

M.N. SHERMATOV

**SPORT VA  
HARAKATLI O'YINLAR  
FUTBOL**



ЎЗБЕКИСТОН RESPUBLIKASI  
OLIY VA O'RTA MAXSUS TALIM VAZIRLIGI  
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI

MAXSUD SHERMATOV

## SPORT VA HARAKATLI O'YINLAR FUTBOL

*O'quv qo'llanma*

ЎЗБЕКИСТОН RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA  
MAXSUS TALIM VAZIRLIGI CHIRCHIQ DAVLAT  
PEDAGOGIKA UNIVERSITETI  
**AXBOROT RESURS MARKAZI**

«ZEBO PRINT»  
TOSHKENT – 2022

UO-K: 66(075.8)  
KBK: 35ya73

**Maxsud Shermatov**

**Sport va harakatli o'yinlar (Futbol)** [Mam]: o'quv qo'llanma / M. Shermatov.  
— Toshkent: «ZEBO PRINT», 2022. — 148 b.

**Muallif**

**Shermatov, M.N.** — Chirchiq davlat pedagogika instituti, jismoniy madaniyat kafedrasida katta o'qituvchisi

**Taqrizchilar**

**Sh.U. Abidov** — O'Zdju "Futbol nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasida mudiri p.f.n. dotsent

**T.S. Usmonxo'jayev** — TVCHDP "Sport chiqarilgacha harbiy ta'lim" fakulteti "Jismoniy madaniyat" kafedrasida pedagogika fanlari, doktori professor

Ushbu o'quv qo'llanma Oliy ta'lim muassasalari jismoniy madaniyat fakultetlari o'quv jaryoniga, maxsus sport maktablari, o'quvchilari, talabalar hamda futbol mutabbiylari uchun mo'ljallangan.

Ushbu o'quv qo'llanmada futbol sport turining mazmun mohiyati, mashg'ulotlar jaryonining umumiy qonuniyatlari, vositalari va mashq qildirish usullari, jismoniy fazilatlarni tarbiyalashning nazariyasi va amaliy xususiyatlari, talabani futbolga tayyorlash va mashg'ulot jaryonining masalalari yoritilgan.

Это учебное пособие предназначено для студентов, студентов и футбольных тренеров, которые участвуют в учебном процессе факультетов физической культуры высших учебных заведений, специальных спортивных школ. В данном учебном пособии освещаются содержательная сущность вида спорта футбол, общие закономерности тренировочного процесса, средства и методы тренировки, теоретические и практические особенности воспитания физических качеств, вопросы подготовки студента к футболу и тренировочного процесса.

This textbook is intended for students, students and soccer coaches who participate in the educational process of physical education departments of higher educational institutions, special sports schools. This textbook covers the content essence of the sport of soccer, general laws of the training process, means and methods of training, theoretical and practical features of education of physical qualities, questions of preparation of the student for soccer and the training process.

*O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2022 yil 19 iyuldag 233-sonli buyruqiga asosan o'quv qo'llanma sifatida nashrga tavsiya etilgan.*

ISBN 978-9943-8555-0-2

## KIRISH

Mamlakatimiz prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning "Ilmiy tadqiqot faoliyatini tashkil etishni takomillashtirish to'g'risida"gi farmoni, Vazirlar Mahkamasining "Ilmiy tadqiqot faoliyatini tashkil etishni takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarori hamda Respublika fanlar akademiyasining 65 yilligi haqidagi qarori va boshqa me'yoriy hujjatlar O'zbekistonda ilmi-fanni, shu jumladan sportni respublikamizda rivojlantirish fikrlari muhim ahamiyatga ega bo'ldi. Prezidentning mazkur farmoniga muvofiq mamlakatimiz ilmiy salohiyatini oshirish va ilmiy tadqiqotda yangi yondashuvlarga o'tish, ilm-fanda yechilmay turgan muammolarni ilmiy tadqiqot ob'ekti qilib olish alohida ta'kidlangan. Shuni alohida qayd etish lozimki, mustaqillik tufayli jahonga yuz tutgan O'zbekistonimizda sportni rivojlantirish asosida barkamol avlodni sog'lom tarbiyalash, va sohadagi muammolarni ilmiy-tadqiqotlashga e'tibor kuchaydi. Bu bejiz emas, albatta. Jahon hamjamiyatidan o'ziga munosib o'rin egallashga intilayotgan mamlakatimiz uchun tarqatqiy qilgan chet ellar bilan hamkorlik hamjihatlikda o'zining buyuk kelajagini qurayotgan xalqimiz uchun sport sohasida yetuk sportchilarni tarbiyalash va ularni tarbiyalovchi mutaxassislarni tayyorlash masalasi yetakchi o'ringa chiqdi.

Shu boisdan ta'lim tizimini zamon talablari darajasida va erishilgan tajribalar asosida rivojlantirish orqali o'sib kelayotgan yosh avlodni jamiyat hayotida faol ishtirok etadigan har tomonlama sog'lom, yetuk va yuksak ma'naviyatli komil insonlar etib tarbiyalash davlatimizning ustivor yo'nalishlaridan hisoblanadi.

Bolalarning jamoatchilik, mehnatsevarlik va jamoat oldida o'z burchini his qilish ruhida tarbiyalash hozirgi kunning eng muhim masalalari hisoblanadi. Bola maktabga qadam qo'ygan birinchi kunidan boshlab, unda mehnatga nisbatan muhabbat uyg'otish, uyushqoqlik, ishchanlik va boshlagan ishini oxiriga yetkazga bilish xususiyatini tarbiyalash kerak. Buning uchun tarbiyaning barcha vositalaridan, jumladan bolalarning sevimli o'yinlaridan foydalanish ayni muddaorid.

O'yinlar hayotdagi to'siqlarni yengish hamda har xil xislat va qobiliyatlarni ro'yobga chiqarish bilan bog'liq bo'lgan jismoniy mashqlarning turli majmuasini o'z ichiga oladi. bundan tashqari, odatda, bolalar sevimli o'yinlariga ularga baxt, quvonch baxsh etadigan

musobaqa elementlari ham harakatlari o'yinlarga kiradi.

Hammamizga ma'lumki, kichik maktab yoshidagi bolalarning o'yinlari taqdid qilish tabiatida bo'ladi. Bola tevarak atrofidagi borliqni kuzatadi, undagi ba'zi narsalarni o'yinga kiritadi va shu o'yin vositasida o'zini qurshab turgan olamni bilib oladi, shunday ekan, unda turmush xodisalariga nisbatan muayyan munosabat paydo bo'ladi.

Futbol bilan shug'ullanishlar kuch, tezlik, chidamlilik, egitiluvchanlik va chaqonlik kabi jismoniy sifatlarini rivojlanishiga imkon yaratadi. Futbol yosh avlodni aqliy va irodaviy tarbiyalashda ahamiyatga ega vositadir. Futbol mashg'ulotlari va musobaqalarini to'g'ri tashkil qilish intizomlilik, tashkilotchilik, intiluvchanlik, irodalilik, quvnoqlik, ishtechanlik va to'g'ri qaror qabul qilish kabi sifatlarini tarbiyalashda ijobiy ta'sir qiladi. Bularni barchasini inobatga olib metodik qo'llanmada mustaqil ta'lim tizimi, ma'ruza kursi va amaliyot mashg'ulotlaridan tashkil topgan, jumladan metodik vazifalarni individual tarzda mustaqil ishlashni ham o'z ichiga oladi. Mazkur metodik qo'llanma oliy ta'lim muassasalarida jismoniy madaniyat nazariyasi bo'limidagi futbolga oid talablar asosida yozilgan, amaliyot mashg'ulotlari shuning jumlasidan, albatta bularning barchasi DTSga mos ravishda tayyorlangan. Mazkur metodik qo'llanmani yozishdan maqsad – talabalarga futbol nazariyasi asoslarini va amaliyotini o'rgatishdir. Unda futbol tarixi, futbol mashqlaridan sog'lik uchun foydali jihatlari mazmuni tashkillashtirish masalalari haqida ta'rif qilinadi. Mazkur metodik qo'llanmani tayyorlashda manba sifatida futbol nazariyasi bo'yicha yozilgan adabiyotlardan foydalanildi, jumladan jismoniy madaniyat va futbol sohasining yetakchi olimlari ishlari o'rganilgan holda tahlil qilindi.

## I-BOB. FUTBOL O'YININING RIVOJLANISH TARIXI

«Futbol so'zi, fut – oyoq, bol – to'p ya'ni oyoqda to'p o'ynash ma'nosini bildiradi».

Futbol bu chinakam atletik o'yin. U tezkorlik, chaqonlik, kuchlilik va sakrovchanlikni rivojlantirishga yordam beradi. Futbolchi o'yin paytida xaddan tashqari ko'p ish bajaradi. Bu esa odamning funksional imkoniyatlari darajasini oshirishga, ma'naviy, irodaviy xislatlarini tarbiyalashga yordam beradi. Futbol o'ynash umumiy jismoniy tayyorgarlik ko'rishda yaxshi vosita bo'lib xizmat qila oladi. Yo'nalishni o'zgartirib xilma-xil yugurish, sakrashning turli xillari, tuzilish jixatidan turlicha gavda harakatlari, to'pni uzatish, to'xtatib olish va olib yurish, maksimal tezlikda harakat qilish, irodaviy xislatlarning, taktik tafakkurning kamol topishi kabilar, futbolni har qanday ixtisosdagi sportchiga zarur bo'lgan ko'pgina muhim xislatlarni o'stiradigan sport o'yini deb xisoblash imkoniyatini beradi.

Bundan juda ham ko'p yillar avval har xil davlatlarda odamlar shahar maydonlarida yoki bo'sh yotgan ertlarda to'p o'ynashni o'ylab topdilar, bu o'yin esa harbiylarni raqib lageriga kirib olishi, ishtiroqiga o'xshash harakatlarni eslatar edi.

Partiya o'yini (ikki jamoaga bo'linib), ma'lum chiziqli orqasida ko'p marta to'pni olib o'tgan jamoa partiyada g'olib deb hisoblangan. Bunday o'yinlarda ayrim vaqtlarda bir necha yuz kishi gathashar edi. Futbolni qaysi oyda, qaysi yilda tug'ilganligi yoki kelib chiqqanligi tarixga ma'lum emas. Bu faqat futbol foydasigadir, chunki bu qadimgi oyoq to'p o'yinlari uning er sharidagi ko'pchilik xalqlar orasida ommaviylashganligi haqida guvohlik beradi.

Juda qadim vaqtlardan beri xalqlarni qiziqitayotgan savollardan biri: bu o'yin kim tomonidan qachon topilgan? Arxeologik qazilmalarning isbotlashishiga ko'ra, futbol «ajdodlaridan» biri Qadimgi Misrda yashagan ekan. Bu erda olimlar to'p o'ynovchi ta'svirini, balki to'pni o'zini statuetskasi ham topdilar. Tarixchilarni isbotlashiga ko'ra futbol o'yini qadim zamonlarda paydo bo'lgan, deydi. Bu o'yinning elementlarini dunyodagi juda ko'p xalqlarda uchratish mumkin. Masalan Qadimgi Yunonistonda to'pni o'ynashni bilgan kishi katta shuhrat qozonar edi, bu o'yin gimnastika jismoniy mashqlar doirasiga kiritilgan edi.

To'p o'yini haqidagi birinchi yozma ma'lumotlarga ko'ra, hozirgi zamon futboliga o'xshash to'p o'yini 180 yildan ilgari olinadi. Pollukosning yunoncha lug'atida o'ynovchilar ikki partiyaga (jamoa) bo'linganligi yozilgan. Har qaysi jamoada to'pni raqib o'yin maydon orqasiga o'tkazishga harakat qilardi. Xarakter jihatidan bu o'yin ko'roq hozirgi regbi o'yiniga o'xshab ketadi. Lekin bu o'yinda qo'l bilan o'yinlash taqiqlangan edi. Qadimgi to'p o'yinlarining qaysi biridan hozirgi futbol kelib chiqqanligini aniqlashning iloji yo'q.

Qadimgi Yunonistonda to'p bilan o'ynaladigan boshqa o'yinlar ham bo'lgan. Antik to'p o'yinlarining qaysi biri hozirgi zamon futbolining qonuniy asoschisi, uning asoschisi kim ekanligi aniq belgilanmagan yoki aytilmagan, bugun uni o'z-o'zidan tasavvur qilib bo'lmaydi. Baribir ko'pchilik futbol mutaxassislarning aksariyati, futbol «Garkasto'm» degan qadimgi Rim o'yinidan kelib chiqqan bo'lib, uni Britaniya, Italiya va G'arbiy Yevropaning boshqa mamlakatlariga Yuliy Sezar yoki Rim legionerlari olib kelganlar, deb taxmin qiladilar.

Shuni eslatib o'tish zarurki, to'p bilan o'ynaladigan o'yinlarni boshqa davlatlarda ham o'ynaganlar. Shu bilan birga u juda ommabop bo'lib, har xil tabaq va sinflar orasida ixlosmandlari bo'lgan. Masalan, eramizdan avvalgi IV-VI asrlarda

Xitoyda o'ynaladigan o'yin, futbolga o'xshab ketadi. U harbiy tayyorgarlikning muhim elementlaridan biri hisoblanar edi. Xoliar sulolasi tarixida (eramizdan avvalgi 206 yildan to eramizning 25 yillarigacha) «CHJU - KE» o'yinini tavsifi yoki bayoni saqlanib qolgan. «CHJU» - oyoqda tepish, «KE» charmlari to'ldirna to'p ma'nosini bildiradi. Yozma manbalar guvohlik berishiga qaraganda, imperatorning tug'ilgan kunida, imperator saroyi oldida ikitita kuchli jamoa o'rtasida o'yin o'tkazilardi. O'yinga maxsus maydoncha tayyorlashar edi. 30 funt balandlikdagi bambukli tayog'chalar o'rtasiga ipakli to'r tortilardi, unda diametri bir funtdan ko'proq teshik qilinardi. Ikkala jamoaning o'yinchilari, teshikka oyoqlari bilan to'pni kiritishga harakat qilardilar. G'oliblar gullar, mevalar, vino, kumush billur (kubok) bilan taqdirlanardi. Ayni vaqtda mohir o'yinchilarni xizmat yuzasidan yuqori lavozimga ko'tarish kutilardi. Shunday voqealar bo'lganki, bir o'yinchi, u to'p bilan chiroyli o'yin ko'rsatganligi uchun general lavozimiga ko'tarilardi. Shu bilan birga yulgazgan jamoa sardorini, odatda, oshkora ravishda qamchilash bilan jazolashardi.

Tabiiyki, uzoq o'timishda, hozirgi zamon futboliga o'xshash bo'lgan o'yinlarni o'ynagan Xitoy birdan-bir davlat bo'lgan emas. Masalan o'n to'rtinchi asr davomida «Komer» o'yini ommalashib borgan. Yaponlarning bu sevimli o'yinini o'tkazish uchun 14 kv. m kattalikdagi maydonda 8 o'yinchi joylashib turadilar. Maydonchani shimoliy-g'arbiy burchagida tol terak, janubiy-sharqiy burchagida tol, shimoliy-sharqiy burchagida olcha, janubiy-g'arbiy burchagida zarang (daraxtlari) qo'yilgan bo'ladi. O'yinning asosiy mazmuni shundan iboratki, o'rnatilgan udum an'anaga rioya qilgan holda, to'pni bir-biriga oshirish lozim.

Mashhur fransuz futbolchisi Moris Pefterkorning ta'kidlashiga ko'ra, «La sul» o'yinini to'g'ridan-to'g'ri hozirgi zamon futbolining ajdodi deb qo'rg'masdan aytish mumkin, chunki bu o'yinda ikitita jamoa havo bilan to'ldirilgan charm to'pda o'yinlashar edi. Bu o'yin O'rta asrlardayog Pefterkorning mamlakatida ommabop bo'lgan edi. Italiya sport tarixchilari tasdiqlashishiga ko'ra, hozirgi futbol Fransiyada XVI asrda «La sul» o'yinidan emas, balki «Kal'chie» o'yinidan tarqalgan.

«Kal'chie» o'yinini to'pda 100x50 maydonda o'ynaganlar. «Kal'chie» o'yini hozirgi vaqtgacha saqlanib qolgan. An'anaga ko'ra P'yatista Dela janob Florentsiya maydonida yiliga ikki marta: may oyining birinchi yakshanbasida va 24 iyunda o'tkaziladi. Jamoalarning biri «V'yash» (oqlar), boshqasi «Rossi» (qizillar) deb ataladi. Ularning har birida 27 dan o'yinchi o'ynaydi, shulardan 15 tasi hujumchilar, 12 tasi himoya vazifasini bajaradilar. Ular butun maydon kengligida yoyilib, darvozani himoya qiladilar.

Ko'rib turib, hozirgi zamon futbolining o'timishdoshlari kam emas. Eramizdan avvalgi 1300 yilda Meksika yerida «Pok-ta-pok» nomi bilan o'yin dunyoga keldi. «Pok-ta-pok» o'yinchilar uchun jiddiy sinov edi va ulardan dadillikni hamda yaxshi jismoniy tayyorgarlikni talab qilardi. Bu o'yin qatnashchilari tez-tez shikastlanib turardilar, gohida to'p bilan to'ynalardi. Arxeologik qazilmalar guvohlik berishiga ko'ra, o'yin qat'is bo'lishiga qaramay, yetti xalq o'rtasida juda ommabop edi. «Pok-ta-pok» o'yini Meksikadan asta-sekin butun Markaziy Amerika bo'ylab XVI asrgacha tarqaldi, keyinchalik - Ispaniya mustamlakachiligi davrida u taqiqlab qo'yildi.

O'yinning maqsadi shundan iboratki, to'p devordagi diametri 20 sm dan katta bo'lgan doiraga yo'naltirishi lozim Buni faqatgina oyoqda bajarish mumkin.

Ehtimol, meksikaliklar o'zlarini futbolga asos soluvchilar deb hisoblashlari mumkin: aynan shu yerda birinchi marta futbol deb atalgan. Bu o'yinni rasmiy ravishda tan olinganidan emas, balki uning taqiqlanganidan kelib chiqqan, deyish mumkin.

1349 yili girol Eduard III o'zining maxsus farmonida London amaldorlari diqqat-e'tiborini qaratib shunday dedi:.. Kamondan o'q otish Yoshlar uchun foydali bo'lsa ham har xil befoyda va futbolga o'xshash «qonunsiz yoki qonunga xilof bo'lgan» o'yinlarni ko'paytirish hisobiga, uni ikkinchi o'ringa surib qo'ydi. Shunday qilib, birinchi deb atalgan futbol, rasmiy ravishda birinchi bo'lib xush kelmay qoldi. Buni amalga oshirishi shart edi, lekin sheriflar qirolning farmonini bajarishga avalombor harakat qilmadilar, roppa-rosa 40 yildan keyin Richard II yangi farmon qabul qilib, qiroliklarda futbol o'ynashni man etdi. Huddi shunga o'xshash qonun 1401 yilda Genrix IV tomonidan qabul qilindi. Lekin uning Yoshlar sevib qolgan o'yinni taqiqlashga qilgan urinishi zoe ketdi. Ana shunday urinishlarga qaramasdan to'p o'yini o'ziga baribir yo'l ochdi. Nihoyat, XIX asr ayniqsa uning ikkinchi yarmidan boshlab bu o'yin rivojlanishida yangi bosqich boshlandi. Ayniqsa shu davrdan boshlab sport metodi ko'proq jismoniy tabiiyati maqsadga tan oldi, sport va sport o'yinlari esa jismoniy tabiiya ishlarini rivojlantirishning samarali vositasi bo'lib qoldi. To'p o'yini, birinchi navbada, Angliya kollej va universitetlarida tarqaldi. To'p o'yini XIX asrning ikkinchi yarmida takomillashirildi, uning mazmuni aniq ikki yo'nalishga belgilandi – uning beshitasi qo'llab-quvvatlandi. Kembrij kolleji 1863 yili futbol uyushmasini tashkil qildilar va dumaloq to'p bilan oyoqda o'ynash o'yini deb atashga qaror qabul qildilar. Regbi shahar universiteti shaxsan ikkinchi yo'nalish tarafdorlari oval shaklidagi to'pda ham qo'l, ham oyoq bilan o'ynashga qaror qildilar. Undan ilgari to'p o'ynashning bir xil qoidalarni o'rnatishga va ishlab chiqishga harakat qilgan edilar. Biroq bu o'yin dunyo ko'zini ko'rmasdan yo'qoldi. Mana shunga qaramasdan, bu qoida ko'pchilik kollejlarda «Kembrij qoidasi» sifatida ma'lum edi. Bizga e'tib kelgan birgina qoida 1863 yil 26 oktyabrda Londonda Angliya futbol uyushmasining tashkil etilishi paytida bu o'yinning 13 moddadan iborat bo'lgan ilk rasmiy qoidalari

tasdiqlangan. Keyinchalik bu qoidalar boshqa barcha milliy uyushmalar uchun futbol o'yining asosi bo'lib qoldi. Albatta uni hozirgi zamon qoidalari bilan solishtirib ko'rilganda kata o'zgarish bor. Baribir ushbu qoidalar qo'llanilib bordi, asta-sekinlik bilan zamonaviy ko'rinishga keldi.

