o'rtalarida paydo bo'lgan. Avval Ozarbayjon, O'rta Osiyo, Eron, Iroq, Turkiya va shularga yaqin mamlakatlarda ommalashgan. Birinchi chavg'on musobaqasi taxminan eramizdan avval 600 yili turkman va persiyaliklar o'rtasida o'tkazilganligi tarixiy manbalardan ma'lum. Birinchi chavg'on o'yini bo'yicha xalqaro musobaqalar XII asrda Bog'dodda o'tkazilgan. Hindistondan 1889 yilda Yevropaga kirib kelgan va ot polo o'yini nomi bilan ommalashgan.

Yo'rtib chopadigan otlar sinovi – ot sporti turi, ot aravaga qo'shilgan, bir xil yoshdagi otlarning bitta masofaga chopishi, shu bilan birga otning chopqirligiga qarab o'rnatilgan masofada olinadigan sinovlar nazarda tutilgan. Ot aravada asosan mohir chavandoz sportchilar mashg'ul bo'ladilar (6-rasm.). Birinchi ot va ikki g'ildirakli ot aravalarda kimo'zarga chopish poygalari XVII a.da Buyuk Britaniyada o'tkazilgan (zotli otlarda). Yo'rtib chopadigan otlar sinovilarida faqat yo'rtoqi otlar zoti ishtirok etadi. Masalan, orlov yo'rtoqilari, ingliz-norman zotli yo'rtoqi otlari, amerika yo'rtoqi otlari va boshqalar.



6-rasm. Yo'rtib chopadigan otlar

Ot amunitsiyalari

Amunitsiya polyakcha “amunicja”, lotincha “munitio” - mustahkamlash, jihozlash degan ma’nonlarni anglatadi. Ot amunitsiyasi – abzallash, egarlash va otlarning yuk ortish jihozlari.

Ot egari - otlarga xos bo'lgan eng asosiy anjom hisoblanadi. Ot minishga va xizmat vazifalarini bajarishga, ustiga orilgan yukning teng miqdorda tanasiga taqsimlanishiga qulaylik yaratadi (chavandoz vazni, orilgan yuk). Chavandoz egar og'irligi butun yuki bilan 39-42 kg. ni tashkil etadi. Minish uchun mo'ljallangan quyidagi ot egarlari mavjud:

- chavandozlar otiga o'rnatiladigan egar;
- chavandozlik egarlari;
- sportga oid egarlar.

Egar-jabduq – ot va boshqa hayvonlarni boshqarish hamda ishlarda (yuk egari, bo'ktargi, arava, qishloq xo'jalik qurollari) ular kuchidan foydalanish uchun moslama. Bir ot qo'shiladigan do'g'adi egar-jabduq xomut, do'g'a, tirqish yostiqchali qorinbog', tirqish, bel va ko'krigidan aylantirib bog'laydigan tasma, jungan va tizgindan tashkil topgan.

Egar o'zining tuzilishi, qurilishi, qo'llanishi va minish uslubidan qat'iy nazar bir necha qismdan iborat bo'lib, bular:

jugan - otni boshqarish uchun;

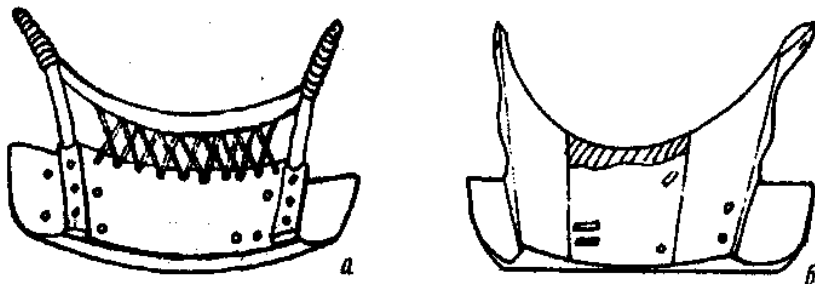
egar - chavandoz va yukni tashish uchun;

egar uchun mo'ljallangan qo'shimcha anjomlar;

xashak uchun arqon, xashak uchun setka-to'rva, ot to'rva xaltasi, sug'orish charm chelagi, tikish anjomlari uchun qopcha, taqalash uchun ishlatiladigan anjomlar.

Ot egari ot tanasini g'ashini keltirmaydigan va teri qoplamiga shikast yetkazmaydigan, ot ishiga qiyinchilik tug'dirmaydigan, xarakatini bog'lamaydigan, nafas olishi va qon aylanishini qiyinlashtirmaydigan gigiena talablariga javob berishi lozim.

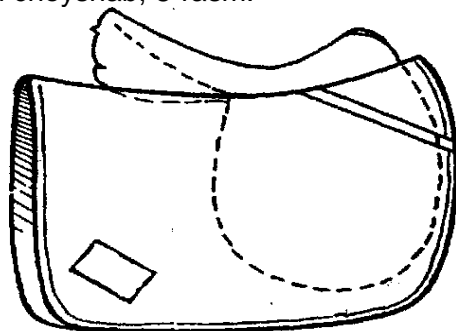
Archak – ensiz (qirqilgan) taxtachalar - qadimgi kazaklar egarining asosi. Ba'zida uni egarining qoshi po'latdan iborat (7-rasm).