1866 yili «o'yindan chiqqan» qoidalar yengillashirildi. Endi raqib chizig'i bilan o'zi o'rtasida qarshi tamon o'yinchilardan uch kishi bo'lsa, bu o'yinchi «o'yindan chiqqan» bo'lmaydi. Yana shu yili darvoza ustunlarini gorizontal argon tortib birlashtirishga qaror qilinib, argonning yerdan balandligi 5,5 m qilib belgilandi. Darvozabonning qo'l bilan o'ynashga haqqi yo'q edi. 1871 yilda o'ng qo'l bilan o'ynashga ruxsat berilgan, u ham bo'lsa faqat darvoza maydoni ichida. Darvozabonning jarima maydoni ichida ham qo'l bilan o'ynash huquqini qo'lga kiritishi uchun 30 yildan ko'proq vaqt kerak bo'ldi (1902).

Uzoq vaqt mobaynida na jarima to'pi, na 11 metrlik zarba bo'lgan. Qoidabuzarlik uchun erkin zarbalar bilan chegaralanib qolinarveradi. Nihoyat, 1891 yil eng qat'iy jazolardan biri – 11 metrlik zarba kiritildi, uni inglizcha so'z bilan «penalti» deb ataydilar.

To'p himoyadagi o'yinchiga tegib sirt chiziqdan maydon tashqarisiga chiqib ketganda, burchakdan to'p tepish qoidasi 1873 yilda kiritildi.

1875 yili ustunlarni birlashtirilib turgan argon yerdan 2,44 m balandlikdagi to'singa almashirildi. O'sha yili darvozaga to'p kiritilgandan keyin tomonlar almashinish qoidasi o'rni, o'yinchilar tanaffusdan qaytgandan keyin almashinish qoidasini joriy qilindi. 1882 yili to'rtta mustaqil futbol ittifoqi Angliya, Shotlandiya, Uel's va Irlandiya futbol ittifoqlari birlashdi. Yagona qoidalar qabul qilindi va qoidalarga biron-bir o'zgarish kiritish huquqiga ega bo'lgan xalqaro kengash tasdiqlandi.

Futbol maydonida hakam birinchi marta 1880-1881 yillarda paydo bo'ldi.

O'yinni belgilangan qoidalarga muvofiq o'tkazish, urilgan gollar nechta bo'lganligini aniqlash va boshqalar, xatto o'sha vaqtlardayoq, hakamning vazifasi edi. 1891 yildan hakam maydonga ikkita yordamchisi bilan chiqadigan bo'ldi.

1871 yilda Angliyada mamlakat kubogi uchun o'yin ta'sis etildi. Ingliz futbol klublari hozirgi vaqtda ham o'sha kubok uchun kurashib kelmogdalar.

Xalqaro miqyosidagi dastlabki futbol o'yini 1873 yili Angliya bilan Shotlandiya futbol jamoalari o'rtasida bo'lgan edi. Jamoalardagi o'yinchilar soni 11 kishidan ko'p bo'lmaganda ularning joy-joyiga qo'yilishi hozirgi vaqtdagidan boshqacharoq bo'lgan. Angliya jamoasida yetti o'yinchi hujumda, beshtasi yarim himoyada, ikki himoyachi va darvozabondan iborat edi. Keyingi yili ingliz futbol jamoalari ham o'yinchilari shatlanchasiga joylashtirishga o'tadi, chunki ana shunday joylashtirish o'zini oqlagan bo'lsa kerak.

Qoidaga kirgan o'zgarish va takomillashuvlar so'zsiz o'yin texnikasi va taktikasiga ta'sir qilmay qolmaydi.

XIX asrning 80 yillarida futbol o'yini kontinental Yevropa qit'asi mamlakatlariga ham tarqaldi. Futbol 1875 yilda Gollandiya sal keyinroq Daniyada o'ynala boshlandi. Daniya ko'p o'tmay qit'ada futbol bo'yicha yetakchi o'ranga chiqib, birinchi jahon urishiga qadar shu mavqeiini saqlab qoldi. Futbol 1882 yilda Shveysariyada 1890 yilda Chexiyada, 1894 yilda Avstriyada o'ynala boshlandi. 1904 yili Xalqaro futbol federatsiyasi (FIFA) tuzildi. FIFA bilan bir qatorda 1954 yildan buyon Yevropa futbol ittifoqi UEFA ham ishlab turibdi. 1930 yildan beri har to'rt yilda jahon chempionati, 1958 yildan beri Yevropa chempionati o'tkazilib ularida milliy terma jamoalar qatnashib kelmoqda. 1900 yilda boshlab futbol sportining Olimpiya turlari qatoriga kirdi, biroq 1908 yildagina u rasman Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritildi. UEFA rahbarligida quyidagi kubok o'yinlari o'tkazilib turadi. Yevropa chempionatlari kubogi (1956 yildan), Kubok egalari kubogi (1961 yildan beri) va Yarmarkalar kubogi (1958 yildan) bular endilikda UEFA kubogi deb ataladi. 1963 yildan boshlab Kubok egalari va Chempionlar kubogi birlashtirilib Yevropa chempionlar ligasi tashkil qilindi.

1948 yildan boshlab o'smirlar jamoasi uchun UEFA turniri o'tkazilib kelimmoqda. Bundan tashqari, 1977 yildan boshlab har yili FIFA rahbarligida o'smirlar o'rtasida jahon chempionati o'tkaziladi.

### 1.1. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi

O'zbekiston futbol federatsiyasi (O'FF) jamoatchilik tashkiloti sifatida mamlakatda futbolning rivojlanishi uchun to'liq javobgardir. Mamlakatda bolalar va o'smirlar futbolini ommaviylashtirish, futbolchi, murabbiy va hakamlarning professional darajasi va mahoratini oshirish,

musobaqalar tizimini tashkil etish va takomillashtirish, moddiy-texnik bazaning rivojlanishiga ko'maklashish O'zbekiston futbol federatsiyasining asosiy vazifalaridandir.



O'zbekiston futbol assotsiatsiyasi O'zbekiston respublikasida futbol rivojiga oid joriy va istiqbolli rejalar ishlab chiqadi, O'zbekiston terma jamoalarining tayyorgarligini tashkillashtiradi.

O'zbekiston futbol federatsiyasi 14 ta hududiy va viloyat futbol federatsiyalarini, 200 dan ortiq usta jamoalari, futbol klublari, sport maktablari, iqtidorlilar va terma jamoa tayyorlash markazlarini birlashtiradi. O'zbekiston Respublikasi Turizm va sport ishlari vazirligi va viloyatlar madaniyat va sport ishlari boshqarmalari bilan hamkorlik qiladi.

O'zbekiston futbol assotsiatsiyasi nizomiga asoslangan xolda xududiy futbol assotsiatsiyalari o'z ish sharoitlariga muvofiq nizom ishlab chiqadi va shu nizom bo'yicha o'z faoliyatini olib boradi.

O'zbekiston futbol assotsiatsiyasining eng yuqori organi anjuman bo'lib, unda 4 yil muddatga prezident saylanadi. Ijroiya qo'mitasi ish organi hisoblanadi. Futbolni rivojlantirish masalalari bo'yicha, qabul qilingan qarorlarning tadbiq etilishini nazorat qilish uchun ijroiya qo'mitaga qo'shimcha bolalar va o'smirlar, o'quv-uslubiy, hakamlar va boshqa qo'mitalar tuziladi.

O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 yil 21 mayda tuzilgan va Ayni paytda 200 dan ortiq milliy federatsiyalarni birlashtirib turgan halqaro futbol federatsiyalari uyushmasi (FIFA) yaqindan hamkorlik olib boradi. Huruqiy joylashuv jihatidan O'zbekiston futbol federatsiyasi Osiyo futbol konfederatsiyasi (O'FK) tarkibiga kiradi.

FIFAning tashkiliy negizini 6 qit'aning tashkilotidan iborat. Bular: UEFA – Yevropa ittifoqi futbol uyushmasi, KONKAKAF – shimoliy va markaziy Amerika mamlakatlari hamda Karib dengizi havzasi mamlakatlari futbol konferensiyasi, KONMEVOL – janubiy Amerika mamlakatlari futbol konferensiyasi, KAF – Afrika futbol konferensiyasi, AFK – Osiyo futbol konferensiyasi, KFO – Okeaniya futbol konferensiyasidir.

### FIFAning oliy organi kongressidir.

FIFA ning joriy faoliyatini ijro qo'mita bilan bir qatorda yana bir necha maxsus qo'mitalar boshqarib boradi. Ular quyidagilardir: fav-qulodda holatlar, moliyaviy, jahon kubogini o'tkazish bo'yicha, olimpiya turnirlari, o'smirlar chempionatlari, hakamlar, texnik, intizom, tibbiy va h.k. qo'mitalardir.

FIFA ning asosiy vazifasi xududlarda futbol rivojlanishini nazorat qilish va moliyaviy va uslubiy yordam ko'rsatish, nizom va qarorlar, o'yin qoidalarining buzilishining oldini olish bo'yicha kerakli choralar ko'rish, irqiy, siyosiy va diniy sabablarga asosan kamitilishga yo'l qo'ymaslikdir.

### 1.2. Futbolning rivojlanishi va musabagalar tarixi.

Futbol bo'yicha jahon chempionatlari tarixiga nazar soladigan bo'lsak 1930 yildan 2021 yilga qadar futbol sport turi bo'yicha jami 21 ta jahon chempionati rasman o'tkazilgan bo'lib, ularda jamoalar quyidagicha g'oliblikni qo'lga kiritishgan.

| № | Davlatlar nomi | Chempionlik soni | Chempionlik qo'lga kiritilgan yillar |      |      |      |      |
|---|----------------|------------------|--------------------------------------|------|------|------|------|
|   |                |                  | 1                                    | 2    | 3    | 4    | 5    |
| 1 | Braziliya      | 5                | 1958                                 | 1962 | 1970 | 1994 | 2002 |
| 2 | Germaniya      | 4                | 1954                                 | 1974 | 1990 | 2014 |      |
| 3 | Italiya        | 4                | 1934                                 | 1938 | 1982 | 2006 |      |
| 4 | Urugvay        | 2                | 1930                                 | 1950 |      |      |      |
| 5 | Argentina      | 2                | 1978                                 | 1986 |      |      |      |
| 6 | Fransiya       | 2                | 1998                                 | 2018 |      |      |      |
| 7 | Ispaniya       | 1                | 2010                                 |      |      |      |      |
| 8 | Angliya        | 1                | 1966                                 |      |      |      |      |

Bugungi kunga qadar jami 8 ta davlat jahon chempionatida g'oliblikni qo'lga kiritishgan.

Eng ko'p finalga chiqqan jamoa Germaniya bo'lib 8 marta finalda o'ynagan shularning 4 tasida g'olib bo'lgan. Braziliya esa 7 marta finalda o'ynagan.

Futbol bo'yicha 1978 yilga qadar jahon chempionatlarida jami 16 ta davlat ishtirok etgan. 1982 yildan 24 jamoa, 1998 yildan 32 ta jamoa ishtirok etgan. 2022 yildan 48 ta jamoa ishtirok etishi rejalashtirilmoqda. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston milliy chempionati va Kubok g'oliblari 2-3 o'rin sohiblari. 1992-2021 yillar.

| Yillar | 1-O'rin               | 2-O'rin     | 3-O'rin     | Kubok g'olibi |
|--------|-----------------------|-------------|-------------|---------------|
| 1992   | Paxtakor(1)-Nefchi(1) |             | So'g'diyona | Navbahor-1    |
| 1993   | Nefchi(2)             | Paxtakor    | Navbahor    | Paxtakor-1    |
| 1994   | Nefchi(3)             | Nurafshon   | Navbahor    | Nefchi-1      |
| 1995   | Nefchi(4)             | MHSK        | Navbahor    | Navbahor-2    |
| 1996   | Navbahor(1)           | Nefchi      | MHSK        | Nefchi-2      |
| 1997   | MHSK(1)               | Nefchi      | Navbahor    | Paxtakor-2    |
| 1998   | Paxtakor(2)           | Nefchi      | Navbahor    | Navbahor-3    |
| 1999   | Do'stlik(1)           | Nefchi      | Navbahor    | Do'stlik-1    |
| 2000   | Do'stlik(2)           | Nefchi      | Nasaf       | Do'stlik-2    |
| 2001   | Nefchi(5)             | Paxtakor    | Nasaf       | Paxtakor-3    |
| 2002   | Paxtakor(3)           | Nefchi      | Qizilqum    | Paxtakor-4    |
| 2003   | Paxtakor(4)           | Nefchi      | Navbahor    | Paxtakor-5    |
| 2004   | Paxtakor(5)           | Nefchi      | Navbahor    | Paxtakor-6    |
| 2005   | Paxtakor(6)           | Mash'al     | Nasaf       | Paxtakor-7    |
| 2006   | Paxtakor(7)           | Nefchi      | Nasaf       | Paxtakor-8    |
| 2007   | Paxtakor(8)           | Bunyodkor   | Mash'al     | Paxtakor-9    |
| 2008   | Bunyodkor(1)          | Paxtakor    | Nefchi      | Bunyodkor-1   |
| 2009   | Bunyodkor(2)          | Paxtakor    | Nasaf       | Paxtakor-10   |
| 2010   | Bunyodkor(3)          | Paxtakor    | Nasaf       | Bunyodkor-2   |
| 2011   | Bunyodkor(4)          | Nasaf       | Lokomotiv   | Paxtakor-11   |
| 2012   | Paxtakor(9)           | Bunyodkor   | Lokomotiv   | Bunyodkor-3   |
| 2013   | Bunyodkor(5)          | Lokomotiv   | Nasaf       | Bunyodkor-4   |
| 2014   | Paxtakor(10)          | Lokomotiv   | Nasaf       | Lokomotiv-1   |
| 2015   | Paxtakor(11)          | Lokomotiv   | Nasaf       | Nasaf-1       |
| 2016   | Lokomotiv(1)          | Bunyodkor   | Nasaf       | Lokomotiv-2   |
| 2017   | Lokomotiv(2)          | Nasaf       | Paxtakor    | Lokomotiv-3   |
| 2018   | Lokomotiv(3)          | Paxtakor    | Navbahor    | AGMK-1        |
| 2019   | Paxtakor(12)          | Lokomotiv   | Bunyodkor   | Paxtakor-12   |
| 2020   | Paxtakor(13)          | Nasaf       | AGMK        | Paxtakor-13   |
| 2021   | Paxtakor(14)          | So'g'diyona | AGMK        | Nasaf-2       |

1906 yilni O'rtta Osiyoda futbol dunyoga kelgan yili deb hisoblash mumkin.

### 1.3. O'zbekistonga futbolning kirib kelishi va rivojlanishi.

O'zbekiston mustaqillikka erishgan davr mobaynida futbolchilar va trenerlarning bir necha avlodi almashdi. Tema jamoalar turli miyosdagi xalqaro musobaqalarda ishtirok etib, muayyan yutuqlarga erishdilar. Mamlakatning ichki chempionati har yili munazam ravishda o'tkazib turiladi. Bolalar va o'smirlar uchun mini futbol bo'yicha ko'pgina musobaqalar tashkil etilmogda. Ayollar futboliga ham alohida e'tibor qaratilayotir.

O'zbekistonda uyushgan holda futbol bilan shug'ullanuvchilar 70000 dan ortiq, 320 dan ziyod futbol maktablari hamda maktab-inter-natlar mavjud; tema jamoalarni tayyorlash bo'yicha yangi markazlar ochilmogda, 3000 dan ortiq trenerlar o'rtta va oliy jismoniy tarbiya ma'lumotiga ega.

O'zbekistonda zamonaviy futbol o'tegan 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 jamoasi»ga birlashishga yo'l berdi.

Bir oz vaqt o'tgach, Toshkentda ham futbol o'ynay boshladilar. Toshkentlik futbol ishqibozlari orasida eng mashhur jamoa bu TOLS – Tashkentское обшество любителей спорта (TSLJ – 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'yiniga 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.

1912 yili Qo'qon shahrida ilk bor tuzilgan futbol jamoasi mahalliy millat o'yinchilardan iborat edi.

1913 yildan boshlab Andijon, Farg'ona, Samarqand shaharlarida futbol keng targala boshladi.

1922 yil 17 noyabrda Qo'qon, Andijon va Jalolobod jamoalari o'rtasida futbol uchrashuvlari o'tkazildi. Futbol jamoalarining uchrashuvlari o'sha vaqtlarda Qo'qon va Andijon jamoalari ayniqsa kuchli bo'lganini ko'rsadi.

1921 yilda Toshkentda «Olimp» birlashgan sport jamiyati tashkil etildi. Bu o'sha davrda Turkistondagi eng yirik sport tashkilotlaridan biri edi. Mazkur jamiyatning futbol jamoasi ko'p yillar davomida O'rtta Osiyodagi eng kuchli jamoalardan biri bo'lib hisoblanib keldi.

1921 yilda II O'rtta Osiyo Olimpiadasi o'tkazildi. Bu Olimpiadada dasturiga boshqa sport turlari bilan birga futbol ham kiritilgan edi. Olimpiadada Toshkentning futbol jamoasigina barcha uchrashuvlarini mag'lubiyatsiz o'tkazdi.

1924 yilda Turkiston futbol jamoasi birinchi marta Rossiya birinchiligida g'anashtib, yuksak natija ko'rsadi.

1928 yili Qo'qon musulmonlar jamoasi, Toshkent va respublikamizning boshqa jamoalari bilan o'tkazilgan shaharlararo matchlarda g'atnashdi.

1926 yil O'zbekistonga Sankt - Peterburg shahridagi Proletar zavodi futbol jamoasi keldi. Bu jamoa Toshkent futbolchilari bilan ikki marta uchrashdi. Ikkala uchrashuvda ham Toshkentliklar (3:0 ; 5:2) g'olib chiqdilar.

1927 yil iyulda O'zbekistonda birinchi spartakiada o'tkazildi. Bunda futbol jamoalari juda chiroyli o'yinlarni ko'rsadilar. Birinchi o'rinni Toshkent futbolchilari, ikkinchi o'rinni farg'onaliklar egalladi. O'zbek futbolchilaridan iborat jamoalar o'rtasida esa farg'onaliklar birinchi, toshkentliklar ikkinchi bo'ldi.

Qo'qondagi Kamol va Xusan Muxiddinovlar, Oxunjon Boymatov va Xosifjon

Alimov kabi fidoyi kishilar tashkil etgan, keyinchalik Toshkentlik Vladimir

Dovenko ustozlik qilgan jamoa shuhrati 1930 yillarda Turkiston o'lkasi bo'ylab keng targaldi.

1934 yilda O'rtta Osiyo va Qozog'iston respublikalari sportakidasida

O'zbekiston futbol bo'yicha ikki jamoa bilan ishtirok etdi. Biri «mus-jamoa», ikkinchisi respublika terma jamoasi: «musjamoa» ning etakchi futbolchilaridan Xusan va Qodir terma jamoa safidan joy olishdi.

Birinchi uchrashuvni Turkistonliklar bilan o'tkazib 2:0 hisobida, keyin Tojikiston terma jamoasi ustidan 1:0 hisobida g'alaba qozonildi. Qirg'iz futbolchilari esa «musjamoa» bilan maydonga tushmaslikni afzal ko'rdilar. Musulmonlar jamoasi shu tariqa O'ra Osiyo va Qozog'iston respublikalari spartakidasining g'olibi bo'ldi. Xusan Muxiddinov, darvozabon Kimyogarov va Jo'ra Xonazarov turnirning «Eng yaxshi futbolchilari» deb tan olindi.

1928 yilda Moskvada o'tkazilgan sobiq Ittifoq sportakidasida O'zbekiston

Rossiya jamoasi bilan 2:2 hisobida durang qildi. Futbol chempionatida 23 jamoa Rossiyadan 12 jamoa, sobiq ittifoq respublikalaridan 5 jamoa va chet el sport delegatsiyalari (Angliya, Finlandiya, Urug'vay, Shveysariya, Avstriya hamda Germaniya) ning 6 jamoasi qatnashdi. O'zbekiston jamoasi yetinchi o'rinni egalladi.

1928 yilda o'zbek futbolchilari bir qator o'rtoqlik uchrashuvlari o'tkazdilar. Masalan, Toshkentning KOR jamoasi Moskva chempionini 3:1 hisobida mag'lub etdi.

1929 yil qardosh respublika Zakavkaz'e bilan O'zbekiston o'rtasida futbol bo'yicha do'stlik uchrashuvi 3:1 hisobida O'zbekiston jamoasining g'alabasi bilan tugadi.

1931 yil 4 oktyabrda O'zbekiston sportchilari Toshkentga kelgan Norvegiya sportchilari bilan ilk bor uchrashdilar. Norvegiyalik futbolchilar O'zbekistonda uchta uchrashuv o'tkazdi. Birinchi uchrashuvda Toshkent terma jamoasi 4:2 hisobida g'alaba qozondi. Kasaba uyushmalari jamoasi bilan o'tkazilgan ikkinchi uchrashuvda norvegiyalik sportchilar 5:2 hisobi bilan g'olib chiqdilar. O'zbekiston terma jamoasi bilan bo'lgan uchrashuv 2:2 durang natija bilan tugadi. 1932-yili O'zbekiston sportchilari ikkinchi marta xalqaro uchrashuvda qatnashdilar. Bu safar O'zbekistonga Germaniya futbol jamoasi (ishchilar terma jamoasi) kelgan edi. Mehmonlar bilan ikkita match o'tkazildi. Toshkent shahri terma jamoasi bilan bo'lgan birinchi uchrashuvda o'zbekistonlik futbolchilar 4:2 hisobida g'olib chiqdilar. O'zbekiston terma jamoasi bilan bo'lgan ikkinchi uchrashuv ham o'zbek futbolchilari foydasiga hal bo'ldi (3:1).

Ikkinchi jahon urushi yillarida respublika spartakidalarini bo'lib o'tdi; O'ra Osiyo va Qozog'iston xalqaro spartakidasi Olmaota shahrida o'tkazildi, unda o'zbek futbolchilari birinchi o'rinni egalladilar.

1946 yilda Toshkentga Moskva «Lokomotiv» masterlar jamoasi kelib O'zbekiston terma jamoasi bilan o'rtoqlik uchrashuvi o'tkazdi. Bu uchrashuvda O'zbekiston futbolchilari 3:0 hisobida g'alaba qozondilar. O'sha yili Toshkent «dynamo»chilari moskvalik klubdoshlarini qabul qildi. Bu uchrashuv durang bilan tugadi. Shuni aytish kerakki, O'zbekiston futbol jamoalari 1930 yildan boshlab faqat O'ra Osiyodagina emas, balki sobiq ittifoqda ham kuchli jamoalardan hisoblanib keldi.

Ayniqsa 1947-1949 yillarda respublikada futbol yuksalyotigani yaqqol sezila boshladi. Bu davrda O'zbekiston futbolchilarining jismoniy tayyorgarligi yaxshilanib, texnik va taktik jihatdan kamol topayotgani ko'zga tashlanib turardi. Biroq undan keyingi yillarda O'zbekiston futbolchilarining o'yin mahorati pasayga boshladi, bu esa respublikamiz yoshlari o'rtasida futbol yaxshi yo'lga qo'yilmaganligi, yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligiga yetarli e'tibor berilmagani natijasi edi.

O'sha yillarda Yoshlardan tuzilgan bir qancha kuchli jamoalar paydo bo'ldi. Masalan, 1947 yilda «Pishchevik» ko'ngilli sport jamiyatining yosh jamoasi respublika chempioni bo'ldi.

1947 yilda Toshkent Okrug o'ftislar uyining futbol jamoasi «B» klass magistrar jamoalari o'rtasida sobiq ittifoq birinчилигига kiritildi. U O'ra Osiyo zonasida birinchi o'rinni ishg'ol qilib, zonalar g'oliblari o'rtasida o'tkazilgan final o'yinlarida qatnashish huquqini qo'lga kiritdi.

Futbol qishloq joylarda ham keng yoyila boshladi. Juda ko'p jamoa tuzilib, ular o'z mahoratini tinmay takomillashтира bordi. 1948 yilda Toshkent viloyatidagi «Polyarnaya zvezda» jamoasi futbol bo'yicha respublika chempioni bo'ldi. O'sha yilning o'zida O'zbekiston futbolchilari O'ra Osiyo va Qozog'iston respublikalari spartakidasida g'olib chiqdilar. Toshkent o'ftislar uyi jamoasi sobiq ittifoq Qurolli Kuchlari chempioni degan sharafti nomga sazovor bo'ldi.

1951 yilda O'zbekistonning Yoshlar jamoasi musobagalarda muvaffaqiyatli qatnashib, birinчилигига O'ra Osiyo zonasida birinchi o'rinni egalladi.

Shundan keyingi yillarda respublika birinчилигига muntazam

o'tkazib turildi va bu musobaqalarda O'zbekiston shaharlari jamoalari g'atnashib keldi. 1953 yilda Toshkentdagi Yoshlar sport maktabining futbol jamoasi respublika chempioni nomini oldi. Bu yoshlar o'rtasida futbolni rivojlantirishdan dalolat berar edi. Respublika birinchi ligalaridan tashqari har yili O'zbekiston kubogi uchun ham musobaqalar o'tkazilib keldi. Bu musobaqalarda yil sayin ko'proq jamoalar g'atnashadi. Masalan, 1954 yili O'zbekiston kubogi uchun o'tkazilgan musobaqalarda 300 dan ortiq jamoa g'atnashdi.

1955 yil mavsumida O'zbekiston bilan Afg'oniston futbolchilari o'rtasida xalqaro uchrashuv bo'ldi. Bu uchrashuv 4:0 hisobida O'zbekiston futbolchilarining g'alabasi bilan yakunlandi. Keyingi yili O'zbekiston «Paxtakor» jamiyatining futbolchilari Efiopiya futbolchilarini qabul qildilar. G'oyat do'stona vaziyatda o'tgan bu xalqaro uchrashuv 3:0 hisobida Paxtakor jamoasining g'alabasi bilan tugadi.

1956 yilda O'zbekiston futbolchilari sobiq ittifoq xalqlari sportkadasida g'atnashib 12 o'rinni egalladi.

1962 yilda «Paxtakor» jamoasi sobiq ittifoq chempionati «A» klassida 6-o'rinni egallab, katta muvaffaqiyat qozondi. Lekin 1965 yil mavsumida 10-, 1966 yil 9- va 1967 yili 15-o'ringa tushib qoldi. 1968 yildagi kubok o'yinlarida ikkinchi o'rinni (Torpeda M – Paxtakor 1:0) oldilar.

Mustaqillikka erishganimizdan keyin futbol yanada rivojlana bordi. O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 yil 21 mayda tashkil topdi. O'zbekiston futbol federatsiyasi 14 ta hududiy va viloyat futbol federatsiyasini, 200 dan ortiq usta jamoalari, futbol klublari, sport maktablari, iqtidorlilar va terma jamoatayyorlash markazlari birlashtiradi. O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 – yil 7 – iyundan boshlab FIFAga ya'ni Xalqaro futbol federatsiyasiga a'zo bo'ldi. Xududiy joylashuv jihatidan O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 yil dekabr oyida Osiyo futbol konfederatsiyasi (O'FK)ga a'zo bo'ldi. Shu yo'l bilan mamlakat futbol jamoalari yirik xalqaro turnirda ishtirok etish huquqini qo'lga kiritdi. Jahon, Osiyo chempionatlari Olimpiada va Osiyo o'yinlari musobaqalarida ishtirok etish imkoni yaratildi. O'zbekiston milliy terma jamoasi 1994 yilda Yaponiyaning Xirosima shahrida o'tkazilgan Osiyo o'yinlarida chempion bo'ldilar. Bu yutuq O'zbekiston milliy terma jamoasining eng katta yutuqlardan biri sanaladi. Mustaqillikdan

so'ng O'zbekiston milliy chempionati o'tkazilib kelimmogda unda Toshkentning Paxtakor jamoasi (1992, 1998, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2012, 2014, 2015, 2019, 2020, 2021) yillarda O'zbekiston chempioni (1993, 1997, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2009, 2011, 2019, 2020) yillarda O'zbekiston kubogi sohibi bo'ldilar. 2007 – yil yanvar oyida Moskvada o'tkazilgan Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi kubogi musobaqasida g'atnashib oliy o'rinni egallab kubok sohibi bo'ldilar. Farg'onaning «Neftchi» jamoasi, (1992, 1993, 1994, 1995, 2001) yillarda O'zbekiston chempioni (1994, 1996) yillarda O'zbekiston kubogi sohibi; Namanganni «Navbahor», jamoasi (1996 yil) O'zbekiston chempioni (1992, 1995, 1998) yillarda O'zbekiston kubogi sohibi. Toshkentning MHSK futbol jamoasi (1997 yilda) O'zbekiston chempioni bo'ldilar. 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). O'zbekiston chempioni unvoniga yana, Toshkentning Do'stlik jamosi (1999, 2000) O'zbekiston chempioni (2015) yilda O'zbekiston kubogi sohibi. Toshkentning Lakomotiv jamosi (2017, 2018, 2019) O'zbekiston chempioni (2014, 2016, 2017) yillarda O'zbekiston kubogi sohibi. Nasaf va 2015, 2021-yilda O'zbekiston Kubogini qo'lga kiritganlar.

O'zbekiston futbol jamoalaridan Toshkentning «Paxtakor», Farg'onaning «Neftchi» hamda Qarshining «Nasaf» futbol jamoalari Osiyo futbol Konfederatsiyasi tomonidan o'tkaziladigan Osiyo chempionlar ligasi musobaqalarida muvaffaqiyatli ishtirok etib kelishmogda. 2002 yil Qarshining «Nasaf» jamoasi Osiyo chempionlar kubogi musobaqasini saralash o'yinlarida 5 tasida g'alaba qozonib yarim finalda Eronning «Istiqlob» jamoasiga 2:5 hisobda mag'lubiyatga uchrab 4 – o'rinni egalladilar. 2003 – yil Toshkentning «Paxtakor» jamoasi Toshkentda bo'lib o'tgan Osiyo chempionlar ligasida Turkmanistonning «Nissa» jamoasini 3:0, Eronning «Peruz» jamoasini 1:0 va Iroqning «Al – Tolib» futbol jamoasini 3:0 hisobda mag'lubiyatga uchratib yarim finalda Taylanning «Bek – Tero Sosana» futbol jamoasiga 2 o'yin natijasiga ko'ra imkoniyatni boy berdi. 2002 – 2003 yillarda 20 yoshgacha bo'lgan futbolchilardan iborat bo'lgan O'zbekiston yoshlar terma jamoasi, Birlashgan Arab Amirliklarida o'tkazilgan Jahon chempionatini final ishtirokchisi bo'ldilar. Milliy

terma jamoamiz futbol klub jamoalarimizni bu muvofiqiyati Vazirlar Mahkamasining O'zbekistonda futbolni rivojlantirish to'g'risidagi chiqarilgan qarorlariga javob beradi.

Mustaqillikdan so'ng Vazirlar Mahkamasi futbolni rivojlantirish uchun qarorlar qabul qildi. 1993 yil 18 martdagi 144-sonli «O'zbekiston Respublikasida futbolni keyingi istiqbollari belgilash to'g'risidagi qarori 1996 yil 17 yanvardagi 27-sonli «O'zbekistonda futbolning rivojlantirish tashkiliy asoslari va prinsiplarini tubdan takomillashtirish chora tadbirlari to'g'risidagi» qarori 1998 yil 16 iyul 238-sonli «O'zbekistonda futbol taraqqiyoti jang'armasini faoliyatini yaxshilash va uni qo'llab quvatlash to'g'risidagi» qarori 2006 yil 1 maydagi «O'zbekistonda futbolni rivojlantirishning qo'shimcha chora-tadbirlari to'g'risidagi» qarori Respublikamizda ko'plab futbol maktablari, maxsus sport maktab internatlari, bolalar va o'smirlar sport maktablarini ochilishi O'zbekistonda futbolni rivojlantirish uchun olib borilayotgan ishlarning dalilidir. 2007 yil 28 martda Xalqaro Futbol Federatsiyasi prezidenti Yo'zif Blater va Osiyo Futbol Konfederatsiyasi prezidenti Muxammad Bin Xammam O'zbekistonga tashrif buyurdi. Ular O'zbekistonda futbolni rivojlantirish uchun olib borilayotgan ishlarni ya'ni yangi o'yingohlarni ko'zdan kechirdi va olib borilayotgan ishlarga yuksak baho berdi. Tashrif mobaynida Xalqaro Futbol Federatsiyasi prezidenti Yo'zif Blater va Osiyo Futbol Konfederatsiyasi prezidenti Muxammad Bin Xammam O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Islom Karimov bilan uchrashdilar hamda futbolni rivojlantirish uchun kelgusi ishlarni rejalashtirib oldilar. O'zbekiston Prezidenti Islom Karimov xalqlar o'rtasidagi do'slikni mustahkamlash va xalqaro sportga qo'shgan buyuk hisssasi uchun Xalqaro Futbol Federatsiyasi prezidenti Yo'zif Blaterga «Do'slik» ordeni, Osiyo Futbol Konfederatsiyasi prezidenti Muxammad Bin Xammamga «Shuhrat» medali topshirdi.

## 2-BOB. FUTBOL O'YIN TEXNIKASI

Qo'yilgan maqsadga erishmoq uchun o'yinda xilma-xil tarzda qo'shib turib qo'llaniladigan maxsus uslublar to'plami futbol texnikasini tashkil etadi.

Texnik uslublar — bu futbol o'yinini vujudga keltirish vositasi demak. Yuksak sport natijalariga erishish ko'p jihatdan futbolchining ana shu xilma-xil vositalarni qanchalik to'liq bilishiga, raqib jamoa o'yinchilari qarshilik ko'rsatayotgan, ko'pincha esa charchoq orta borayotgan sharoitda o'yin faoliyatidagi turi holatlarda ularni qanchalik mohirlik bilan, samarali qo'llanishga bog'liq. Futbol texnikasini yaxshi bilish futbolchining har tomonlama tayyorgarlik ko'rishi va garmonik kamol topishidagi ajralmas qismidir.

O'yin taraqqiyotining yuz yildan ortiq tarixi mobaynida futbol texnikasida muayyan o'zgarishlar bo'ldi. Bu evolyutsiyaning asosiy yo'nalishlari quyidagilardan iborat: boshning chakka qismi va orqasi bilan zarba berish, to'pni boldir bilan to'xtatish singari noratsional uslub va usullarni qo'llanish ancha kamayib ketdi; oyog yuzi bilan zarba berishdan, to'pni son va ko'krakda to'xtatishdan, to'pni qo'l bilan tashlash (darvozabon texnikasi) dan foydalanish ko'effitsienti oshdi, aldash harakatlari (fintlar) ko'paydi.

Hozirgi futboldagi texnik uslublar o'yin harakatlari tezligi va aniqligini oshirish uchun kuchdan yetarlicha tejab foydalanish imkonini beradigan, biomehanika nuqtai nazaridan maqbul harakat tizimi bilan xarakterlanadi. Tez va ishonchli, sodda va samarali bo'lsin! Futbol texnikasini qo'llanishga qo'yiladigan hozirgi kundagi talab ana shundan iborat.

Futbol texnikasining tasnifi texnik uslublarni umumiy (yoki o'xshash) o'ziga xos belgilariga qarab guruhlariga bo'linadi.

O'yin faoliyati xarakteriga qarab futbol texnikasida ikkita yirik bo'lim ajratiladi: maydon o'yinchisi texnikasi va darvozabon texnikasi. Har qaysi bo'lim esa quyidagi: harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi bo'limchalarga bo'linadi. Kichik bo'limlar turi usullarda ifro etiladigan aniq texnik uslublardan: harakatlanish texnikasi usublari va usullaridan iborat. Bulargan maydon o'yinchilari va darvozabon foydalanadi. Ammo ayrim uslub va usullar o'zining muayyan turlariga ega. Usul va turlarda harakatning asosiy mexanizmi umumiy bo'lib,

detallari dagina farq bo'ladi. Har xil usul, usul va turlarni ijro etish shartlari futbol texnikasini yanada turli-tuman qiladi.

O'rganilayotgan materialni tizimlashtirish, uslub, usul, turlarni yaxshi tushunishga, ularni to'g'ri tahlil qilishga, ta'lim va olingan bilimlarni takomillashtirish vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilishga yordam beradi.

Futbol texnikasining xarakteristikasi maydon o'yinchisi va darvozabon uchun umumiy kichik bo'lim bo'lgan harakatlanish texnikasidan boshlanadi.

## 2.1. Futbolda harakatlanish texnikasi

Harakatlanish texnikasi quyidagilarni o'z ichiga oladi: yugurish, sakrash, to'xtash, burilish (1-chizma).

O'yin vaqtida harakatlanish texnikasi uslublaridan xilma-xil tarzda qo'shib foydalaniladi. Yugurishning xilma - xil uslublarini sakrash, to'xtash, burilish bilan birga qo'shib olib borish futbolchi harakatlanishiga xos xususiyat hisoblanadi. Harakatlanish texnikasining uslublari maydon o'yinchilari va darvozabonning to'pni boshqarish san'ati bilan chambarchas bog'liq. Harakatlanish texnikasi uslublarini keragicha hamda kompleks tarzda qo'llanish ko'p taktik vazifalarni (to'p olish uchun ochilish va raqibini chalqitish, pozitsiya tanlash, o'yinchini to'sib olish va h. k) samarali hal qilish imkonini beradi. Yugurish futboldagi asosiy harakatlanish vositasidir. To'pni boshqarayotgan futbolchilar yugurish yordamida maydonda turlicha joylashib oladilar. Bundan tashqari yugurish tarkibiy qism sifatida to'pni boshqarish texnikasiga ham kiradi.

Futbolda yugurishning quyidagi uslublari qo'llaniladi: oddiy yugurish, tisarilib yugurish, chalishtirma qadam tashlab yugurish, juftlana qadam tashlab yugurish. Oddiy yugurishdan asosan to'g'riga borayotgan o'yinchilar bo'sh joyga chiqish, raqibni quvish va hokazolarda foydalanadi. Harakat tizimi ham tuzilishi ham engil atletika yugurishidan farq qilmagani uchun uni oddiy yugurish deyiladi. Qadam uzunligi, chastotasi va ritmidagina farqi bor xolos.