7-rasm. Kazaklar egaraga archak

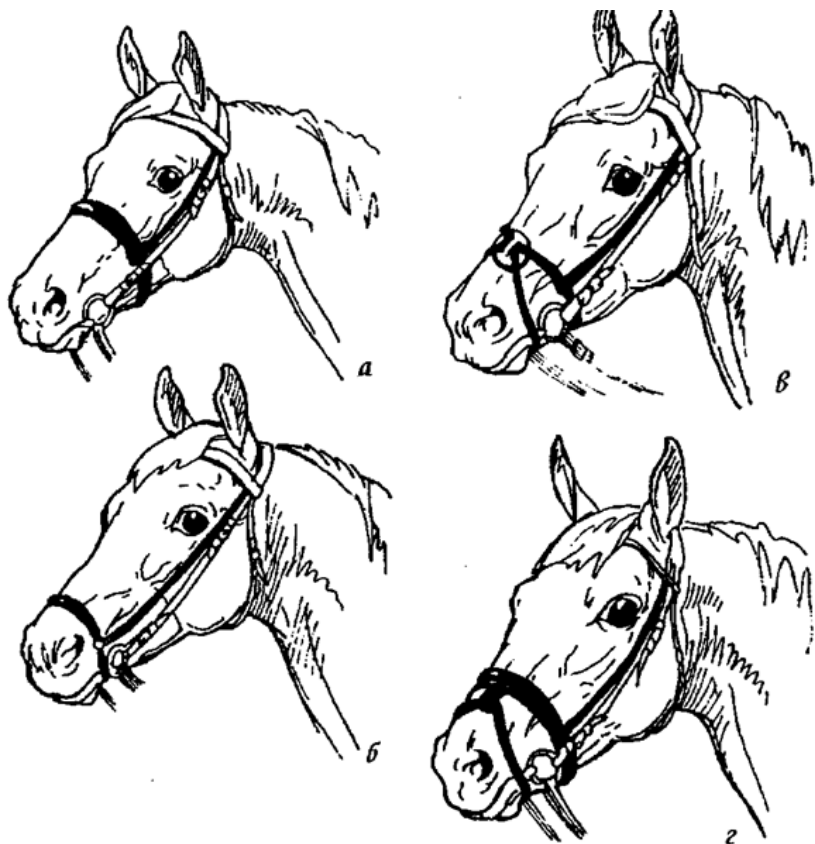
a - po'latdan tayyorlangan egar qoshi. b - yog'ochdan tayyorlangan egar qoshi

Valtrap (italyancha qualdrappa) - otning egar ostiga yopiladigan movut yoki baxmal choyshab, 8-rasm.



8-rasm. Valtrap

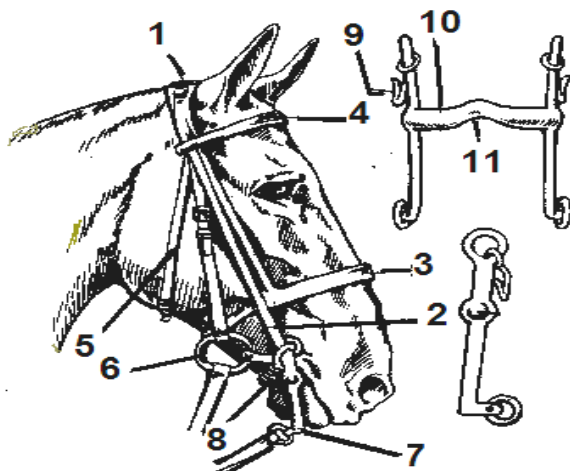
Kapsyul - otlarning og'zini keng ochishiga yo'l qo'ymaydigan vosita. Otlarni tarbiya qilish, uni boshqarishni osonlashtiradi. Yo'rtoqi va salt otlarni minish uchun majmua yugarlar kiritilgan. Kuchli tortadigan otlar uchun burni kichik tugunlari bo'lgan qattiq arqonli kapsyuldan foydalaniladi (9-rasm).



9-rasm. Kapsullar. a- oddiy; b – gannovercha; v-meksikacha; g- irlandcha.

No'xta - otni jabduqda ushlab turish (chumbur yordamida) va otxonadan olib chiqish uchun mo'ljallangan bitsiz jilov, barqaror ishlatiladigan buyum.

Mundshtuk (nemischa Mundstuck) – otda yurishda suvlugqa qo'shimcha qo'llanadigan, yuganning ot og'zidagi temir qismi (10-rasm). Temir suvluq ikkiga bukilgan shoxdan iborat, ular esa bir-biri bilan bevosita yoki halqalar yordamida bog'lanib turadi. Shoxning uchida ikkita uzuk mavjud bo'lib, chakka jilovi va bosh tasmasi biriktirilgan. Uzuklar po'latdan yasalgan, otning og'iz qismiga zarar yetkazmasligi uchun egovlangan bo'ladi. Zanglamasligi uchun nikellanadi.



10 - rasm. Mundshtukli yugan: 1 – gardan tasmasi; 2 – lunjabog' tasmasi; 3 – qanshar; 4 – peshanabog'; 5 – iyak tasmasi; 6 – Trenzel'; 7 – mundshtuk; 8 – mundshtuk zanjirchasi; 9 – mundshtuk zanjiri qayrilma qozig'i; 10 – suvliq; 11 – do'g'acha.

Ot bog'laydigan qoziq - otxona tashqarisida otni bog'lab qo'yish uchun erga qazib o'rnatilgan ustunlarga gorizontol o'rnatilgan yog'och to'sin yoki ustun. Har bir ot boshiga balandligi 100-120 sm, uzunligi 150 sm bo'ladi.

Bosh tasmasi - jugan arqonli nuxta, boshqaruv jilovi va temirso'likdan iborat. No'xta quyidagi tasmalardan iborat. Bosh tasmasi, chakka tasmasi, peshona tasmasi, daxan (baqbaqa) tasmasi, tumshuq tasmasi va arqon.

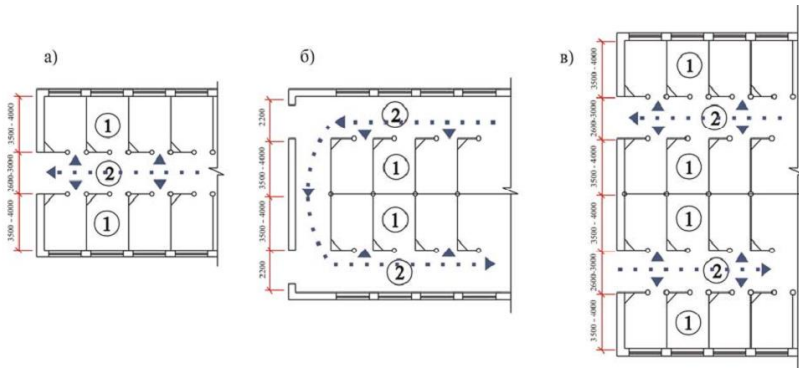
Ot sporti inshootlari

Ot sporti turli xil ot sporti inshootlarini talab qiladi. Bular otxona, ot sporti arenalari, ot sporti markazlari, ippodromlardan tashkil topgan. Odatda, ularning barchasi ham hajmli, ham tekis elementlarni o'z ichiga oladi. Yopiq maydonchadan tashqari, sport zali, suzish suv havzasi, jismoniy tarbiya va sog'lomlashtirish, sog'liqni tiklash, mashg'ulotlar olib borish uchun binolar, oq otish maydonchasi, bilyard xonasi, kafe, bar va restoranni o'z ichiga olishi mumkin. Yordamchi inshootlarga odatda veterinariya va omborxonalar, sportchilar kiyinish xonalari, ma'muriy va maishiy binolar bilan jihozlangan otxonalar kiradi. Binolarning tarkibi bino darajasiga bog'liq. Ot sporti ob'ektlari tarkibiga tomoshabinlar uchun stendlar, ularning shakli va imkoniyatlari mahalliy sharoitga qarab belgilanadi.