Yugurish qadamining uzunligi sprinterlarda 2-2,2 m ga teng bo'lsa, katta yoshli futbolchilarda o'rtaicha 1,3-1,5 m ga teng. Qadamlar chastotasi sprinterlarda sekundiga 4-4,5 qadamga teng. Futbolchilarda

chastota sal ortiqroq, sekundiga 5,15,5 qadam bo'ladi. Bu esa, havoda uchish fazasi qisqaroq bo'lgani sababli tez to'xtashga yoki tez burilish oshishga yordam beradi.

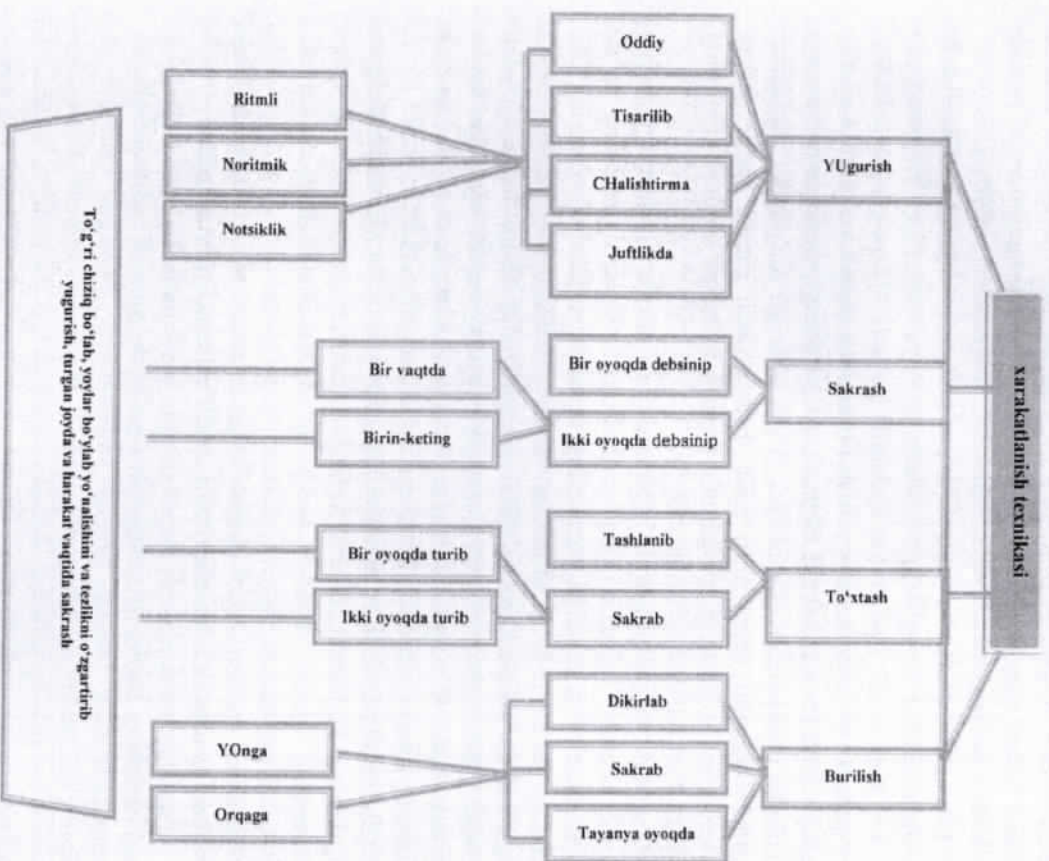
Tisarilib yugurishdan asosan to'pni olib qo'yishda va to'sib olishda qatnashayotgan himoyadagi o'yinchilar foydalanadilar. Yugurishning bu turi ham siklik (qo'shaloq qadamli) bo'ladi. Qisqa-qisqa, lekin tez tez qadam tashlash, havoda uchish fazasining qariyb yo'qligi unga xos xususiyatdir. Buning sababi siltanish oyog'i orqaga uzatilganda sonning tezlikda tisarilib yugurishni talab qilib qoladi. Bunda tezlik qadam chastotasini oshirish hisobiga ortadigan bo'lib, bu ko'proq oyogning orqaga faol harakat qilishiga bog'liq.

Tisarilib yugurayotganda o'yinchi ba'zan muvozanatni yo'qotib yiqilib tushadi. Tayanch oyog vertikal turgan paytda gvdaning og'irlik markazi o'qi tayanch yuzasining tepasida turishi o'yinchining holati turg'un bo'lishi shartlaridan biridir. Chalishtirma qadam tashlab yugurishdan harakat yo'nalishini o'zgartirish uchun, turgan joydan o'ngga yoki chapga siltanib yugurish paytida, burilish olgandan keyin foydalaniladi. U harakatlanishning o'ziga xos vositasi bo'lib, asosan boshqa yugurish turlari bilan birga qo'shib qo'llaniladi.

Chalishtirma qadam tashlab yugurish yon tomonga bajariladigan yugurish qadamlari bilan xarakterlanadi. Qadam tashlash siklining birida siltanuvchi oyogni tayanch oyogning oldiga chalishtirib o'tkaziladi. Yugurish paytida havoda uchish fazasi juda qisqa.

Juftlana qadam tashlab yugurishdan taktik jihatdan kerakli holatga o'tishda (masalan, o'yinchi oldini to'sib olishda) foydalaniladi.

U dastlab harakatlanish fazasi sifatida foydalaniladi, keyinroq o'yindagi vaziyatga qarab, harakatlanish texnikasining turli uslublari sifatida ijro etiladi.



**1-chizma. Futbolida harakatlanish texnikasi** Juftalama qadam tashlab yugurish oyoqlarini sal bukib bajariladi. Birinchi qadamni harakat yo'nalishiga yaqin oyoqdan boshlab, yon tomonga tashlanadi. Ikkinchi qadamda oyoqlar juftlanadi. Depsinish va siltanish harakatlari da zo'r berish yuqori tomonga emas, balki yon tomonga yo'naltiriladi.

**Sakrash.** To'xtash va burilish uslublarining ba'zilarini ifo etishda sakrashdan foydalaniladi. Sakrash zarba berishning ayrim usullari, to'pni oyoqda, ko'krakda, bosh bilan to'xtatib qolish va ba'zi holdagi finlar texnikasining tarkibiy qismlaridan biriga kiradi. O'yinda oldinga, yon tomonlarga, yuqoriga hamda shularga yaqin turadigan yo'nalishlarda sakraladi. O'yindagi vaziyat ko'p vaqlarda maksimal baland yoki maksimal uzun sakrashni talab qilmaydi. Bunda sakrashning samaradorligi futbol o'ynayotgan odamning koordinatsion qobiliyati bilan belgilanadi va futbolchi o'zining turli dastlabki holatlardan fazo, vaqt va kuch xarakteristikalarini optimal holatda bo'lgan harakatlari qilishi kerak bo'ladi.

Barcha xil sakrashlarda depsinish, havoda uchish va yerga tushish fazalari bo'ladi.

Sakrashning ikki xil uslubi mavjud: bir oyoqda depsinib sakrash va ikki oyoqda depsinib sakrash.

Bir oyoqda depsinib sakrash oldinga, yon tomonlarga, yuqoriga bajariladi. Bunday sakrashda faol depsinib, ikkinchi oyoqni siltatib, gavda og'irlik markazining o'qi sakrash tomonga o'tkaziladi. Sakrashning traktoriyasi va kuchi o'yindagi vaziyatga bog'liq. Bir oyoqda yoki ikki oyoqda yerga tushiladi. Qisqa masofali, qattiq amortizatsiya keyingi harakatlarga tezroq va samaraliroq o'tish imkonini beradi. Og'irlik markazi o'qining proektsiyasi tayanch yuzasining chegarasida yoki undan tashqarida bo'lishi ham shunga yordam beradi.

Sakrab to'pga bosh urayotganda ko'pincha maksimal baland ko'tarilish kerak bo'ladi. Bunda yugurib kelib depsinadigan oyoqni taqqa to'xtaydigan qilib (tayanchga nisbatan burchak hosil qilib) qo'yish yordam beradi. Sal cho'qqaygandan keyin yuqoriga yoki yuqorilab oldinga tomon faol depsinish kerak bo'ladi, bunda qo'llarni ko'krak baravar siltatib ko'tarish depsinishning samarasini oshiradi.

Ikki oyoqda depsinib sakrash – bunday usul bilan oldinga, oldinlab yon tomonga va oraliq yo'nalishlarida sakraladi.

Turgan joydan sakraganda o'yinchi depsinish oldidan tezda salgina cho'ngayadi. Oyoqlarini faol to'g'rilash bilan birga gavda og'irlik markazining o'qi sakrash tomoniga o'tkaziladi va qo'llar siltatiladi. Yugurib kelib sakrayotganda so'nggi qadamda bir oyoqni taqqa to'xtataydigan qilib qo'yiladi. Cho'ngayish paytida ikkinchi oyoq birinchisi yoniga tezlik bilan juftlanadi. Depsinish havoda uchish va yerga tushish

fazalari turgan joydan sakragandagi kabi bo'ladi.

**To'xtash** – harakatlanish texnikasida to'xtashga harakat yo'nalishini o'zgartirishning samarali vositasi deb qaraladi. To'stadan to'xtab qolganida, raqiblarning qayerda, qanday joylashganiga qarab turib to'p bilan ham, to'psiz ham o'sha ketayotgan tomoniga qarshi tomonga o'tilib ketiladi, o'ngga yoki chapga qochib qolinadi.

To'xtashda ikki xil uslub vositasi qo'llaniladi: sakrab to'xtash va tashlanib to'xtash.

Sakrab to'xtash uchun sal yuqoriga qisqaroq sakrab, silangan oyoqda yerga tushiladi – bunda turg'unlik bo'lishi uchun shu oyoq sal egiladi. Ammo ko'pincha yerga ikki oyoqlab tushiladi.

Tashlanib to'xtash so'nggi yugurish qadami hisobiga bajariladi. Bunda silangan oyoqni oldinga uzatib, to'vonga tirilnadida, keyin oyoqni rostmana yerga qo'yiladi. Tashlanib to'xtash oyoqlarni anchagina bukib, ikki oyoqqa tayyanib qolish bilan xarakterlanadi.

Barcha xil to'xtashlardan keyin, odatda, turli yo'nalishlarda harakat davom ettiriladi. Shuning uchun to'xtashdagi so'nggi holati harakatning start holati bo'lishi kerak.

**Burilish** – burilish yordamida futbolchilar tezlikni minimal kamaytirib, yugurish yo'nalishini o'zgartiradilar. Odatda turgan joyda burilgandan keyin start harakatlari boshlanadi. Burilish, shuningdek, zarba berish, to'pni to'xtatish, to'pni olib yurish va finllarning ayrim usullarini bajarish texnikasi tarkibiga ham kiradi.

Burilishning quyidagi uslublaridan foydalaniladi: hatlab o'tib burilish, sakrab burilish, tayanch oyoqda burilish. O'yin sharoitiga qarab yon tomonlarga va orqaga burilish mumkin. Burilish turgan joyda ham, harakat paytida ham bajarilaveradi.

Hatlab o'tib burilganda qisqa-qisqa 2-3 qadam tashlash hisobiga keraki yo'nalishga qarab olinadi.

Harakat yo'nalishini to'stadan va tez o'zgartirishda sakrab burilish samaraliroqdir. Bu ish burilish tomoniga faol depsinib bajariladi. Silkinch oyoqning kaffi ham shu tomonga aylantiriladi. Sakrash unchalik baland bo'lmasa ham to'la to'kis bajariladi.

Tayanch oyoqda burilishning ikki turi bor. Birinchisida burilish yo'nalishidan uzoqdagi oyoqqa tayyanib burilinadi. Bunda futbolchi gavda og'irlik markazi o'qining proektsiyasini tayanch sath chegarasidan chiqarib, tayanch oyoq uchida burilish tomonga aylanadi. Ikkinchisida

harakat yo'nalishiga yaqin oyoqqa tayyanib burilinadi, gavda og'irlik markazining o'qi burilish tomonga ko'chadi. O'tkaziladigan oyoqni ham shu yo'nalishda tayanch oyoqning old tomoniga chalishtirib qo'yiladi. Burilish sal bukitgan tayanch oyoq uchida bajariladi.

## 2.2. Maydon o'yinchisining texnikasi

Maydon o'yinchisining texnikasi ikkita kichik bo'limdan iborat. Butardan biri harakatlanish texnikasi bo'lsa, ikkinchisi to'pni boshqarish texnikasidir.

Maydon o'yinchilari harakatlanish texnikasining yuqorida tahlil qilingan xilma-xil uslublari, usul va turlarining barchasidan foydalanadilar.

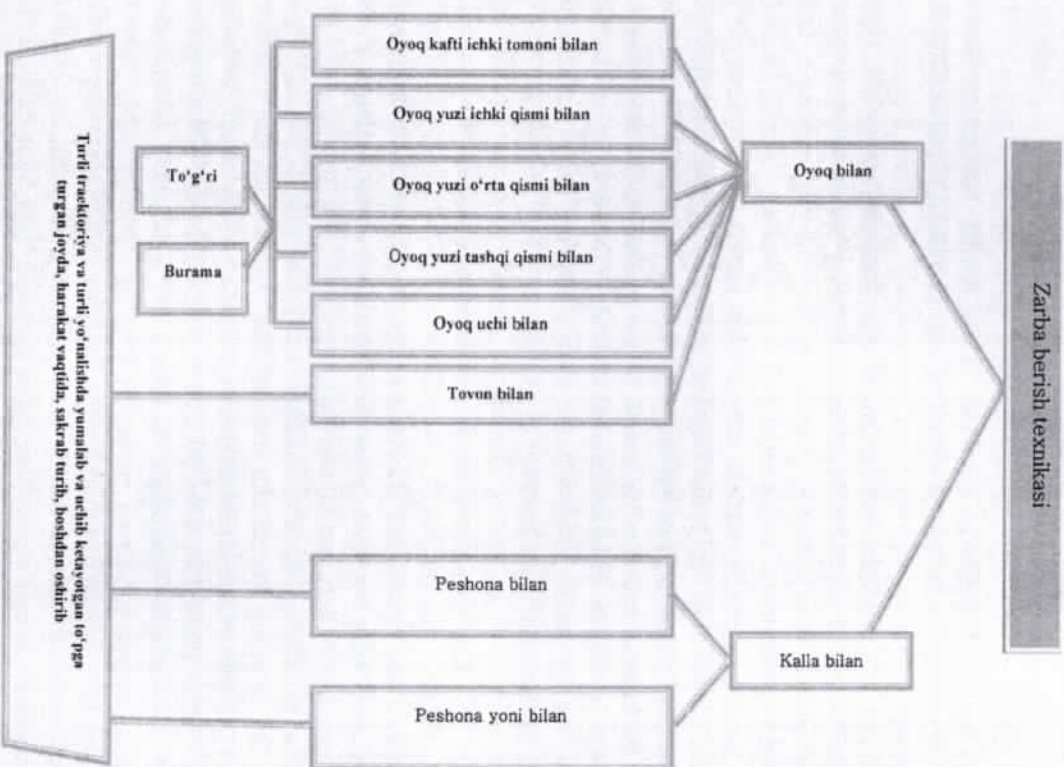
To'pni boshqarish texnikasiga quyidagi uslublar guruhini kiradi: zarba berish, to'pni to'xtatish, to'pni olib yurish, aldash harakatlari (finllar), to'pni olib qo'yish. Bundan tashqari, qo'lda bajariladigan spetsifik usul – yon chiziqning nariyog'idan to'pni tashlab berish ham to'pni boshqarish texnikasiga kiradi. O'yin vaqtida qavsi usul qancha muddorda ijro etilishi futbolchilarning o'yindagi funksiyalariga bog'liq. Uslullarning ijro etish sifati esa maydon o'yinchilarining hammasida yuksak darajada bo'lishi kerak.

## 2.3. To'pga zarba berish texnikasi tasnifi

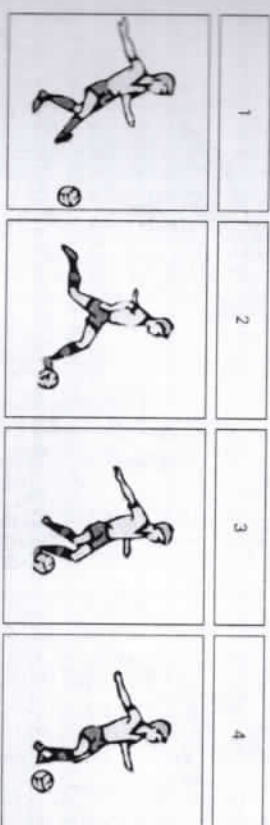
To'pga zarba berish futbol o'yinshining asosiy vositasi hisoblanadi. To'pga oyoq bilan va bosh bilan turli usullarda zarba beriladi. Zarba berishning tasnifi berilgan (2-chizma).

Zarba berishning barcha usullari muayyan maqsadga qaratilgan bo'lib, bu to'pning kerakli traektoriya bo'ylab harakatlanishi va optimal (ko'pincha esa maksimal) tezligi bilan xarakterlanadi. To'pning uchish tezligi zarba beruvchi bo'g'in (oyoq eki bosh) bilan to'pning o'zaro to'qnashgan paytdagi boshlang'ich tezligiga, shuningdek ular massasining bir-biriga nisbatiga bog'liq. O'zaro ta'sir etuvchi bo'g'inlarning massasi nisbatan muhim bo'lgani sababli to'pning uchish tezligini oshirish uchun, zarba beruvchi bo'g'in tezligini oshirish kerak bo'ladi. To'pga oyoq bilan zarba berish to'pga oyoq bilan zarba berish oyoq kaffining ichki tomoni bilan, oyoq yuzining ichki, o'rta va

tashqi qismlari bilan, oyoq uchi bilan, tovon bilan bajariladi. Zarbalar harakatsiz turgan to'pga, shuningdek turli yo'nalishlarda dumalab va uchib kelayotgan to'pga turgan joydan, harakat vaqtida, sakrab turib, buriilib, yiqila turib beriladi.



**Oyoq kaftining ichki tomoni bilan tepish** asosan qisqa va o'rta masofaga to'p uzatishda, shuningdek mo'ljalga yaqin masofadan tepilayotganda qo'llaniladi. (1-rasm).



**1-rasm. Oyoq kaftining ichki tomoni bilan zarba berish.**

Shunday zarba berish texnikasining ba'zi xususiyatlarini ko'rib chiqamiz. Yugurish boshlanadigan joy, to'p va mo'ljal (nishon) taxminan bir chiziqda bo'ladi. Zarba beruvchi oyoqni orqaga tortish so'nggi yugurish qadamidagi ortga depinish hisobiga bajariladi.

Tepish harakati soni oldinga bukish bilan bir vaqtda zarba beruvchi oyoqni tashqari tomon burishdan (supinatsiyadan) boshlanadi. Zarba berish paytida taranglangan oyoqning uchi tashqari tomon burilgan, uning kafti esa to'p uchadigan yo'nalishga nisbatan aniq to'g'ri burchak hosil qilgan bo'lishi kerak. Oyoq uchi sal ko'tarilgan bo'ladi. Zarba berish oyoq kafti ichki sathining o'rasi bilan ijro etiladi. Oyoqning zarba berish vaqtidagi holati surib borish vaqtida ham saqlanib qoladi.

Oyoq kaftining ichki tomoni bilan tepilganda to'pga oyoqning kattaroq sathi tekkan uchun bunday tepish anchagina aniq bo'ladi. Biroq zarba beruvchi oyoqning orqaga tortilishi maksimal darajaga yetmagani sababli, bu usulda berilgan zarbaning kuchi boshqa usullardagiga nisbatan kamroq bo'ladi. Bu esa tos son bo'g'imining chekka holatidagi baquvvat paylari yozilayotganda son suyagi boshini bo'g'in chuqurchasiga siqib, sonning zarba berish harakati uchun zarur bo'lgan supinatsiyasini yo'q qilib qo'yishi bilan bog'liq.

**Oyoq yuzining ichki qismi bilan zarba berish** «o'rta» va «uzun» uzatishlarda, darvozaning uzunasiga «o'qdek» berishlar va hamma masofalardan nishonga tepish paytlarida qo'llaniladi (2-rasm).



**2-rasm. Oyoq yuzining ichki qismi bilan zarba berish**

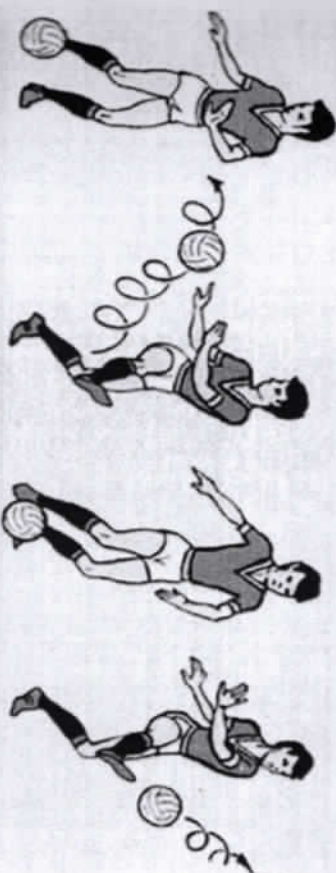
Mazkur zarbani bajarishda to'p va nishonga nisbatan  $45^\circ$  hosil qilib yugurib kelinadi. Yo'l qo'yish mumkin bo'lgan xususiy chetlanishlar  $30^\circ$  dan  $60^\circ$  gacha bo'lishi mumkin. Bunda zarba beruvchi oyoqning ortaga tortilishi maksimal darajaga yaqin bo'ladi. Tiznisi sal bukilgan tayanch oyoq kafining tashqi qismi (oyoq tagining tashqi cheti) yerga qo'yiladi. Gavda tayanch oyoq tomonga sal engashadi. Tepish harakati sonni bukishdan boshlanib, boldirni keskin yozib yuborish bilan tugaydi. Oyoq uchi pastga cho'zilgan, oyoq tarang bo'ladi. Zarba paytida to'p bilan tizza bo'g'imini birlashtirib turuvchi shartli o'q frontal tekislikda og'ibroq turadi. Ana shu shart, shuningdek zarbani to'pning o'rtasi qismiga berish natijasida to'p past trayektoriya bo'ylab uchadi. Oyoq yuzining o'rtasi qismi bilan tepishni bajarish ko'p jihatdan oyoq ichki qismi bilan tepishga o'xshaydi, lekin uni bajarish detallari bir oz farq qiladi.

Yugurib kelish chizig'i, to'p va nishon taxminan bir chiziqda bo'ladi. Oyoqni ortaga, tortish ham, zarba berish harakati ham qat'iyan sagittal tekislikda (oldinga-ortaga yo'nalishida) bajariladi. Tayanch oyoqning to'voni to'pning yon tomoniga qo'yiladi — bunda oyoq bilan to'p baravarlashadi. Tepish harakati davomida to'p tayanch oyoq kafi tovonidan yunalab uchiga ko'tariladi. To'p bilan tizza bo'g'imini birlashtirib turuvchi shartli o'q zarba paytida qat'iyan vertikal bo'ladi. Bu holat surib borish vaqtida saqlanib qoladi.

To'p bilan oyoqning to'qnashish sathi kattagina ekani zarba berishni anchagina aniq bajarish imkonini beradi. Yugurib kelish, oyoqni ortaga tortish va tepish bir tekislikda bajarilgani\* uchun harakat

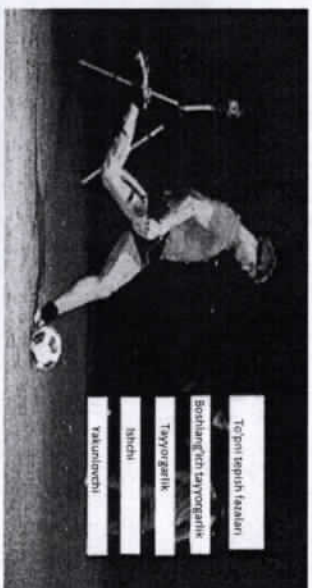
sistemasi biomekanika jihatidan kerakligicha ishlatiladi hamda boshqa usullardagiga nisbatan kattaroq kuch bilan tepiladi. Biroq, oyoq yuzining o'rtasi qismi bilan tepilganda oyoq uchi maksimal darajada pastga tortilgan bo'lishini yoddan tutish kerak. Buning natijasida oyoq kafi yerga tegib ketib, oyoq og'irishi va lat yeyishi mumkin. Bu esa ehtiyot tormozlanish oqibatida ko'pincha harakat amplitudasi o'zgarishiga, zarba kuchi kamayishiga, uning samaradorligi pasayib ketishiga olib kelishi mumkin.

**Oyoq yuzining tashqi qismi bilan tepish** burama zarba berish paytida eng ko'p qo'llaniladi. Oyoq yuzining o'rtasi va tashqi qismlari bilan tepishdagi harakatlarning strukturasi o'xshash bo'lib, farqi bunda tepish harakati vaqtida boldir bilan oyoq kafi qismi ichkari tomonga qarab buriladi (3-rasm).



**3-rasm. Oyoq yuzining tashqi qismi bilan tepish burama zarba berish.**

kutilmaganda, tayyorgarlik ko'rmay turib, nishonga tepib qolish zarur **Oyoq uchi bilan zarba** bo'lib qolganda bajariladi (4-rasm). Bundan tashqari bu tepish raqibdagi to'pni tashlanib yoki shpagat qilib tepib yuborishda ancha samaraliidir.

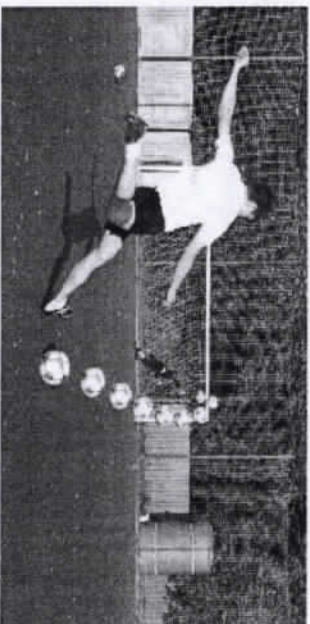


**4-rasm. Oyog uchi bilan zarba.**

Zarba vaqtida yugurib kelish ham to'p va nishon ham, bir chiziqda bo'ladi. Yugurib kelganda o'nggi qadamdagi deqsinish, tepish uchun oyoqni tortish ham hisoblanadi. Tepish harakati tizza sal buktilgan tarang oyoqda bajariladi. Tepish paytida oyog uchi sal ko'tarilgan bo'ladi.

Oyog uchining zarba beruvchi sathi juda kam bo'lgani uchun bu usulda, ayniqsa to'p yumalab kelayotgan bo'lsa, tepish unchalik aniq chiqmaydi.

**Harakatsiz to'pni tepish.** Boshlang'ich, jarima va erkin to'p tepish, burchakdan to'p tepishda, shuningdek darvozadan to'p tepishda o'yinchi harakatsiz yotgan to'pni tepadi. Zarba berishning barcha usullaridagi ifro texnikasining yuqorida zikr etilgan struktura xususiyatlari harakatsiz yotgan to'pni tepishga ham to'liq taalluqli bo'lib, faqat taktik vazifalar gandaligiga qarab tayyorlov fazasida yugurib kelishning uzoq-qisqaligi va tezligi har xil bo'ladi. (5-rasm).

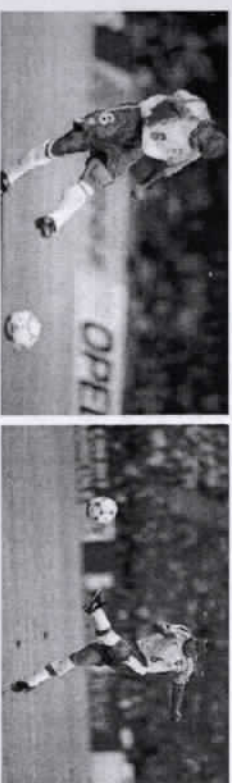


**5-rasm. Harakatsiz to'pga zarba berish.**

**Dumalab kelayotgan to'pga zarba berish.** Dumalab kelayotgan to'pni tepishda ham zarba berish asosiy usullari va turlarining hammasi qo'llaniladi.

Bunday zarba berishdagi texnik harakatlari yerda harakatsiz yotgan to'pni tepishdagi harakatlardan farq qilmaydi. Asosiy vazifa o'z harakati tezligini to'p harakatining yo'nalishi va tezligi bilan muvofiqlashtirib olishdan iborat. To'pning quyidagi asosiy harakat yo'nalishlari bor: o'yinchidan nari ketish, o'yinchi ro'parasidan, yon (o'ng va chap) tomondan, shuningdek shu yo'nalishlar oralig'idan kelish.

Tayanch oyoqni erga qo'yish, ya'ni kichik fazani qanday bajarishning xususiyatlari ana shu yo'nalishlarga qarab belgilanadi. O'yinchidan nariga dumalab kelayotgan to'pni tepishda tayanch oyog to'pdan naritroq o'tkazilib uning yon tomoniga qo'yiladi. Ro'paradan dumalab kelayotgan to'pni tepishda tayanch oyog to'pgaytib bormaydi. Agar to'p yon (o'ng yoki chap) tomondan dumalab kelayotgan bo'lsa, uni to'pga yaqinroq oyog bilan tepgan ma'qul. (6-rasm).



**6-rasm. Dumalab kelayotgan to'pga zarba berish.**

Hamma hollarda ham tayanch oyoqni to'pdan qancha oraliqda qo'yish to'pning harakat tezligiga bog'liq bo'lib, buni zarba berish harakati vaqtida to'p tayanch oyog bilan tenglashtirib qotadigan qilib mo'ljallash kerak. Ana shu holat zarba berish uchun eng qulay hisoblanadi.

## **2.4. Bosh bilan zarba berish tasnifi**

Bu texnik uslub yulidagi muhim vosita hisoblanadi. To'pga bosh qo'yish o'yin jarayonida yakunlovchi zarba berishda ham, sheriklarga to'p oshirishda ham qo'llaniladi.

Peshona bilan zarba berish va shuning variantlari bu uslubdagi eng

ko'p foydalaniladigan usullardir. Shuning uchun o'yindagi vaziyatga qarab peshona bilan zarba berishning ikki xil varianti qo'llaniladi: sakramay zarba berish va sakrab zarba berish.

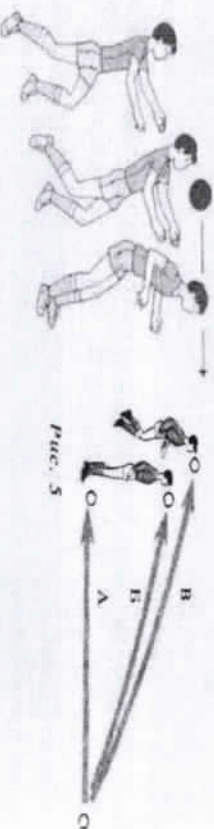
**Sakramay peshona bilan zarba berishdagi** (7-rasm) dastlabki holat kichikroq (50-70 sm) odimlab tik turishdir. Boshni orqaga tortishda o'yinchi gavdasini orqaga engashtiradi, orqadagi oyog'ini bukib, gavda og'irligini shu oyog'ga o'tkazadi. Qo'llar tirsakdan sal bukilgan bo'ladi.

Zarba berish harakati orqada turgan oyog'ni to'g'irlash va gavdani rostlashdan boshlanib, boshning olg'a tomon keskin harakati bilan tugallanadi. Gavdaning og'irligi oldindagi oyog'ga o'tkaziladi.



7-rasm. Sakramay peshona bilan zarba berish.

**Sakrab peshona bilan zarba berish** (8-rasm) bir oyog'da yoki ikki oyog'da deysinib, yuqoriga qarab bajariladi.



8-rasm. Sakrab peshona bilan zarba berish.

## 2.5. TO'PNI TO'XTATISH JARAYONINI TASNIFI

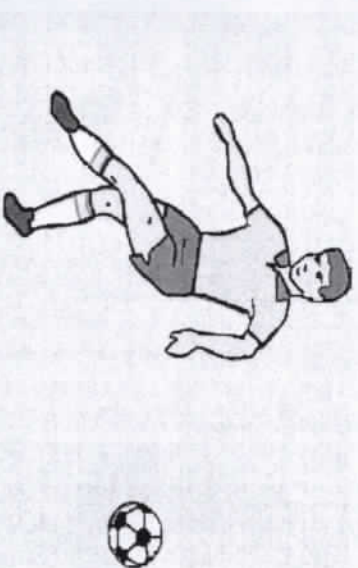
To'pni to'xtatish to'pni qabul qilish va egallash vositasi bo'lib xizmat qiladi. To'xtatishdan maqsad keyingi kerakli harakatlarni amalga oshirish uchun dumalab va uchib kelayotgan to'pning tezligini so'ndirishdan iborat. "To'pni to'xtatish" termini ba'zida "to'pni

moslash", "to'pni qabul qilish" deb yuritiladigan ma'noda tushunish kerak bo'ladi. Shuning uchun to'pni to'xtatish usullarini ko'rib chiqayotganda futbolchi to'pni butunlay to'xtatib olmay, balki uni keyingi harakatlarni bajarish uchun moslab (o'tkazib) olishini nazarda tutamiz.

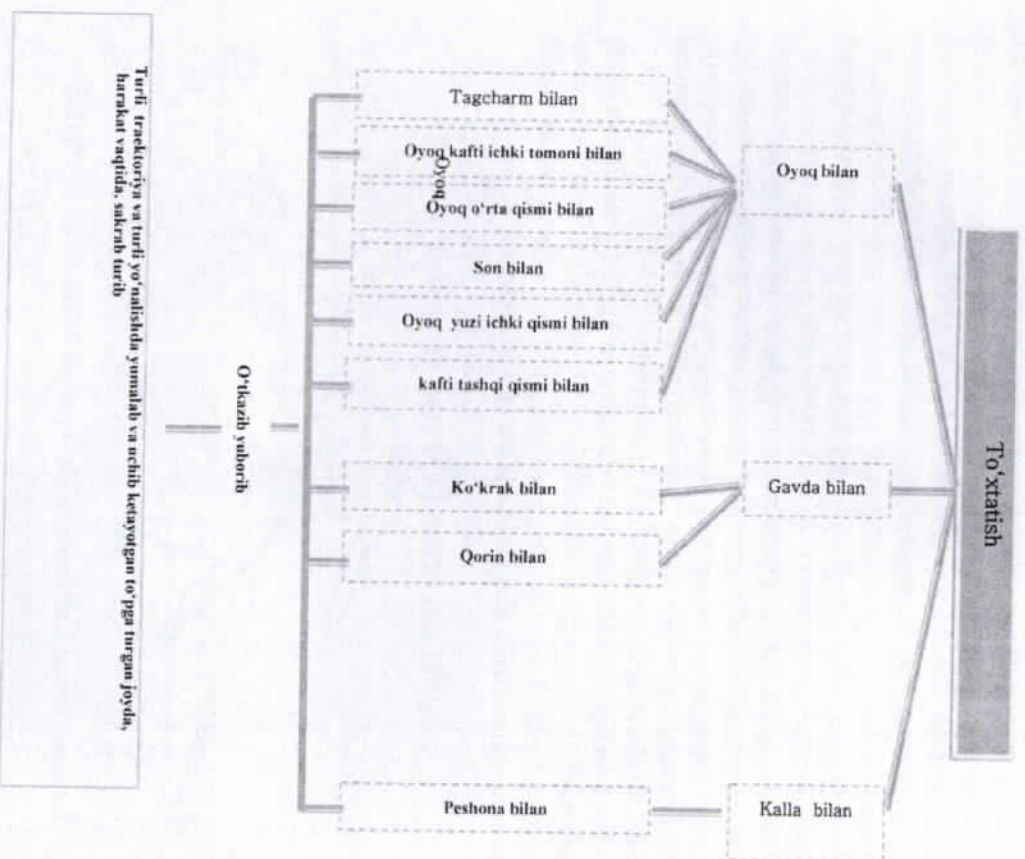
To'pni oyog' bilan, gavda va bosh bilan to'xtatiladi. To'xtatishlarning tasnifi berilgan. (3-chizma).

**To'pni oyog' bilan to'xtatish** – eng ko'p qo'llaniladigan texnik uslub. Uni turli usullarda bajariladi. Oyog' kaffining ichki tomonini, tag' charmi, oyog' yuzi, o'rta qismi, son, oyog' yuzi ichki qismi, oyog' kaffi tashqi tomoni, ko'krak, qorin, peshona bilan to'xtatish. Harakatning asosiy fazalari hamma usullar uchun umumiy.

**Oyog' kaffining ichki tomoni bilan to'p to'xtatish** yumalab va uchib kelayotgan to'plarni qabul qilishda qo'llaniladi. To'xtatuvchi yuza bilan amortizatsiyalash yo'li anchagina katta bo'lgani sababli bu to'xtatish usulining ishonchlilik darajasi katta bo'ladi. (9-rasm).



9-rasm. Oyog' kaffining ichki tomoni bilan to'p to'xtatish



3-chizma. To'xtatish jarayonining tasnifi.

**Dumalab kelayotgan to'pni to'xtatish** uchun dastlabki holat to'p tomonga qarab turish. Gavgdani og'irligi sal bukilgan tayanch oyoqda. To'xtatuvchi oyoq olg'a tomon (to'p qarshisiga) uzatiladi. Oyoq kaffi tashqariga 90° burtiladi. Oyoq uchi sal ko'tarilgan bo'ladi.

To'p bilan oyoq kaffi to'qnashgan paytda to'xtatuvchi oyoq tayanch oyoq darajasiga qadar orqaga olinadi. To'xtatuvchi yuza oyoq kaffi ichki yuzasining o'rtasiga to'g'ri keladi.

**Pastlab**, yani tizza baravar uchib **kelayotgan to'pni to'xtatishdagi** harakatlar dumalab kelayotgan to'plarini to'xtatishdagi harakatlardan unchalik farq qilmaydi. Biroq, past uchib kelayotgan to'pni to'xtatidigan oyoq tayyorlov fazasida bukilib, to'p balandligiga qadar bukiladi.

Balandlab uchib kelayotgan to'plar sakrab to'xtatiladi. bir yoki ikki oyoqda deysinib, yuqoriga sakraladi. To'xtatuvchi oyoqning to'son va tizza bo'g'imlari qattiq bukiladi. Oyoq kaffi tashqari tomonga burtiladi. To'p to'xtatilgandan keyin bir oyoqda yerga tushiladi.

**Tagcham bilan to'p to'xtatish** dumalab kelayotgan va pastga tushayotgan to'plarni to'xtatishda qo'llaniladi. (10-rasm). Dumalab kelayotgan to'pni to'xtatishdagi dastlabki holat-to'p tomonga qarab turish, gavgdani og'irligi tayanch oyoqda. To'p yaqinlashib qolganda to'xtatuvchi oyoq sal tizzadan bukilib to'p tomonga uzatiladi. Kattining uchi 30-40° yoziq (yuqori ko'tarilgan) bo'ladi. Tovon yer yuzasidan 5-10 sm yuqoriroqda turadi.



10-rasm. Tagcham bilan to'p to'xtatish.

To'p bilan tagcham to'qnashgan paytda ozroqgina orqaga sindiruvchi harakat qilinadi. Pastga tushib kelayotgan to'pni tagcham bilan to'xtatish uchuning yerga tushadigan joyini aniq mo'ljal qila bilishi kerak. To'xtatuvchi oyoq tizzadan bukilib, to'p tushadigan joy tepasiga keltiriladi, oyoqning uchi sal ko'tarilgan, ammo oyoqning o'zi bir oz bo'shatirilgan bo'lishi kerak. To'pni u yerga tekkan paytda

to'xtatish mumkin. Bunda oyog kaffi to'pni yerga qisib qoladi (lekin bosib yurilmaydi).