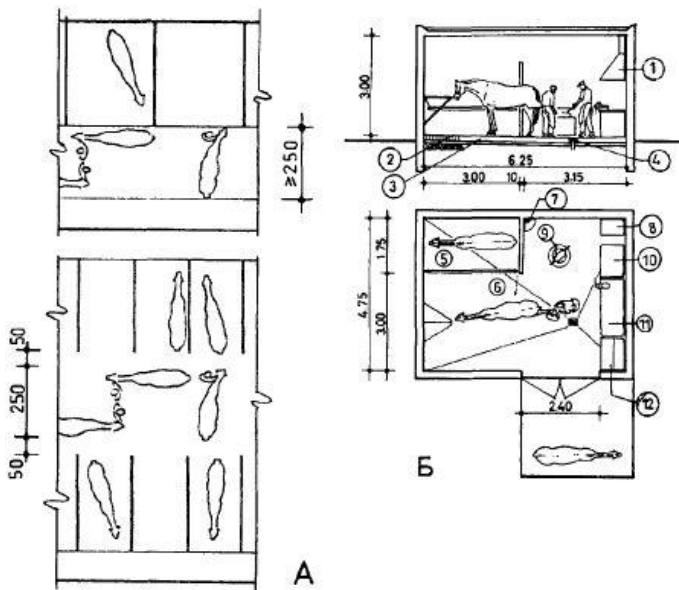
Otxona – otlarni saqlashda asosiy vazifani bajaradigan joy. Otxona qurilma inshooti, shamollatish va tozaligi otlarni saqlash maxsus qoidalariga javob berishi kerak. Otlar uchun asosan yaxshi yoritilganlik va toza xavo o'zini yaxshi xis etishiga ta'sir ko'rsatadi. Otlarni doimo yaxshi parvarish qilish ular sog'ligini va ish qobiliyatini saqlab turadi. Undan tashqari to'g'ri parvarish qilish, otlarga yaxshi muomalada bo'lish va otda yurish qoidalariga javob berish ham kiradi. Otni kunlik yem-xashak miqdori (ratsion) taxminan qirqilgan somon aralashmasiga qo'shilgan 5 kg. suli va tarkiban shuncha hajmdagi pichandan tashkil topadi. Otni kuniga 3 marta boqiladi (ertalab, kunduzi va kech qurun).

Ot sport manеji ot o'rgatiladigan yoki chavandozlar va otliq askarlar mashq o'tkazadigan maxsus usti ochiq yoki yopiq joy. Odatda 20×40 m. yoki 20×60 m. (minimal 10×20 m.) o'lchamdagi to'rtburchak ko'rinishda bo'ladi (11-rasm).

Sport otlari odatda bir qavatli, to'rtburchak shaklidagi otxonada saqlanadi. Otxonalar ichki koridorga yoki to'g'ridan-to'g'ri tashqariga (janubiy viloyatlarda va vaqtinchalik otxonalarda) chiqish imkoniyatiga ega har biri alohida bo'lma, katak bilan jihozlangan bo'ladi. Otxonalardagi og'ullarning joylashuvi har xil bo'lishi mumkin. Odatda, ikki qatorli tashqi devorlar bo'ylab bitta yoki ikkita markaziy koridor bilan o'tkaziladi. Ba'zan to'rt qatorli (ketma-ket 15 og'uldan ko'p bo'lmagan) (12-rasm).



11-rasm. Og'ullar joylashgan joyga ko'ra otxonalarning ichki joylashuvi sxemalari: a) binoning tashqi bo'ylama devorlari yonida ikki qatorli og'ullarning joylashuvi; b) binoning o'rtasida joylashgan ikki qatorli og'ullarning joylashuvi; v) ko'p qatorli og'ullarning joylashuvi; 1 - og'ullar; 2 – o'tish joyi.



12-rasm. A-otxona og'uliga bir va ikki qator joylash. B- temirchilik xonasi. 1. Tutun tortgich. 2. 2% li qiyalik. 3. Yog'och qoplama. 4. Iflos suyuqliklarni ketkazish uchun tuynuk. 5. Otni kutish joyi. 6. Ochiladigan to'sin. 7. Bet-qo'l yuvgich. 8. Tigl. 9. Sandon. 10. Toshko'mir uchun quti. 11. Ishlash maydoni. 12. Taqalarni saqlash uchun javon.

Otchopar yunononcha “hippodromos – hippos” - ot va “dromos” - yugurish, yugurish uchun joy degan ma’nomani anglatadi. Ot sporti bo’yicha musobaqalar yo’rtoqi (рысистый) va poygachi otlarni sinovdan o’tkazish uchun kompleks inshoot; ularni tashkillashtiruvchi tashkilot. Zamonaviy tipdagi otchopar inshootlari Qadimgi Yunon otchoparlaridan andoza olingan. Yo’laklarining uzunligi odatda 2000 – 3000 m. Asosiy yo’lak gudron sindirilgan qora tuproq bilan qoplanadi (yo’rtoqi va poygachi otlarni sinovdan o’tkazish va mashq yurishlari uchun). Shu bilan birga, xaydalgan erli, yog’och-tahta qoplamali (ot minish) ham bo’ladi. Yugurish yo’lkasi burilishlari tashqi tomondan 12-15° ga sal ko’tarilgan bo’ladi. Otchopar maydonida har xil xizmat ko’rsatish binolari: otxona, temirchilik, ko’chma veterinariya, yechinish honalari mavjud. Otchoparda ba’zan kross bo’yicha yengil atletika musobaqalari ham o’tkaziladi. Zamonaviy tipdagi quyidagi: Leksington (AQSh), Nyu-Market, Epsomsk (Buyuk Britaniya), Vensensk, Lonshan (Fransiya), Pardubisk (Chexoslovakiya), Madrid (Ispaniya), Moskva (Rossiya Federatsiyasi) kabi otchoparlar ma’lum va mashhur.