**Oyoq yuzi bilan to'p to'xtatish** keyingi yillarda keng tarqalgan bo'lib, harakat tizimini aniq idora qilishni talab etadi. To'xtatuvchi yuza, ya'ni oyogning yuzi anchagina qattiq va o'Ichami kichik bo'lgani sababli harakat tuzulishida salgina adashish yoki to'pning trayektoriyasi va tezligini noaniq mo'ljallash to'xtatishda jiddiy xatoga olib keladi.

Oyoq yuzasi bilan ko'pincha o'yinchining oldiga kelib tushayotgan to'p to'xtatiladi. Pastlab kelayotgan, ya'ni trayektoriyasi past to'pni to'xtatishda to's-son va tizza bo'g'imlari taxminan 90° bukilgan to'xtatuvchi oyog oldinga uzatiladi. Uning uchi bukik (pastga tortilgan). To'p bilan oyog yuzi to'qnashgan paytda (to'p juda tez kelayotganda esa sal oldinroq) orgaga amortizatsiyalovchi harakat qilinadi.

To'xtatuvchi sath oyog yuzining o'rta qismiga to'g'ri keladi.

**Baland traektoriyali, tushib kelayotgan to'pni to'xtatishda** to'xtatuvchi oyogning kaffi yerga parallel turadi. To'p oyog yuzining pastki qismiga (barmoqlarga yaqin joyga) tushiriladi. Pastlatib orgaga tomon so'ndiruvchi harakat qilinadi.

**Son bilan to'p to'xtatish** hozirgi futbolda ko'p qo'llaniladi. Buning sababi shundaki, tushib-kelishdagi trayektoriyasi har xil to'plarni son bilan to'xtatish mumkin. Bundan tashqari, to'xtatuvchi sath bilan amortizatsiyalash yo'li anchagina katta bo'lgani uchun bu juda ishonchli hisoblanadi (11-rasm).



11-rasm. Son bilan to'p to'xtatish.

Oyoq yuzining ichki qismi bilan to'p o'tkazish. Bu usul bilan ko'pincha yon tomonga yoki orgaga to'p o'tkaziladi. Dastlabki holat —

tushib kelayotgan to'p tomonga yarim burilib turish. To'pga yaqinroq turgan to'xtatuvchi oyog tizzadan sal bukilgan bo'lib, yon tomonga, to'p qarshisiga uzatiladi. To'p yaqinlasha boshlaganda oyog uning ketadigan harakat qilaveradi. To'p yerdan sirpanish paytida unga yetib olib, oyog kaffi bilan bosib tushish kerak.

**Ko'krak bilan to'pni to'xtatish.** Bunda ham to'pni to'xtatish amortizatsiya va so'ndiruvchi harakatlarga asoslangan bo'ladi. Harakat tuzulishining uch fazali ekani ko'krak bilan to'p to'xtatishga xos xususiyatdir (12-rasm).



12-rasm. Ko'krak bilan to'pni to'xtatish.

Tayyorlov fazasida to'pni to'xtatish uchun qulay holatda mana bunday turib olinadi: futbolchi to'p tomonga qarab oladi; oyoglar kerilgan yoki kichikroq qadam (50-70sm) kengligida ochilgan holda turiladi; ko'krak sal oldinga olingan, qo'llar tirsagi sal bukilgan, past tushirilgan. Ishchi faza so'ndiruvchi harakat bilan xarakterlanadi. To'p yaqinlashib kelganda gavda orgaga tortilib, yelka bilan ikki qo'l oldinga chiqariladi. Yakunlovchi fazada og'irlik makazi o'qi to'p bilan harakat qilish mo'ljallangan tomonga o'tkaziladi. Ko'krak balandligi uchib kelayotgan hamda turli trayektoriyada pastga tushib kelayotgan to'plarnigina ko'krak bilan to'xtatsa bo'ladi. Turli trayektoriyada uchib kelayotgan to'plarni to'xtatishda harakat mexanizmi asosan bir xil bo'lib, ayrim detallaridagina farq bor.

Ko'krak balandligida kelayotgan to'pni to'xtatishda o'yinchi oyoglarini kichikroq qadam kengligida ochib, to'ppa-to'g'ri tik turadi, gavdaning og'irligi oldinda turgan oyogga tushadi.

So'ndiruvchi harakat qilganda gavda og'irligi orgadagi oyogga

o'tkaziladi.

Pastga tushayotgan to'pni to'xtatishda gavda orqaga tortiladi. Og'ish burchagi to'pning uchish traektoriyasiga bog'liq (ko'krak tushib kelayotgan to'pga nisbatan to'g'ri burchak hosil qilish kerak).

Ko'krak bilan to'p to'xtatishdagi amortizatsiyasini juda aniq mo'ljallay bilish hamda so'ndiruvchi harakatni o'z vaqtida bajarish lozim.

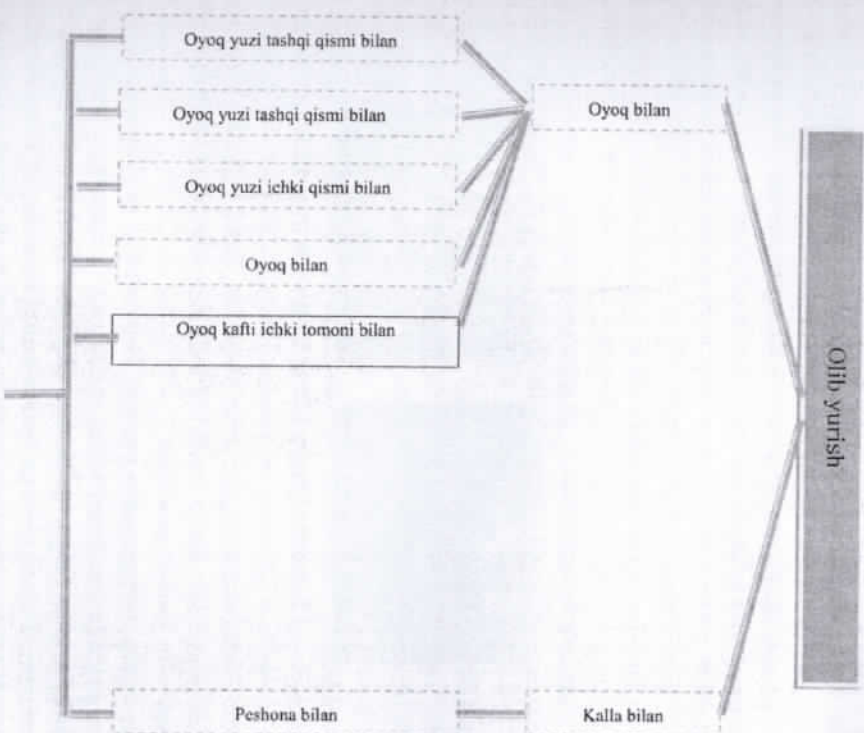
## 2.6. To'pni olib yurish tasnifi

To'p olib yurish yordamida o'yinchi har xil joyga ko'chib yurishi mumkin. Bunda to'p doim o'yinchi nazoratida bo'ladi. To'p olib yurishda yugurib (ba'zan yurib), to'pga turli xil zarba beriladi. Zarba berish ketma-ket va turli maromda, oyoq bilan yoki bosh bilan ijro etiladi.

To'pni olib yurish tasnifi 4-chizmada berilgan. To'p olib yurishning ba'zi usullari mustaqil ahamiyatga ega bo'lmay, o'yinda o'z holicha kamdan-kam qo'llaniladi. Ammo ularni to'p olib yurishning boshqa xillari bilan birga qo'shib olib borilishi o'rinni bo'ladi. Masalan, son yoki bosh bilan to'p olib yurish jihaddan noo'rin. Lekin o'yinda ko'pincha shunday vaziyatlar yuzaga keladiki, unda to'pni oldin bir necha marta boshda urib, keyin sonda ozroq o'ynatib, pirovardida oyoq bilan kerakli usulda olib yurishga o'tiladi.

**Oyoq bilan to'p olib yurish.** To'p olib yurishning bu asosiy uslubi yugurish (goho yurish) hamda to'pga oyoq bilan turli usullarda zarba berib borishning birga qo'shilganidir. Yugurish va to'pga oyoq bilan zarba berish texnikasining Tahlili alohida-alohida yuqorida berilgan. Shuning uchun to'p olib yurishning eng muhim detallari va xususiyatlariga to'xtalib o'tamiz.

To'p olib ketayotganda taktik vazifalarni kelib chiqib to'pga har xil kuch bilan zarba beriladi. Kattaroq masofani bosib o'tish kerak bo'lsa, to'pni o'zidan 10-12 m uzoqlashtirib yuguriladi. Bunda raqib qarshilik ko'rsatsa, to'pni olib qo'yish mumkin. Shuning uchun to'pni uzluksiz nazorat qilib borish va 1-2 m dan ortiq uzoqlashtirib yubormaslik kerak. Shuning bilan birga to'pga tez-tez zarba beraverish ham to'p olib yurish tezligini kamaytirib yuborishini unutmastik kerak.



To'g'ri chiziq bo'ylab, yoylar bo'ylab harakat tezligi va yo'nalishini o'zgartirib

## 4-chizma. To'pni olib yurish tasnifi

Ko'rilgan ikkala holda ham zarba berish uchun maxsus silkinch harakatlar qilishning zarurati yo'q. Orqada oyoqda depsinish zarba berish uchun tayyorlov fazasi bo'ladi. Tayanch oyoq to'pning yonginasiga qo'yiladi. Silkinch oyoq to'p tomon harakat qilib zarba beradi.

To'p olib yurishning o'yindan eng ko'p qo'llaniladigan bir nechta turi bor. Ular bir-biridan zarba berish usuli bilan farq qiladi (13-rasm).

Oyoq yuzini o'rta qismi bilan va oyoq uchi bilan to'p olib ketilayotganda asosan to'g'ri chiqli harakat qilinadi. Oyoq yuzining ichki qismi bilan olib yurish bo'ylab harakatlanish imkonini beradi. Oyoq kaftini ichki tomoni bilan to'p olib yurish harakat yo'nalishini keskin o'zgartirishga imkon beradi. Oyoq yuzining tashqi qismi bilan to'p olish yurishni universal usul deb hisoblansa bo'ladi. Bu usul to'g'ri chiziqli harakat qilish, yoy bo'ylab harakatlanish va yo'nalishni o'zgartirish imkonini beradi.



13-rasm. Oyoq bilan to'p olib yurish.

Sakrab borayotgan to'pni olib yurishda oyoq yuzini o'rta qismi bilan yoki son bilan zarba berib boriladi. Bu ikkala usulda to'pni yerga tushirmay olib yurish mumkin.

**Bosh bilan to'pni olib yurish.** Bu uslubni qo'llaganda o'yinchi turli yo'nalishlarda harakatlari qiladi va ketma-ket bosh qo'yish yordamida to'pni yerga tushirmay olib yuradi. Asosan peshona bilan zarba beriladi. To'pni oldinga tomon uning ketidan yetib borib yanbosh urishga ulguradigan darajada kuch va trayektoriya bilan yo'naltiriladi.



14-rasm. Bosh bilan to'pni olib yurish

## 2.7. Futbolda aldash harakat texnikalari

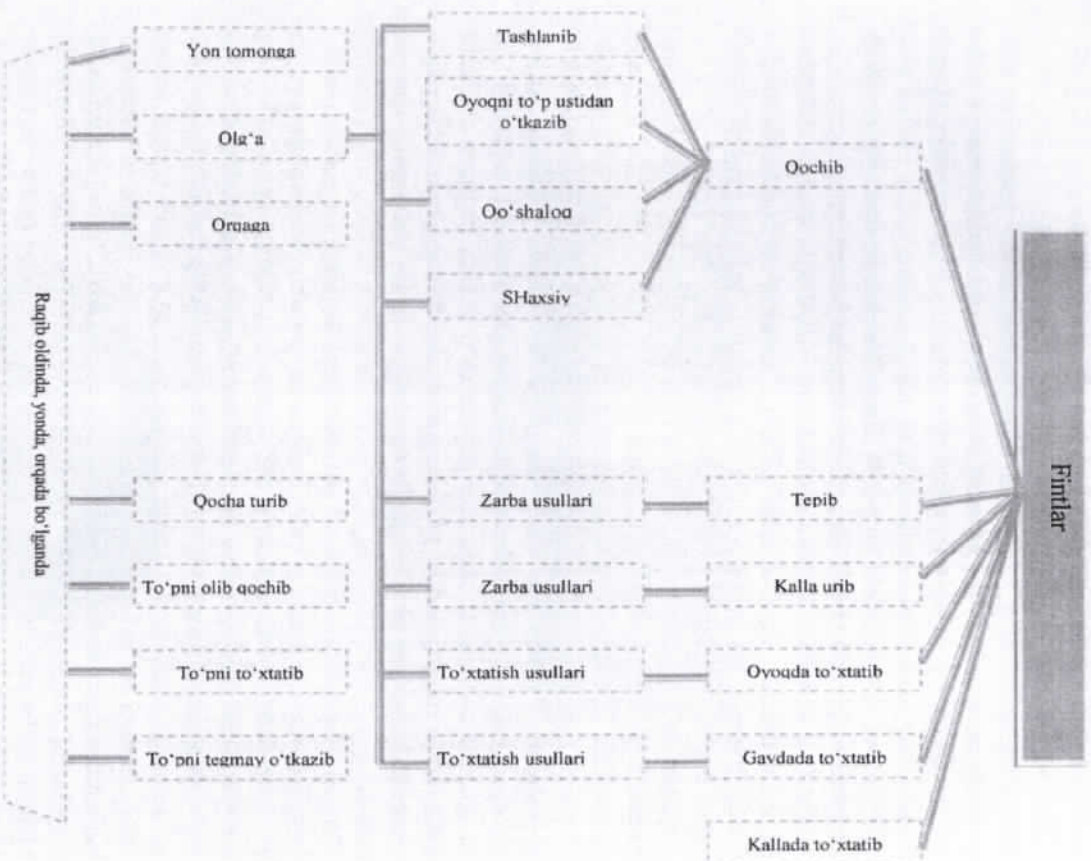
Futbol texnikasining raqib bilan bevosita yakkama-yakka kurashda bajariladigan uslublar guruhini aldash harakatlarini tashkil etdi. Fintlar raqib qashligini yengish va o'yinni davom ettirish uchun qulay sharoit yaratish maqsadida ishlatiladi.

Fintlardan foydalanish hujumda ham, himoyada ham ko'p taktik masalalarni muvaffaqiyatli hal qilish imkonini beradi.

Futbol texnikasi aldash harakatlarini quyidagi asosiy uslublari ko'zga tashlanadi: "qocha turib"aldash, "zarba berib" aldash, "to'pni to'xtatib"aldash. Bu fintlar va ularning turplarini bajarishning xilma-xil usullari bor fintlar tasnifi Schimada berilgan.

Oyoqni to'p ustidan o'tkazib "qochish". Bu fint ko'pincha raqib orqadan xujim qilganda qo'llaniladi. To'p o'zida bo'lgan o'yinchi tayyorlov harakatlari yon tomonga (masalan, chapga) ketmoqchi ekanini ko'rsatadi. Gavdasini chap tomonga buradi, o'ng oyoqni chalishtirib to'p ustidan o'tkazadida, chap tomonga tashlanadi. Orqadan xujim qilayotgan raqib to'pni ko'rmaydi. Tashlangan o'yinchi ergashib, u xam chapga tashlanadi. Ana shu paytda to'p o'zida bo'lgan o'yinchi tezlik bilan o'ngga aylanib, to'pni oyoq yuzini tashqi qismi bilan olg'a yo'naltiradida, keyin o'yindagi vaziyatga qarab, harakatni davom ettiriladi.

To'pni "tepib" fint qilish. Ana shu fintni bajarishning ba'zi xususiyatlarini ko'rib chiqamiz. Yakkama-yakka tortishuvda qatnashayotgan raqib to'paradan yoki oldindan sal yon tomondan kelayotgan bo'lsa, unga yaqinlashayotib, zarba beruvchi oyoq orqaga tortiladi. Bunday holat to'p nishonga tepilishi yoki uzatib yuborilishidan dalolat beradi. Buni ko'rgan raqib to'pni tortib olishga yoki to'p uchib o'tishi kerak bo'lgan zonani to'sishga harakat qiladi. Buning uchun u harakatni sekunlashitiradigan va to'xtatib qo'yadigan tashlanish, shpagat, sirpanish harakatlarini bajaradi. Bundan tashqari. Ana shunday holatlarda yakkama-yakka tortishuv harakatlariga o'tish uchun bir qadar vaqt kerak bo'ladi. O'yindagi vaziyat, sheriklar-u raqiblarning turishi, qarshilik ko'rsatayotgan raqibning holati qandayligiga qarab, asl niyatini amalga oshirish bosqichini tegishli usulda sekungina tepilib, raqibdan oldinga, o'ngga, chapga yoki orqaga qochib ketiladi.



5-chizma. Fintlar tasnifi.

Bordiyu, to'p uzatilgan bo'lib, sheriklardan biri to'pning harakat yo'lida (qulayroq) vaziyatda turgan bo'lsa, asl niyatini amalga oshirish

bosqichida to'p ochiq turgan sherikka o'tkazilib yuboriladi.

**To'pni oyoqda "to'xtatib" fint qilish.** To'pni oyoqda to'xtatib qilinadigan aldash harakati to'p olib yurganda va uni sheriklardan biri oshirib bergandan keyin turli usullarda bajariladi.

To'p olib ketayotganda raqib uni yon tomondan va yondan, orqadan kelib olib qo'yishga harakat qilganda to'pni tagcham bilan bosib va bosmasdan "to'xtatib" finti ishlatiladi.

Birinchi holatda to'p olib ketayotgandagi yugurish qadaminig navbatdagsida o'yinchi tayanch oyog'ini to'la to'p ortiga yaqin qo'yib, uni raqibdan uzoqroq oyog'i tagcham bilan bosib qoladi. Go'yo to'p bilan birga to'xtatmoqchidek harakat qilinadi. Raqib bunga javoban harakatini sekinlashtiradi, ana shu paytda to'pni olg'a tomon sekingina tepiladi-da, yana olib ketilaveradi.

Ikkinchi holda esa tayyorlov bosqichida to'pni to'xtatayotganga o'xshash harakat qilinadi (15-rasm). O'yinchi harakatini sal sekinlatib, oyog'ini to'p ustiga qo'yadi. Asl niyatini amalga oshirish bosqichi oldingi yo'nalishda tezlatib ketilaveradi.



15-rasm. To'pni oyoqda "to'xtatib" fint qilish.

Sherik to'pni uzatgandan keyin "to'xtatib" aldash harakatini bajarishda bir oyog'ga tayanch holatga o'tib, to'xtatuvchi oyog' to'p ketayotgan tomonga uzatiladi.

Raqib to'pni qabul qilib olayotgan o'yinchiga hujum qiladi. Ana shu paytda o'yinchi to'pni to'xtatib o'rniga, o'tkazib yuboradi-yu, 80° ga aylantib, yana egallab oladi.

## 2.8. To'pni olib qo'yishning tasnifi

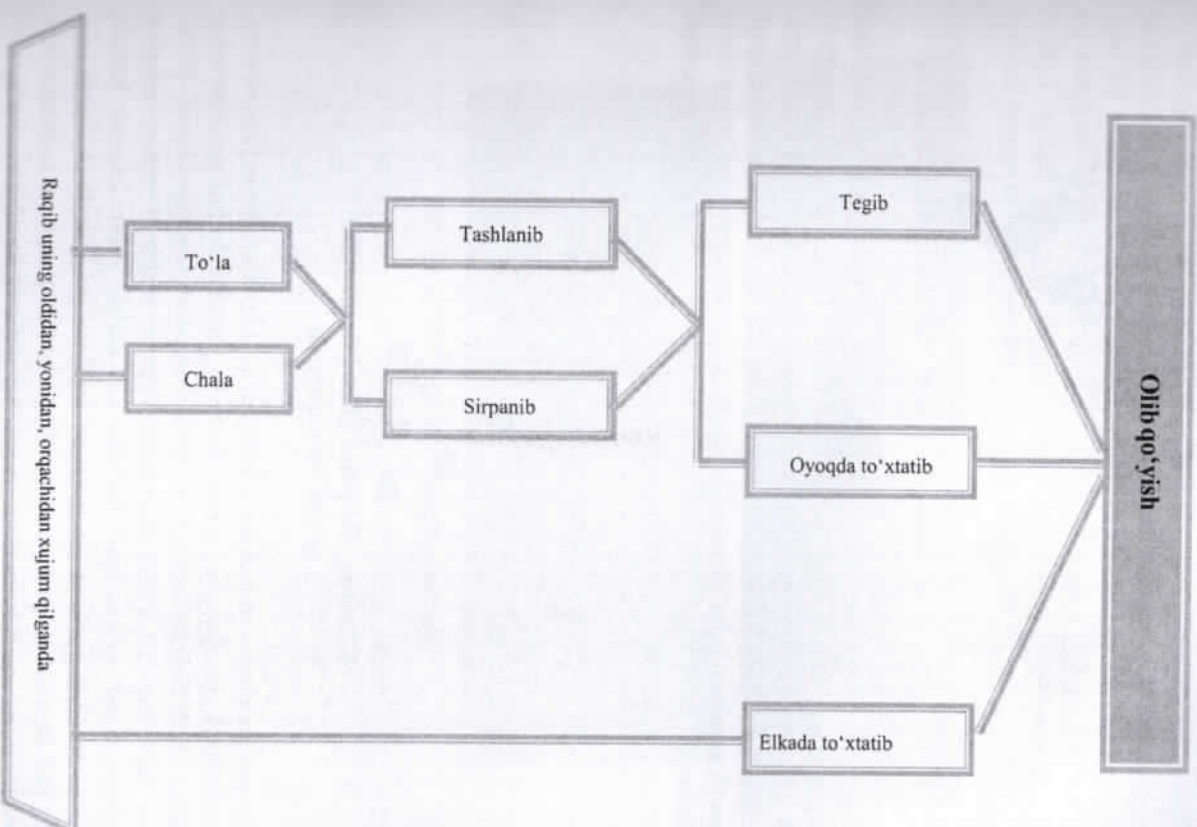
Asosan raqib to'pni olib ketayotganda yoki qabul qilib olayotganda undan to'pni olib qo'yishga harakat qilinadi. To'pin olib qo'yishning samarali chiqishi futbolchining vaziyatni baholash qobiliyatiga, ya'ni raqibgacha va to'pgacha bo'lgan masofani, ularning harakatlanish tezligini, o'yinchilar qanday turganligini va h.k. ni aniq mo'ljallay bilish, qobiliyatiga bog'liq. Raqibga yaqinlasha borayotib yoki ungacha bo'lgan oraliq masofani saqlab turib, raqib to'pni sal o'zidan uzoqlashtirganda unga hujum qilish kerak. Ana shu paytda hujum qilgan o'yinchi otilib borib, to'pni tepib, to'xtatib yoki raqibni yelka bilan turib, to'pni tortib oladi.

To'p olib qo'yish ikki xil bo'ladi: to'la olib qo'yish va chala olib qo'yish. To'lasida olib qo'yuvchining o'zi yoki uning sherigi to'pni egallab oladi. Chalg'itishda esa to'pni ma'lum masofaga tepib yuboriladi yoki yon chiziqdan chiqarilib yuboriladi. Bunda to'pni raqib egallab olsa ham uni hujum qilish harakatiga halqit beradi va himoyani oqilona qayta tuzib olish uchun vaqtdan yutiladi. Raqibni hujum sur'ati va shubhasini o'zgartirishga majbur bo'ladi.

Murakkab o'yin vaziyatlarida to'pni olib qo'yish maqsadida tashlanib olib qo'yish, sirpanib olib qo'yish degan murakkab usullar qo'llaniladi. To'pni olib qo'yishning tasnifi 6-chizmada ko'rsatilgan.

To'pni tashlanib olib qo'yish raqibdan o'zib 1,5-2m masofadagi to'pni olib qo'yish imkonini beradi. Raqib o'ng yoki chap tomondan o'tib ketmog'chi bo'lganida shu usul qo'llaniladi. To'p tomondan tez harakat qilib unga tashlanadi. Tashlanish kengligi to'pgacha bo'lgan masofa qanchalig'iga bog'liq. Yetish qiyin bo'lgan to'plarni yarim shpagat yoki shpagat qilib olib qo'yiladi. Tashlanib to'pni olib qo'yishda to'pni tepish yoki to'xtatishdan foydalaniladi. Birinchisida raqib oyog'idan to'p ko'proq oyog' uchi bilan tepib yuboriladi. To'xtatishga harakat qilganda esa oyog' kafi bilan to'p yo'li to'siladi va uning harakati yo'naltirishda olib ketilishiga imkon berilmaydi.

**Sirpanib to'pni olib qo'yish** o'yinchidan 2m dan ham narida bo'lgan to'pni egallab olish imkonini beradi. Bundan to'p ko'proq orqadan yoki yon tomondan kelib olib qo'yiladi. Hujum qiluvchi o'yinchi raqibga yaqinlashib qolganda yiqila turib oyog'larini oldinga uzatib yuboradi. O'yinchi o't ustida sirpanib borib, to'p yo'lini to'sib qo'yadi yoki uni tepib yuboradi. (16-rasm).



6-chizma. To'pni olib qo'yishning tasnifi.



16-rasm. Sirpanib to'pni olib qo'yish.

**Raqibni elka bilan turtib to'pni olib qo'yish** o'yin qoidalariga muvofiq bajarilishi kerak. To'pni boshqarayotgan o'yinchi masofada faqat elka bilan raqibning elkasiga turtishga ruxsat etiladi. Faqat to'pni olib qo'yish maqsadida turtish mumkin bo'lib, bu hech qachon qo'pol va xavfli xarakterda bo'lmastligi lozim. Bu uslublardan muvaffaqiyatliroq foydalanish uchun elkada turtishni raqib bir oyoqqa (uzoqroqdagi oyoq'iga) tayanib turganida bajarish kerak.

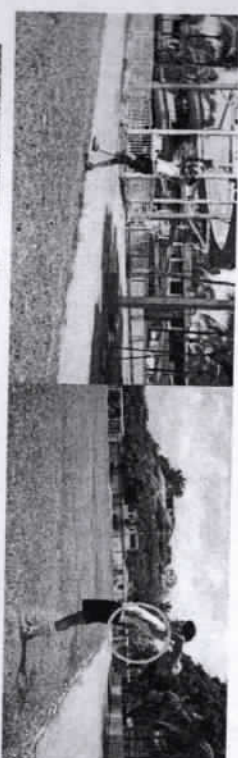


17-rasm. Raqibni elka bilan turtib to'pni olib qo'yish.

**To'pni tashlash** — maydon o'yinchilari qo'lda bajaradigan yagona usul. To'pni tashlash harakatining tuzulishi ko'p jihatdan futbol qoidalarining talabiga qarab belgilanadi va unchalik murakkab hisoblanmaydi. Biroq to'pni uzoqroq (25-30m) masofaga etkazib tashlash uchun maxsus ko'nikma hosil qilinadigan bo'lishi va qorin, yelka kamari hamda qo'ldagi mushak guruhlariga mayyan darajada kuch berilishi kerak.

To'pni tashlashda uni keng yozilgan barmoqlari yon tomonlaridan (o'yinchi qarangani tomoniga yaqinroq) qamrab turadigan qilib, bosh barmoqlari qariyb bir-biriga tegadigan darajada qo'lga olinadi.

To'pni tashlash qo'lni yuqoridan orqaga tortish tayyorlov bosqichi hisoblanadi. Dastlabki holat — oyoqlarni (elka kengligida) kerib turish yoki bir qadam tashlagan holatda turish. To'pni tutgan qo'llar tirsakdan sil bokiyladi va yuqori ko'tarilib, boshdan orqaga o'tkaziladi. Gavda orqaga egliladi, oyoqlar tizzasi bukilib, gavdaning og'irligi (qadam tashlab turgan holatda) orqadagi oyoqqa tushadi.



18-rasm. To'pni tashlash texnikasi.

### 3-BOB. DARVOZABON TEXNIKASI TASNIFI

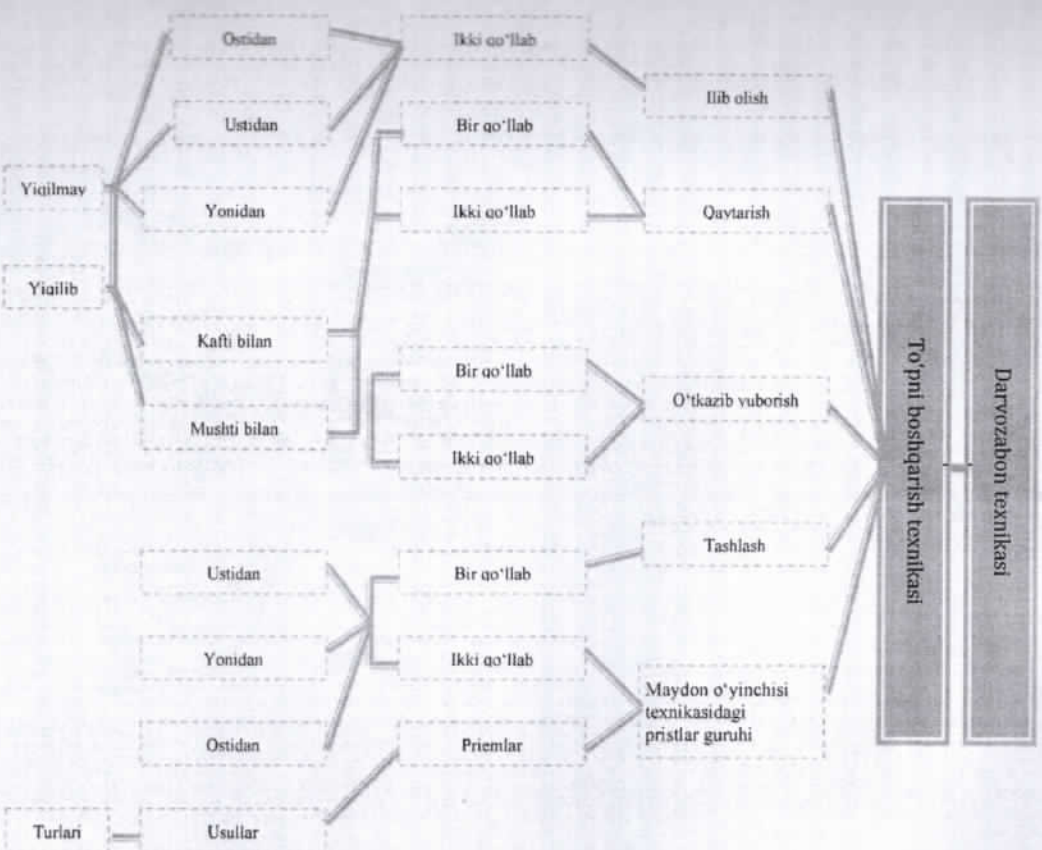
Darvozabonning o'yin texnikasi maydon o'yinchisining o'yin texnikasidan tubdan farq qiladi. Bu darvozabonga qoidaga binoan jarima maydoni ichida qo'l bilan to'p o'yinlashga ruxsat etilgani bilan bog'liqdir.

Quyidagi uslublar guruhini darvozabonning texnikasiga kiradi: to'pni ilib olish, qaytarish, o'tkazib yuborish va tashlash. O'yinda sheriklar va raqib jamoasi o'yinchilarning qayerda turganiga, shuningdek to'p harakatining yo'nalishi, trayektoriyasi va tezligiga qarab darvozabon harakatining xilma-xil uslublari, usul va turlari qo'llaniladi. Ularning tasnifi 7-chizmada berilgan.

O'yin jarayonida darvozabon maydon o'yinchisi ixtiyoridagi kerakli texnik uslublardan foydalanaveradi.

Texnik uslublarning muvafaqiyati bajarilishi ko'p jihatdan darvozabonning harakatiga qanchalik tayyor turganligi bilan belgilanadi. Darvozabonning to'g'ri dastlabki holatda bo'lishi uning harakatga tayyor ekanligi omillaridir. Bunday dastlabki holat oyoqlarni yelka kengligida kerib, sal bukib turish bilan xarakterlanadi.

Yarim bukik qo'llar ko'krak balandligida oldinga uzatig'lik, kaftlar olg'a tomon ichkariga qaragan, barmoqlar sal bo'shastirilgan, dastlabki holatning to'g'ri bo'lishi darvozabonga og'irlik markazi o'qini tezlik bilan tayanch sahidan tashqari chiqarib olib, lozim bo'lgan harakatlarni oddiy, jutilama yoki chalishitirma qadam tashlab, sakrab va yiqilib bajarish imkonini beradi.



7-chizma. Darvozabon texnikasi tasnifi.

### 3.1. To'pni itib olish

To'pni itib olish – darvozabon o'yin texnikasining asosiy vositasi. Bu ko'pincha ikki qo'llab amalga oshiriladi.

To'pning yo'nalishi, trayektoriyasi va tezligi qandayligiga qarab, uni pastdan yuqoridan yoki yondan itib ushlab olinadi. Darvozabondan anchagina naridan uchib borayotgan to'plarni yiqila turib olinadi.

To'pni pastdan itib olish darvozabon tomon yumalab kelayotgan, yuqoridan tushib kelayotgan va past (ko'krak balandligida) uchib kelayotgan to'plarni egallab olishda qo'llaniladi.

Yumalab kelayotgan to'pni itib olishning tayyorlov bosqichida darvozabon oldinga engashib, qo'llarni pastga tushiriladi. (19-rasm) Bunda kaftlar to'pga qaragan, sal yoziq, yarim bukik barmoqlar erga tegay deb turadi. Qo'llarni xaddan tashqari tarang tutmasligi kerak. Oyoqlar juftlangan, hech buklimgan yoki sal buklimgan bo'ladi.



19-rasm. To'pni itib olish texnikasi.

Ishchi bosqich shundan iboratki, to'p qo'lga tegishi paytida barmoqlar uni ostidan tutib oladi, qo'llar tirsakdan bukilib, to'pni qorin tomon torta boshlaydi. Pastga tushirilgan qo'llar vaznining amortizatsiyasi ta'siri va bukilishi hisobiga to'pni tezligi so'ndiriladi. Yakunlovchi bosqichda darvozabon qaddini roslaydi.

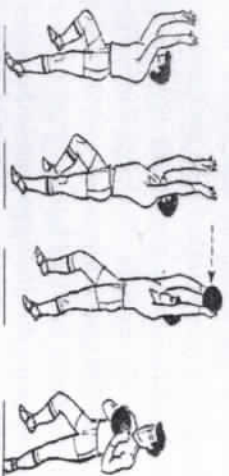
Hozirgi zamon futbolida yumalab kelayotgan tupni ikki qo'llab pastdan itib olishning boshqa variantlari ham qo'llaniladi. Bu variantning xususiyati shundaki, unda oldinga engashish o'rni taxminan 50-80 tushkariga burib turib bir oyoqda cho'ngayiladi. Tizzasi anchagina bukilib, uchiga tayanib turligan ikkinchi oyoq ham tashqariga buriladi. Pastga tushirilgan qo'llarni kafti to'pga to'g'rilangan bo'ladi. To'pni bevosita itib olish yuqorida tasvirlangan variantlardagi singari bo'ladi. Yakunlovchi bosqichda oyoqlarni burish va to'g'rilash hisobiga darvozabon qaddini roslab, keyingi harakatlar uchun kerakli dastlabki holatni oladi. To'siqning muhofaza qilish sathi anchagina bo'lgani uchun to'p itib olishning bu varianti dinamik ishonchiroqdir.

Past (qorin balandligiga darajasida) uchib kelayotgan va darvozabonning old tomonida yuqoridan tushib kelayotgan to'plarni itib olishda tayyorlov bosqichida salgina buklimgan qo'llar kaftlari oldinga qaratib, to'p qarshisiga uzatiladi. Barmoqlar bir oz yoziq va yarim bukik bo'ladi. Ayni vaqtda gavda ozroqina oldinga engashadi, oyoqlar esa sal bukiladi. Oyoqlarning qay darajada bukilishi to'pning uchib kelish trayektoriyasiga bog'liq. To'p qo'lga tegish paytida darvozabon uning ostidan barmoqlari bilan tutib oladida, qorni yoki ko'kragi tomon torta boshlaydi. To'p anchagina tez kelayotgan bo'lsa, oyoqlarni to'g'irlash va gavdani oldinga engashirish hisobiga orqa tomon qo'shimcha so'ndiruvchi harakat qilinadi.

O'yin jarayonida darvozabonning yon tomoniga yumalab va past uchib kelayotgan, shuningdek uning old tomonida ancha nariga tushayotgan to'plarni itishga ham to'g'ri keladi. Bunday xollarda oldin to'pning harakat yo'nalishi tomoniga qarab jiladi.

Bu ish yugurish qadami, juftlama qadam yoki chalistitima qadam bilan, shuningdek ko'proq bir oyoqda deppsinib yuqoriga, oldinlab yuqoriga yoki yon tomonga yuqorilab sakrash bilan amalga oshiriladi. Shundan keyingi harakatlar sistemasining Tahlili yuqorida berilgan.

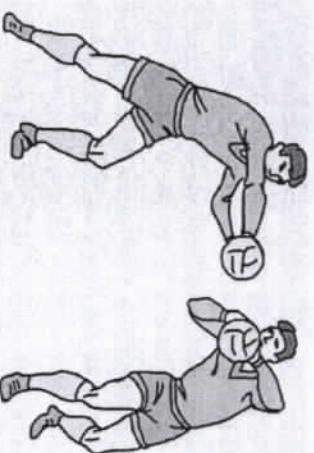
**To'pni yuqoridan itib olish** o'rta trayektoriyada (ko'krak va bo'y baravar) uchib kelayotgan, shuningdek baland uchib kelayotgan to'plarni egallab olish uchun qo'llaniladi (20-rasm).



**20-rasm. To'pni yuqoridan itib olish texnikasi.**

Baland to'plarni, ya'ni baland trayektoriyada uchib kelayotgan to'plarni qo'lga kiritish uchun sakrab ikki qo'llab yuqoridan itib olish qo'llaniladi. To'pning uchish yo'nalishiga qarab bir yoki ikki oyoqda depsinib yuqoriga, yuqorilab oldinga yoki yuqorilab yonga sakraladi. Harakatlanayotgan paytida asosan bir oyoqda, joyda turganda esa ikki oyoqda depsinib sakraladi. Depsinish paytida qo'llar silkinib harakat qilib, to'p o'ng tomon yuqoriga uzatiladi. To'pni itib olgandan keyin oyoqlarni bir oz egib erga tushiladi.

**To'pni yondan itib olish** darvozabonning yon tomoniga o'rta traektoriyada uchib kelayotgan to'plarni qo'lga kiritish uchun qo'llaniladi. Tayyorlov bosqichida qo'llar oldinlatib yonga, to'p uchib kelayotgan tomonga uzatiladi. Panjalar deyarli paralel, barmoqlar sal yoziq va yarim bukik. Gavdaning og'irligi to'p ilinadigan tomondagi oyoqqa o'tkaziladi. Gavda ham shu tomonga sal buriladi. Ishchi va yakunlovchi bosqichlar bajarilish tuzulishi jihatidan to'pni yuqoridan ikki qo'llab itib olishdagiga o'xshaydi.



**21-rasm. To'pni yondan itib olish texnikasi.**

**To'pni yiqila turib itib olish** darvozabondan chetga qo'qisdan, aniq, goho esa juda qattiq yo'naltirilgan to'plarning qo'lga kiritishning samarali vositasidir. To'p uzatilganda (darvoza bo'ylab "g'izilati" berilganda) ushlab qolish va raqib oyoq'idagi to'pni olib qo'yishda qo'llaniladi.