Mamlakatimizda “Toshkent otchopari” ot sporti bo’yicha respublika va Xalqaro miqyosdagi musobaqalar, turli marosimlar o’tkaziladigan, uluq chopiladigan, otlar bilan mashqlar olib boriladigan sport inshooti hisoblanadi. Toshkentda rasmiy ot sporti musobaqalari dastlab XX asr boshlarida o’tkazilgan. 1976 yilda respublikada eng yirik otchopar – Toshkentda qurilgan (1976 yilgacha otchopar Toshkent shahrining Qo’yliq mavzesi yaqinida bo’lgan). Toshkent otchopari Uchtepa tumani hududida, maydoni 70 ga, me’morlar: R.U.Asanov, E.I.Gusarovalar tomonidan loyihalashtirilgan. Toshkent otchoparida chavandozlik, ot poygasi, ot choptirish, yugurtirish, otlarni sinash va sovutish, mashq qildirish maydonlari, to’siqli yo’laklar, veterinariya lazareti (kasalxona), karantin honalari, hovuz va boshqalar bor. Toshkent otchoparida musobaqalar, poygalar o’tkazilib turiladi, ot sportiga doir mashqlar bajariladi va boshqa marosimlar uyushtiriladi (13-rasm).



13-rasm. Toshkent otchopari

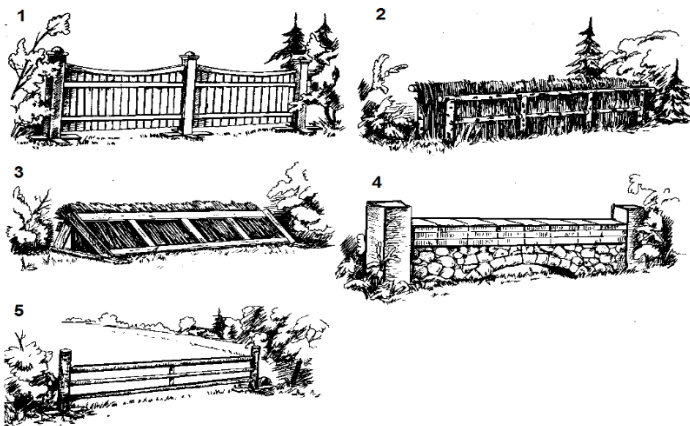
Ot sporti to'siq turlari

Ot sportida to'siqlar quyidagicha bo'ladi:

baland va tik ko'tarilgan masalan, xodachalardan qurilgan g'ovlar, toshdan qilingan devorlar, panjarasimon to'siqlar va boshqalar;

baland, keng statsionatlar, okserlar va boshqalar;

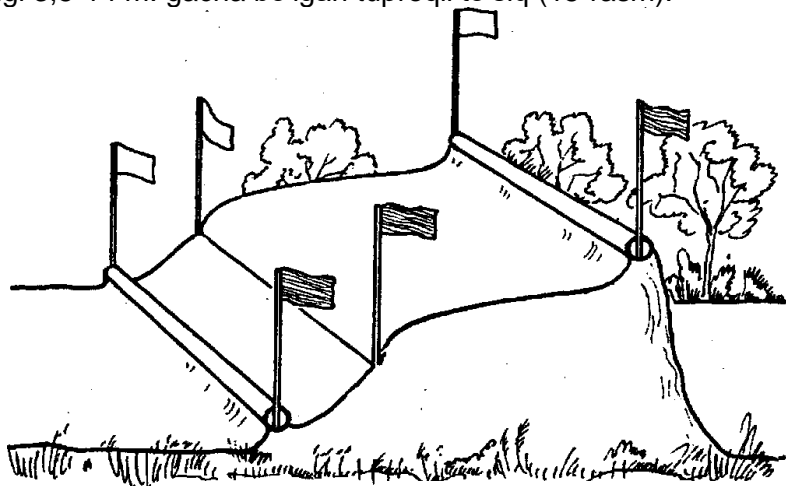
keng zovurlar. 2 yoki 3 aloxida to'siqdan iborat, otlar undan 1 yoki 2 sur'atda oshib o'tiladigan to'siqlar tizimli deb yuritiladi (14-Rasm).



14-rasm. To'siqlar: 1 – g'ov; 2 – juft hodalar (okser); 3 – qiya bo'ta g'ov; 4 – devor; 5 – xodachalardan qo'rilgan g'ov.

Amsterdam eshikchasi – ot sportida to'siq turi. Birinchi marta 1928 yil Amsterdamda bo'lib o'tgan Olimpiada o'yinlarida qo'llanilgan.

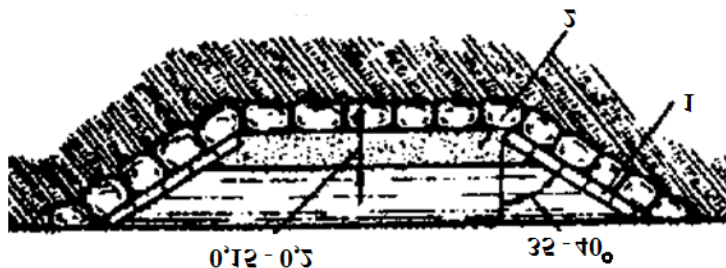
Banket - tuproq devor. Ot sakrab o'tishi kerak bo'lgan sun'iy to'siq. Uning balandligi 175 sm gacha, kengligi 350-450 sm va uzunligi 3,5-14 m. gacha bo'lgan tuproqli to'siq (15-rasm).



15-rasm. Banket

Palisad - qoziqdevor, to'siq. Taxtadan yasalgan devor ko'rinishidagi vertikal to'siq. Birin-ketin joylashtirilgan ikkita Palisadlar yuqori qismining to'siq hosil qiladi.

Suv to'ldirilgan hovuz – uzunligi 9 m., eni 3 m. va chuqurligi 1 m. suv to'ldirilgan to'g'ri burchakli chuqurcha shaklidagi to'siq (16-rasm).



16-rasm. Suv to'ldirilgan hovuz: 1 – tekis taxta. 2 – qum.

Otlarni tibbiy ko'rikdan o'tkazishni tashkillashtirish

Otlarni tibbiy ko'rikdan o'tkazish natijalari tayyorgarlikning turli bosqichlarida yakka tartibda rejalarni tuzish va amalga oshirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Sportchi otlarining jarohatlanishiga olib keladigan asosiy omillarga quyidagilar kiradi:

- ularga qarash, parvarish qilish va boqishdagi kamchiliklar;
- otning uskunalari, jihozlari va anjomlari sifatining pastligi;
- otlarga taqaning yomon qoqilganligi;
- shifokor-veterinariya nazorati va sog'liqni tiklash tadbirlarini

tashkillashtirishdagi kamchiliklar.

Ot yuklamadan keyin kuch yig'ib, tez tiklanishiga yordam beradigan toza havoga ega, pollari tekis, quruq va yorug' otxonada joylashtirilishi kerak.

Sport otlarida oqsil, vitamin va tuz yetishmasligi paydo bo'ladi, ishtaha yomonlashadi, bu esa ularning ishchanligini kamaytiradi va tiklanish jarayonlarining sekinlashuviga olib keladi. Bu davrda ular yaxshi ovqatlanishi uchun beriladigan ozuqaning ta'm sifati katta ahamiyatga ega. Ular ozuqasining vitaminlarga boy bo'lishiga o'tlar, sabzi va boshqa sabzavotlar ko'rinishidagi tabiiy vitaminlar bilan birga kompleks sintetik vitaminli preparatlar qo'shib berish orqali erishiladi. Otlar ish qobiliyatining tiklanishiga ular ozuqasining natriy, fosfor, kalsiy tuzlari bilan boyitilishi, shuningdek, taomnomasiga maxsus oqsilli-vitaminli mineral konsentratlar qo'shilishi samarali ta'sir ko'rsatadi.

Otlarning mashg'ulot ishchanligini tiklash samaradorligini oshirish maqsadida ulardagi modda almashinuvi yaxshilanishi va organizmining funksional imkoniyatlari oshishiga yordam beruvchi farmakologik vositalar (metiluratsil, glyutamin kislotasi, eleuterokokk, kislorod)dan kengroq foydalanish zarur.

Otlar ish qobiliyatini tiklashni rag'batlantiruvchi fizioterapevtik usullarga ularni yuvish, ustidan suv quyib davolash, dushlar va cho'miltirishlar, tuyoqlari uchun sovitish-isitish vositalari, issiq-nam o'rashlarni qo'llash kiradi.

Mushaklar ishini tiklash va charchoqni olish uchun uqalash samarali vosita hisoblanadi. Tiklovchi massajlar yukalama bajarilganidan so'ng 3 – 5 soat o'tib qilinadi, bunda silash, malham surtish, uqalash, silkitish harakatlari qo'llaniladi. Bunday uqalash,

tiklash jarayonlarini tezlashtiribgina qolmay, balki otni keyingi mashg'ulotga tayyorlaydi ham. Uqalash qo'l bilan va maxsus apparatlar yordamida (vibratsion uqalash, gidromassaj, pnevmomassaj va ultratovushli uqalash) amalga oshiriladi.

Veterinar shifokor o'zining har kunlik ishi davomida otlar to'g'ri boqilishi va tutib turilishi, parvarish predmetlari va anjomlari holati, otxonalar holati, em-xashak saqlanishi va sifati, tuyoqlar o'z vaqtida taqalanishi va tozalanishi ustidan nazoratni olib borishi shart. Veterinar shifokor trenerlar va sportchilar uchun otlar anatomiyasi va fiziologiyasi asoslari, turli kasalliklarni erta tashxislash va birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha muntazam ravishda mashg'ulotlar o'tkazadi va maslahatlar beradi. U shuningdek veterinariya ustaviga binoan profilaktik emlashlar, tashxis tadqiqotlari, degelmintizatsiya va boshqa davolash-profilaktika, karantin va epizootiyaga qarshi tadbirlarni amalga oshiradi.

Sportchi otlarining asosiy kasalliklariga tendenitlar, tendovaginitlar, desmoiditlar (paylar va qinlar, yuzaki, chuqur va uchinchi suyaklararo muskullar yallig'lanishi), shuningdek, artritlar va paraartritlar kiradi. Odatda, birinchi navbatda, o'tgan mavsumda olingan va davolanmagan surunkali jarohatlar zo'rayadi.

Kasallikdan oldin odatda paylarning surunkali charchashi yuz beradi. Kasallikning birinchi klinik belgilari – ko'tarilgan tuyoqlardagi paylarni paypaslaganda og'riqning paydo bo'lishidir. Bu davrda payda vizual hech qanday o'zgarishlar kuzatilmaydi, oqsoqlanish ham bo'lmaydi. Biroq agar ot katta yuklamalar bajarsa, u holda tez orada shikastlangan pay sohasida yoyilgan shish va oqsoqlanish yuzaga keladi. Bu kasalliklarning oldini olish maqsadida manejdan mashg'ulot ishiga o'tganda va jadal yuklamalar paytida paylar har kuni paypaslab ko'rilishi hamda kasallik ilk alomatlari paydo bo'lgan bo'lsa, mashqlar to'xtatilishi va davo chorasi ko'rilishi kerak.

3-5 yoshdagi otlarda keng tarqalgan yana bir kasallik – ossifikatsiyalanadigan periostitdir. Bu kasallikdan ko'pincha old tuyoqlar aziyat chekadi. Bu kasallik suyak pardaning paylar panja, oyoq kafti va grifel suyaklar orasidagi paylar biriktirilgan joyidagi yallig'lanish jarayonidan boshlanadi. 6 — 7 yoshga kelib otning bu suyaklari bitta bo'lib qo'shib, bu yoshda kasallik kamroq uchraydi. Kasallik alomatlari: yallig'lanish joyida yoyilgan og'riqli shish, ba'zan oqsoqlanish paydo bo'ladi. Ko'p hollarda kaft orqasining ichki

tarafida yuzaga keladigan yoyilgan shish aniqlangan zahoti, otni 7-10 kunga xizmatlardan ozod etish va davo chorasini ko'rish zarur. Agar bu jarayon yangi bo'lsa, u holda yallig'lanish jarayonini to'xtatish uchun shuncha muddat davomida 4 — 6 soatdan uch-to'rtta isituvchi kompress qo'yish kifoya qiladi. Sog'ayganidan keyin ot bilan mashg'ulotlarni oz-ozdan boshlash kerak. Agar ot mashg'ulotlardan ozod etilmasa, davolanish yordam bermaydi va suyak parda tez o'sib, kattalashib ketadi. Bu kasallikda ot dastlab har doim oqsoqlanadi. Agar suyak parda o'sishdan to'xtasa, buni barmoq bilan bosganda og'riq bo'lmasligi va ot oqsoqlanmasligidan bilish mumkin. Kasallik qaytalanishining oldini olish maqsadida mashg'ulotlar paytida bu joyni tasodifiy lat eyishlardan asrash (paralon yostiqlik nagavkalar taqish) lozim. Oqsoqlanishga sabab bo'lmaydigan eski suyak pardalarni kuydirmagan ma'qul. Agar ot oqsoqlansa, u holda 4 foizli novokain bilan o'tkazuvchi-tashxisli blokada qilib, 30-40 daqiqa davomida 15 foizli sulema spirtli eritmasini singdirib surtish lozim. Hidrokartizon, deksametazon suyak pardasini yo'qotmaydi, balki uning yallig'lanishini bartaraf etib, o'sishdan to'xtatadi.

Sport otlari, shuningdek, ko'pincha miozitar, miolgiya, nevrallgiya, miopatozlar kabi mushak kasalliklaridan ham aziyat chekadi. Kasallik sabablariga haddan ziyod yuklamalar, lat eyishlar, shamollashlar va ozuqaning sifatsizligi kiradi. Kasallik oqsoqlanish yoki harakatlarning cheklanganligi bilan birga kechadi. Bel mushaklari kasalliklarida otlarni paypaslaganda og'riq paydo bo'lib, sportchi o'tirganda belini bukib oladi. Kasallikning ilk alomatlari paydo bo'lganda kasallik surunkali shaklga o'tib ketmasligi uchun iloji boricha tezroq tashxis qo'yib, davoni boshlash kerak. Medikamentoz vositalar bilan birga og'riqli mushaklarga issiq tuzli yopiq, gorchichnik qo'yish, uqalash, otni iliq yopiq ostida ushlab foydali. Jabrlangan mushaklarga kortikosteroidlar bilan birga yuboriladigan 1-2 foizli novokain eritmalari, mushaklarga iliq yopiq ostida flyuidlarni singdirib surish kasallikning ilk bosqichida yaxshi natijalar beradi.

Mushak kasalliklarining oldini olish uchun yuklamalarni (mashg'ulotlar) sekinlik bilan oshirib borish, muntazam ravishda tiklash muolajalarini qilib borish (flyuidlar bilan uqalash, otlarni

sovitish, chiniqtirish), sovuq havoda mashqlardan keyin otlar ustini 4-6 soatga iliq yopinchiq (papon) bilan yopish lozim.

Sifatsiz anjom va yomon tozalash sababli otlardagi bel va yag'rin og'riqlari oxirigacha yo'qolmagan. Bu sabablar bartaraf etilmasa, yiringlashlar, shilinishlar va furunkulyoz surunkali tus oladi.

Ot tuyoqlari kasalliklari ayniqsa -ko'p noxushliklarga sabab bo'ladi. Malakali taqachilar hozirda juda kamaygan. Otlarni trener-instruktorlar yoki taqachilarning o'zi taqalaydilar. Veterinar shifokorlar ularga taqa qoqib otlarga shikast etkazishning oldini olish uchun tuyoq anatomiyasini o'rganishga yordam berishlari kerak. Bunday shikast etkazilganda qoqilgan mixni darhol sug'urib, hosil bo'lgan teshikka yod yoki qatron quyib, albatta bu haqda veterinarga xabar berish kerak. Tuyoqda infeksiya rivojlanishining oldini olish uchun intraarterial (volyar, plantar yoki barmoq arteriyaga) yohud mushaklarga antibiotiklar in'eksiyasini amalga oshirish maqbul. Oqsoqlik paydo bo'lgan taqdirda mix kanali bo'yicha tuyoq ostini ochib, 5 foizli kreolinli vanna qilish, so'ng teshikni tamponlab qo'yish kerak.

Tuyoqlarning ko'p uchraydigan boshqa kasalligi tuyoq osti yiringli pododermatiti hisoblanadi. Kasallik sabablariga tuyoq osti teshilishlari, tuyoqlarni o'z vaqtida tozalamaslik va taqamaslik, yomon parvarish kiradi. Ko'p darajada bu kasallikka taomnomada mineral tuzlar va mikroelementlar etishmasligi hisoblanadi. Natijada tuyoq oq chizig'i yumshaydi va u orqali tuyoq terisi asosiga yiringlatuvchi bakteriyalar kiradi.

Tashxis tuyoqni sinov qisqichi bilan ezib ko'rish orqali qo'yiladi. Yiring joyini bosganda ot og'riq sezadi. Tuyoqdagi og'riqli jarayonni shuningdek barmoq arteriyalarining sog'lom tuyoqqa nisbatan to'libroq turishiga qarab ham aniqlasa bo'ladi. Yiringli pododermatitda tezroq absessni ochib, so'ng uch kun davomida kreolinli vannalar qilish kerak. Sog'ayish 3-4 kun o'tib yuz beradi, shundan so'ng otni yangidan taqalash kerak. Agar kasallik o'tkazib yuborilsa, shox boshmog'i (tuyog'i) bitib ketmasligi, natijada ot uzoq muddatga yaroqsiz holatga kelib qolishi mumkin.

Kasallikning oldini olish uchun muntazam ravishda, bir oyda kamida bir marta tuyoqlarni tozalab turish, qayta taqalashni esa, taqa ishdan chiqqan-chiqmaganligidan qat'i nazar, har bir yarim - ikki oyda amalga oshirish kerak. Tuyoq shoxi darz ketishi va qurib

qolishining oldini olish maqsadida tuyoqlarni ishdan keyin yuvish va haftada 2-3 marta ularga surtma surish kerak. Sport otlar taomnomasini oqsil, vitamin, mineral qo'shimchalar bilan boyitish juda muhim. Oqsillar, vitaminlar va mikroelementlar etishmovchiligi ularning umumiy ish qobiliyatiga, tayanch-harakat apparati mustahkamligiga salbiy ta'sir ko'rsatadi.

Otlarga xizmat ko'rsatuvchi xodimlarning e'tiborsiz munosabati tufayli otlar ko'pgina turli xil maishiy jarohatlarga uchraydi.

Hatto o'limgacha olib keluvchi og'ir jarohatlarning katta qismini otlar ularni transportda tashish paytida oladilar. Otlar shamollaydi, ichi sanchib og'riydi, jarohatlanadi. Yo'lda otlarni elvizakdan, tasodifiy lat yeyishlardan asrash, ratsional ovqatlantirish, obdan sug'orish kerak. Tuyoqlarining pastki qismlarini paxta kiyim bilan himoyalash zarur. Mashg'ulotda otlarini sportchilarning o'zlari kuzatib borishlari va asrashlari maqsadga muvofiq.

Jarohatlarning oldini olish uchun ot bilan ishlash jarayonida va mashg'ulotlarda ishlatiladigan ish maydonlari, trassa va to'siqlarning holatini bilish zarur. Ba'zan trassani bilmaslik elish paytida otlar botqoqlik, ariqlarga tushishiga, ariqlarni kesib o'tishda tuyoqlarining lat eyishiga olib keladi. Mashg'ulotlar trassasini puxtalik bilan o'rganish, boshqa predmetlardan tozalash zarur.

Bayon etilgan materialda mashg'ulotda orttiriladigan jarohatlar va kasalliklarning to'liq ro'yxati keltirilmagan. Ulardan xalos bo'lish uchun o'z otini chindan sevish, veterinariya nazorati talablariga qat'iy rioya qilish, o'z kasbiy mahoratini muntazam oshirib borish kerak.

Sport otini tiklash vositalari:

Har kuni 15-30 daqiqa davomida, imkoni bo'lganda bir kunda ikki marta otni sovitish.

Jadal xizmatlar paytida muntazam uqalash — qo'lda, vibro, ultratovushli uqalash.

Suv muolajalari — ustidan suv quyish, iliq dush. Yoz mavsumida — cho'milish, sharoitlar yo'l qo'ysa — har kuni cho'miltirish.

Issiq-nam o'rashlar va oq loydan applikatsiyalar (paylar va tuyoqlar sohasi) — ko'rsatmalar bo'yicha.

Elekrstimulyatsiya va farmakologik vositalar – davriy ravishda.

Vitaminli preparatlar (S, B₁, B₆, B₁₂)— davriy ravishda, asosan qish va bahor mavsumlarida.

ATF, kokarboksilaza, osh tuzi, bo'r — ko'rsatmalar bo'yicha.

Otlarni yanada samaraliroq energetik tiklash maqsadida tasdiqlangan me'yorlarga muvofiq to'laqonli ozuqa va oqsilli-vitaminli energetik qo'shimcha ozuqalar ishlatish kerak.

Suv muolajalari — dush, cho'milish

Suv muolajalari — dush, cho'milish — organizmga suvning mexanik va harorat bilan bog'liq omillari yordamida ta'sir qiladi. Suv harorati 10-15°S gacha bo'lgan dush sovuq, 20–35°S bo'lganda — salqin, 36–38°S da — indifferent, 39–45°S da — iliq, 50°S va undan yuqori bo'lganda — issiq hisoblanadi.

Mashqdan keyin 5-7 davomida qabul qilingan iliq dush gigienik va tinchlantiruvchi ta'sir ko'rsatadi, qo'zg'algan asab tizimini tinchlantiradi, moddalar almashinuvi, mushaklar funksiyasini yaxshilaydi. Salqin va indifferent dushlar tetiklashtiradi, issiq dush esa sovib ketganda va uqalashdan oldin qo'llaniladi.

Oddiy tabiat omillari, xususan, ultrabinafsha nurlari, jismoniy yuklamadan keyingi ot organizmi funksiyalarini normallashtirish, charchoqni olish, ish qobiliyatini oshirishga qodir. Ultrabinafsha nurlari immunitetni oshiradi, moddalar almashinuvini tartibga soladi, markaziy asab tizimi funksiyasini rag'batlantiradi.

Sport otlari uchun tiklash muolajalarini amalga oshirish uchun ultrabinafsha nurlanish manbasi sifatida solyariydan foydalansa bo'ladi.

Mushaklar va pay-bog'lam apparatidagi mahalliy charchoqdan, ayniqsa, ulardagi tanglikdan tez qutulish uchun turli xil issiq muolajalar qo'llaniladi: «sollyuks» lampasi bilan istish, «biopton», pay-bog'lam apparatiga parafinli, loyli va ozokerit applikatsiyalar, issiq-nam o'rashlar (tuzli yopinchiqlar (poponlar)).

Otlarning ish qobiliyatini tiklash uchun tiklash jarayonlarining yuqori samarali va tabiiy stimulyatori bo'lgan uqalash qo'llaniladi, Ot sporti Xalqaro Federatsiyasi (FEI) Veterinariya Reglamenti qoidalarini hisobga olgan holda otlarga musobaqa davrida qo'llanilishi mumkin.

Uqalash — bu davolash va profilaktika maqsadida teri va chuqur to'qimalarga maxsus mexanik ta'sir o'tkazish. Veterinariya amaliyotida uqalash:

— aktiv uqalash (bo'g'im, mushak va pay-bog'lam apparati kasalliklarida dozalangan yuklama uchun otni yurg'izib sovitish);

— passiv uqalash (qo'l bilan yoki maxsus instrumentlar bilan bajariladi)ga bo'linadi.

Ot uchun tiklash muolajalarini sport juftligini tayyorlashning umumiy rejasiga mashq jarayoni bilan chambarchas bog'liqlikda kiritish, ularni chavandoz mashg'ulotlari kundaliklarida aks ettirish, samaradorlikni quyidagi kompleks nazorat usullari yordamida tekshirish kerak.

— mashg'ulot va musobaqa faoliyatini tibbiy-biologik nazorat qilish;

— har kunlik veterinar nazorati;

— pedagogik nazorat.

Ayniqsa, ko'p kunlik turnirlar, jadal mashg'ulotlar va yuklamalarda tiklanishni tezlashtirish maqsadida ot organizmining plastik va energetik resursalarini tezkor to'ldirish uchun shuningdek balanslashtirilgan, uglevodlar, mineral tuzlar, mikroelementlar va vitaminlar qo'shilgan o'rnini bosib bo'lmaydigan aminokislotalar aralashmasidan iborat maxsus oson hazm bo'ladigan qo'shimcha ozuqalar qo'llaniladi.

Otlar sport ish qobiliyatining to'laqonli tiklanishini ta'minlashda farmakologik vositalar o'rni katta bo'lib, ularning ta'sir qilish mexanizmi organizmning o'zini o'zi himoya qilish va ko'nikish xossalarining, ferment va immunologik faollik, atrof-muhitning turli nomaqbul omillariga va stress holatlarga chidamlilikning oshishi, shuningdek, umumiy va mahalliy charchoqni tezda olish bilan bog'liq.

Tiklanishning farmakologik vositalarining keng kompleksi asosan tayyorgarlikning muayyan bosqichlarida – ko'proq ko'p kunlik jadal musobaqalarda, bir kunda bir necha startlar bo'lganda, eng mas'uliyatli musobaqalardan oldin, yuklamalarni o'stirish va yangi murakkab harakat vazifalarini o'zlashtirish bosqichlarida, ketma-ket juda ko'p mashqlar o'tkazilganda, qizg'in mavsumdan keyin o'tish davrida qo'llanilishi mumkin. Bunda bunday vositalarni 3–4 haftadan ortiq bo'lmagan davomiylikda, vositalarning o'zini va ularni qo'llash uslubiyatini (miqdori, ketma-ketligi, davomiyligini) muntazam ravishda o'zgartirib turib sikllarga bo'lib qo'llash maqsadga muvofiq. Tiklanish bo'yicha ko'pgina farmakologik vositalar jonivor organizmiga ta'siri katta bo'lib, noto'g'ri qo'llanilganda, organizm holatiga moslashtirilmaganda, dozasini oshirib yuborganda va

boshqa holatlarda ular sport oti sog'lig'i va ish qobiliyatiga xavf solishi mumkin. Shu sababli tiklanish bo'yicha farmakologik vositalarni qat'iy individual ravishda, otlarning yoshi, sog'lig'ining holati, tayyorgarligining darajasi, organizmining muayyan xususiyatlarini hisobga olgan holda tayyorgarlik bosqichiga muvofiq ravishda tayinlash va qo'llash lozim. Bu vositalarni faqatgina veterinar shifokor tayinlashi mumkin.

Shuni ham qayd etish kerakki, ot sportidagi otlar uchun quyidagi dorivor moddalar guruhlarini qo'llash to'liq istisno etilishi kerak:

- boshqa turdagi jonivorlar uchun farmakologik vositalar;
- O'zbekiston Respublikasida ro'yxatdan o'tmagan farmakologik vositalar.

Shuningdek, otlar uchun ixtisoslashtirilgan farmakologik vositalarni ularga bo'lgan individual sezgirlikni, aniq-tiniq ishlab chiqilgan va tasdiqlangan qo'llash holatlari va qo'llab bo'lmaydigan holatlarni hisobga olmasdan, qo'llash taqiqlanadi.

Glossariy

Baggi (inglizcha buggy) - sport aravachasi, fayton.

Bereytor (nemischa bereiter) – chavandozlikka o'rgatuvchi va otlarni yonlab o'tuvchi, mutaxassis.

Billiard – ot sportida to'siq turi.

Volt (fransuzcha volte - burilish) - otning manejda diametri 6 m bo'lgan aylana bo'ylab bir aylanib chiqishi, yurish mashqi.

Jokey (inglizcha jockey) – ot poygalarida mohir chavandoz; otlarga mashq o'tkazish bo'yicha mutahassis, murabbiy.

Yilqichilik – otlarni ko'paytirish, chorvachilik tarmog'i. Asosiy yo'nalishlari: zotli, sport, kamyob sut-go'sht etishtirish.

Naslli ot – kelib chiqishi (nasl-nasabi) ma'lum bir zotga mansub bo'lgan va naslli ot sifatida Davlat naslchilik kitobida ro'yxatga olingan ot.

Ot egasi — otga egalik qilish huquqiga ega bo'lgan yuridik yoki jismoniy shaxslar.

Stipl-cheyz (inglizcha steeplechase) – ot sportida 4 yoshdan katta otlar uchun 4000 – 7000 m. masofalarda, o'tish qiyin bo'lgan to'siqlarni (30 tagacha) yengib chopish.

Flyaer – ot sporti musobaqalarida qisqa va o'rta masofalarga eng tez yuguradigan ot.

Qizil devor – ot sportida to'siq turi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Skachkov Yu.P. Спортивные сооружения: конно-спортивные центры (иппо - дроммы, манежи). - Penza. PGUAS, 2014.
2. Vud P. Искусство верховой езды. В гармонии с лошадю. – Moskva. Akvarium, 2012.
3. Shaverdova A.I. Конный спорт. – М. 2000.
4. Alekseev N. Д. Краткие советы коневодам. – Yakutsk. Agroinform, 1999.

Mundarija

Kirish	3
Tarixiy taraqqiyoti	5
Sport otlarining turlari va fiziologik xususiyatlari	7
Otda yurish qoidalari	9
Ot sport o'yinlari	18
Ot amunitsiyalari	22
Ot sporti inshootlari	26
Otlarni tibbiy ko'rikdan o'tkazishni tashkillashtirish	31
Glossariy	39
Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati	40

B. Ne'matov, S. Nazarov

OT SPORTI

Bosishga 10.04.2021 ruxsat etildi

Bichimi 60x84 ¹/₁₆, «Halvetica» garniturası, Ofset qog'ozi

Bosma tabog'i 2,75 p.l. Adadi 15 nusxa. Buyurtma № 37

«UMID DESIGN» nashriyoti

«UMID DESIGN» XK bosmaxonasida chop etildi.

O'zbekiston Respublikasi, Toshkent shahri

Navoiy ko'chasi 22-uy