Yiqila turib to'p ilishning ikki varianti bor: uchish bosqichsiz ilish va uchish bosqichida bo'lmaganda ilish.

Birinch variantda odatda darvozabonning yon tomoniga undan 2-2,5m narida yunalab yoki past uchib kelayotgan to'plarni itib olish uchun qo'llaniladi (22-rasm). Tayyorlov bosqichida to'p harakati tomonga katta qadam tashlanadi. To'pga yaqin turgan oyoq qattiq bukiladi. Og'irlik markazining o'qi tayanch sathidan chiqarilib, pastroq tushiriladi. Qo'llar to'p tomonga keskin uzatiladi, bu gavdaning harakatlanishiga ham, yiqilishiga ham yordam beradi. Yerga tushish bunday tartibda bo'ladi: oldin oyoqning boldir qismi, keyin tos-son va gavdaning yon qismlari yerga tegadi. Parallel uzatilgan qo'llar to'p yo'lini to'sib chiqadi. Panjalarning turishi, shuningdek, bevosita to'p itib olish yiqilmay ikki qo'llab yuqorida ilishda qanday bo'lsa shunday. Darvozabon g'ujanak bo'layotganida qo'llarni bukib, to'pni ko'kragiga tortadi. Ayni vaqtda oyoqlarni ham bukadi.



**22-rasm. To'pni yiqila turib itib olish texnikasi.**

Darvozabondan ancha narida dumalab va uchib kelayotgan to'plarni itib olish uchun uchish bosqichli yiqilish qo'llaniladi. Dastlabki bosqichda darvozabon uchib kelayotgan tomonga tezda bita yoki ikkita juftlama yoki chalistirma qadam tashlaydi. Bunday paytda qanday harakatlanish usulini tanlash va undan foydalanish darvozabonning

hosil qilgan shaxsiy ko'nikmalariga bog'liq. Depsinishga tayyorlanish gavdani oldinga engashitirib, og'irlik markazi o'qini tayanch sathidan chetga chiqarishdan boshlanadi. To'p kelayotgan tomonga yaqin oyoqda depsiniladi. Qo'llar to'p tomonga keskin uzatiladi. Ularning harakati va ikkinchi oyoqning silkib bukilishi depsinish kuchini oshishiga yordam beradi. Depsinish burchagini qanday bo'lishi to'pni uchish balandligiga bog'liq. Baland kelayotgan to'plarni ilib olishda yuqorilab yon tomonga, o'rta balandlikda kelayotganlarini ilishda esa yon tomonga depsinib chiqiladi. Dumalab kelayotgan va past uchib kelayotgan to'plarni ilib olishda g'avda ko'proq engashadi, depsinuvchi oyoqning bukilishi ko'proq, darvozabonning uchish bosqichida ilib olinadi. To'p qo'lga kiritilgandan keyin g'ujanak bo'linadi (oyoqning to's-son bo'g'imini bukiladi), bu old-ort o'qi atrofida olg'a tomon aylanishiga olib keladi. Tortish kuchi ta'sirida quyidagi tartibda yerga tushiladi: oldin bilak, keyin yelka, g'avda va to'sning yon qismlari, oyoqlar yerga tegadi.

### 3.2. To'pni qaytarib yuborish.

To'pni ilib olish mumkin bo'lmagan hollarda (raqibning halqat berishi, juda qattiq tepilganligi, to'pga yetish qiyinligi va h.k. sababi) to'p qaytarib yuboriladi. Darvozabonning darvozaga ketayotgan to'pni yo'lini to'sishdagi, to'g'ridan g'izillatib uzatilgan va yuqoridan uzatib tushurilgan to'plarni olib qolishdagi harakatlari to'pni qaytarib yuborishiga kiradi. Bunda darvozabon to'pni egallab olmaydi.

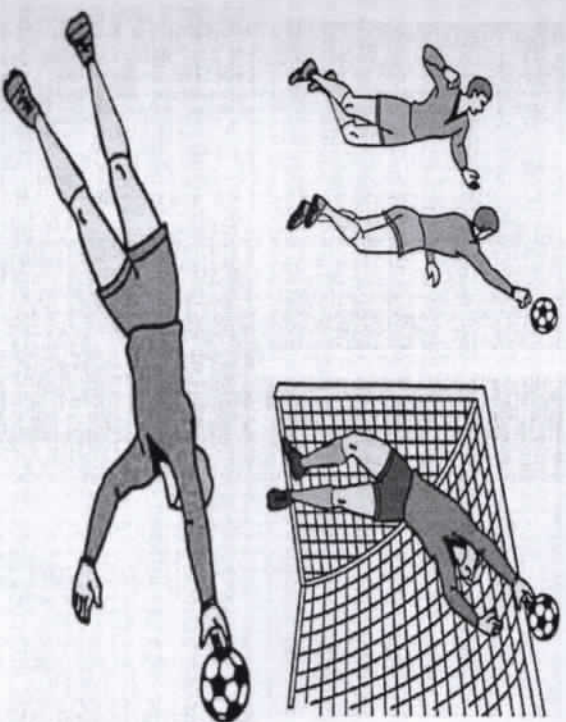
To'pni ikki qo'llab ham, bir qo'llab ham qaytarib yuboriladi. Birinchi uslub ishonchliroq, chunki bunda to'sib qoluvchi sath kattaroq bo'ladi. Biroq ikkinchi uslub darvozabondan ancha narida o'tayotgan to'plarni qaytarib yuborish imkonini beradi.

To'pni bir qo'llab yoki ikki qo'llab qaytarishda dastlabki va tayyorlov bosqichlaridagi harakatlari ko'p jihardan to'pni yuqoridan va yondan ilib olishdagi harakatlarga o'xshaydi. To'pning harakat yo'nalishi va traektoriyasiga moslab, darvozabon taranglashgan, barmoqlari sal yoziq bitta qo'lini yoki ikkala qo'lini tezlik bilan to'p qarshisiga uzatadi. To'pni ko'pinchi qo'llar bilan qaytariladi. Gohida to'p bilakka tegib qaytadi. To'pni qaytarib yuborganda darvozadan yon tomonga yo'naltirish tavsiya etiladi.

Darvozabondan ancha naridagi to'plarni yiqitil turib bir yoki ikki qo'llab qaytarib yuborish kerak. Bunda qaytarib yuborish qiyinroq bo'lgan to'plarga bir qo'lida yetib olish mumkinligini nazarda tutish kerak.

To'p harakatining yo'nalishi, traektoriyasi va tezligi qandayligiga qarab, yiqitil turib to'p ilishdagi singari dastlab, to'p tomoniga siljilinda keskin depsiniladi. Tarang uzatilgan bir yoki ikkala qo'l to'p qarshisiga chiqib, bir yoki ikkala kaft bilan yohud bir yoki ikkala qo'lni musht qilib to'p qaytarib yuboriladi. Yakunlovchi bosqichda to'pni yiqitil turib ilishdagi harakatlarga o'xshab g'ujanak bo'lib yerga tushiladi.

To'g'ridan g'izillatib uzatilgan va yuqoridan uzatib tushurilgan to'plarni to'sib qolayotganda darvozabon raqib o'yinchilari bilan kurashda to'pni anchagina nariga qaytarib yuborishi kerak. Buning uchun to'pni u bir yoki ikkala qo'lni musht qilib urib yuboradi.



23-rasm. To'pni qaytarib yuborish.

Musht bilan to'p qaytarishda zarba berishning ikki varianti bor: yelkadan boshlab urish va bosh ortidan boshlab urish. Yelkadan boshlab urishning tayyorlov bosqichida darvozabon tirsagi bukilgan zarba

beruvchi qo'lini yelkasi tomon tortadi. Gavadani ham shu tomonga buriladi. Zarba berish harakati gavadani dastlabki holat tomonga burishdan boshlanib, qo'lni keskin to'g'irlash bilan tugaydi. Qo'l to'la to'g'irlanib olguniga qadar to'p mushuga tegadi. Zarba barmoqlarning birinchi suyagiga to'g'ri keladi.

Bosh ortidan boshlab urish uchun sal bukilgan qo'l yuqori ko'tarilib, bosh orqaga tortiladi. Gavda ham orqaga egiladi. Gavda bilan qo'lni keskin to'g'irlanishi hisobiga zarba beriladi. To'pga u darvozabondan sal oldinda paytida bevosita zarba berish kerak. Zarba barmoqlarning o'rta suyagi bilan beriladi.

To'pning ikkala qo'lni mushtlab qaytarib yuborish ishonchliroq bo'ladigan vaziyatlar ham (masalan, to'p ho'l va og'ir bo'lsa) uchrab turadi. Zarba berishdan oldingi dastlabki holat – tirsaklar bukilgan, musht tugilgan qo'llar ko'krak oldida. (bunda har ikkala musht tugilgan qo'l barmoqlari juftlanib, bir-biriga tegib turishi kerak). Tarang tortilgan ikkala qo'lning baravariga to'g'irlab, mushtlar bilan to'pga zarba beriladi.

To'pni joyida turib, qadam tashlab, turli harakatlaniشلardan keyin va ayniqsa sakrab turib bitta yoki qo'lni musht qilib urib qaytarib yuborish mumkin. Sakrab to'p qaytarish darvozabonga baland to'plar uchun raqib bilan muvaffaqiyatli kurashish imkonini beradi. Bunda bir yoki ikkala oyoqda deysinib, yuqoriyatib olg'a tomon sakraladi. Uchish bosqichida tayyorgarlik harakatlari qilinadi. Zarba berish harakati ko'tarilishining eng yuqori nuqtasiga yetganda (yoki shundan sal oldinroq) boshlanadi.

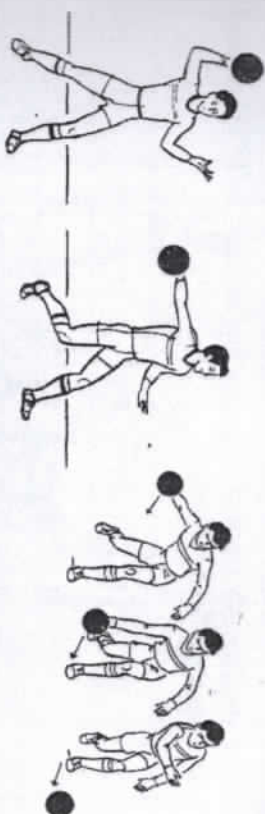
Yerga oyoqlarni sal bukib tushiladi.  
To'pni qo'ldan sirg'anib ketishiga yo'l qo'ymaslik uchun barcha hollarda to'pga mushning o'rta qismi bilan zarba berilishi kerak.

### 3.3. To'pni tashlab berish.

Hozirgi futbolda darvozabonlar to'pni ko'pincha tashlab beradilar, chunki bunda to'pni tepgandagidan ko'ra aniqroq yo'natirib berish mumkin. Tashlash masofasiga kelganda esa, tegishli jismoniy tay-yorgarligi va a'lo darajada raisional texnikasi bo'lgan darvozabon to'pni anchagina (35-40m) masofaga tashlab bera oladi.

Bu texnik ustlub odatda asosan bir qo'llab, ahyon-ahyonda ikki qo'llab bajariladi.

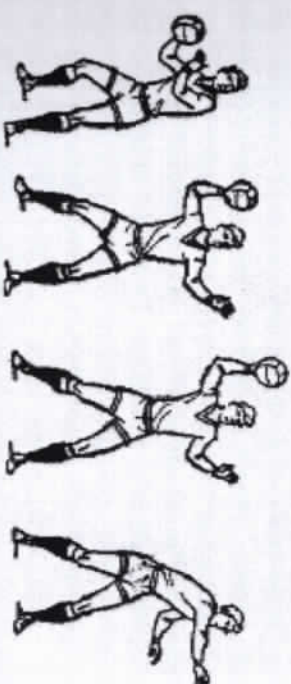
To'pni bir qo'llab tashlab berish yuqoridan, yondan va pastdan bajariladi (24-rasm).



24-rasm. To'pni bir qo'llab tashlab berish texnikasi.

To'pni yuqoridan tashlab berish – eng ko'p tarqalgan usul. Bu usulda sheriklarga turli trayektoriyada, anchagina masofaga va yetarlicha aniq to'p tashlab berishi mumkin.

To'p tashlashdan oldingi dastlabki holat – bir qadam tashlab tik turish. To'p shundogqina kaft ustida bo'lib, yoziq va yarim bukilgan barmoqlar uni tutib turadi. Tayyorlov bosqichida qo'l tortiladi. To'p tugan qo'l tirsagi bukilib, yon tarafdin orqaga tortilib, bosh balandligida (yoki yana sal balandroq) yuqori ko'tariladi. Gavda shu qo'l tortilgan tomonga burilib, sal oldinga engashadi. Tana og'irligi orqadagi sal bukilib turgan oyoqqa o'tkaziladi. Oldindagi oyoqning uchi yerda bo'ladi. Asosiy bosqichdagi tashlash harakati oyoqlarni to'g'irlab, gavadani burishdan boshlanadi.



25-rasm. To'pni yuqoridan tashlab berish.

Shundan keyin qo'l faol yozilib, ulotirish tomonga harakatlanadida, bu harakat panjani keskin yo'naltiruvchi harakati bilan tugaydi. Tananing og'irligi orqadagi oyoqqa o'tkaziladi.

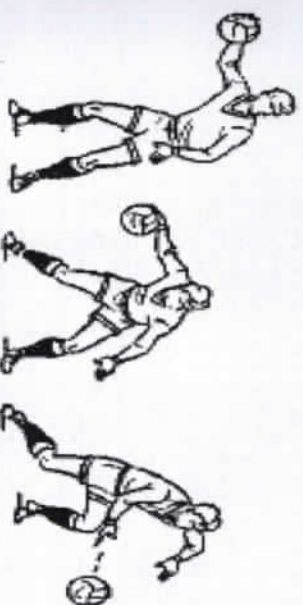
**To'pni yondan tashlashda** u anchagina uzozga yetib borsa ham uning aniqligi unchalik bo'lmaydi.



26-rasm. To'pni yondan tashlash texnikasi

Tayyorlov bosqichida bir qadam tashlab turgan dastlabki holatda qo'l tortiladi. To'p tutgan qo'l yonlatib orqaga (yelkadan sal pastroq) uzatiladi. Gavda shu tomonga buriladi. Tana og'irligi orqadagi sal buktilgan oyoqda. To'p tashlash oyoqning uchida ko'tarilib, keskin to'g'irlanish va gavdani burlitish hisobiga bajariladi. Bu uzuvchi harakatlarning tugaydi. To'p frontal tekislikka yaqinlashib qolganda panjadan "uziladi". tashlashning bundan oldin bo'lishi yoki kech qolishi to'pning uchish yo'nalishidagi anchagina hatolar bo'lishiga olib keladi.

**To'pni pastdan tashlash** uni past trayektoriyali qilib (asosan yerda dumalatib) tashlashda ishlatiladi. Dastlabki holatda bir qadam tashlagan holda oyoqlar anchagina buktilib turadi. Panjasi to'pni tagidan tutib turgan qo'l quyi tushiriladi. Keyin darvozabon qo'lini orqaga tortib, tanasi og'irligini oldindagi oyog'iga o'tkazadi. To'p tutgan qo'l yerga parallel tarzda olg'a tomon keskin harakat qiladi. Gavda ozgina engashadi. Shu tarzda eng oxirgi holatda to'p qo'ldan tushib, mo'ljal tomon otilib ketadi.



27-rasm. To'pni pastdan tashlash texnikasi.

To'pni ikki qo'llab tashlash ko'pincha yuqoridan, bosh ortidan boshlab bajariladi. Bunday harakatlarda ko'p jihatdan yon chiziq nariyog'idan to'p tashlashdagi harakatlarga o'xshash, shuni qayt etish lozimki, qoidaning to'p tashlash paytida ikki oyoqqa tayanib turish haqidagi talabi darvozabonni to'p tashlashiga aloqador emas.

To'pni joyida turib, qadam qo'yib tashlayverssa bo'ladi. Yurib yoki yugurib borib to'p tashlab berish qoidada qat'iy chegaralangan bo'ladi.

### 3.4. O'yin taktikasi tasnifi

Taktika deganda o'yinchilarning raqib ustidan g'alaba qozonishga qaratilgan individual va jamoa harakatlarini tashkil qilishni, ya'ni jamoa futbolchilarning muayyan rejaga binoan aynan shu, aniq vaqt bilan muvaffaqiyatli kurash olib borishiga imkon beradigan birligidagi harakatlarni tushinish kerak. Taktikadagi asosiy vazifa hujum va himoya harakatlarining maqsadiga erishira oladigan eng qulay vosita, usul va shakllarini belgilashdan iboratdir. Qanday taktikani tanlash har bir alohida holda jamoa oldida turgan vazifalarga, kuchlar nisbati va o'yinchilarning o'zaro kurashuvchi guruhlariga, maydonning ahvoriga, iqlim sharoiti va hakazolarga bog'liq. O'yin taktikasining tasnifi 6-chizmada berilgan.



yutuqlari bo'lishiga qaramay, musobaqalarda katta g'alabaga erisha olmaydi. O'quv-mashq jarayonida taktik tayyorgarlikka jiddiy e'tibor berilmaydi.

Har bir o'yin va umuman jamoa harakatlarning xilma xil variantlarini mukammal egallagan bo'lishi kerak. Hujum harkatlari bilan himoya harakatlarning doimiy kurashi natijasida o'yin taktikasi uzluksiz takomillashib boradi. Xuddi ana shu kurash futbol taktikasi taraqqiyotining asosiy harakatlantiruvchi kuchi hisoblanadi.

### 3.5. O'yinchilarning vazifalari

Raqibga qarshi kurashayotgan jamoa harakatlardagi uyushqoqlikka futbolchilar o'rtasidagi vazifalarni aniq taqsimlash bilan erishiladi. Hozirgi vaqtda o'yinchilarni vazifalariga (o'yindagi ixtisosiga) ko'ra bo'lish ular tayyorgarligidagi unversallikka asoslanga bo'ladi. Bu hamma ishini barcha birdek bajara oladi, degan so'z emas, albatta.

Ammo har bir futbolchi o'yinning hamma texnik usullarini egallagan bo'lishi hujunda ham himoyada ham bilib harakat qilishi kerak. O'yindagi ayrim vazifalarni esa o'yinchi ayniqsa yaxshi ijro etadigan bo'lishi lozim. Futbolchilar vazifalariga ko'ra darvozabonlarga, qanot himoyachilarga, markaziy himoyachilarga, o'rta qator himoyachilari, qanot hujumchilari va markaziy hujumchilarga bo'linadi. Har qaysi ixtisos o'yinchilariga bo'lgan talablar va ularning asosiy vazifalarni ko'rib chiqamiz.

#### Darvozabon

Hozirgi vaqtda darvozabonning o'yini turli tuman va murakkabdir. Darvozabonning jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligi, uning psixikasi mustahkamligiga yuksak talab qo'yilayotganligi ham ana shundan.

Odatda, darvozabon-baland bo'yli (175 sm va undan ham baland), a'lo darajada jismoniy tayyorgarlik ko'rgan, reaksiya juda tez, start tezligi juda yuqori o'yinchi bo'ladi. U dovyurak va jura'tli, sakrovchan, epchil va hozirjavob bo'lishi harakatlarni yaxshi muvofiqlashtira oladigan, yaxshi mo'ljall oladigan va rejalay oladigan, to'pni ehtimol bo'lgan uchish yo'nalisha tezligi va trayektoriyasini darhol aniqlay oladigan bo'lishi, himoya qatorlarini idora qilishi yani unga izchillik va uyushqoqlik kiritishi kerak.

Darvozabon joyida turganda ham, harakat va sakrab o'ynaganida ham texnik uslublarning hammasini a'lo darajada bilishi zarur. Darvozabonning mahorat darajasi ana shu uslublarning nechog'lik to'g'ri, aniq va ishonchli bajarilishiga bog'liq. Darvoza oldidagi o'yin bilan, darvozadan chiqib harakat qilishning muvofiqligini qo'shib olib borish hamda o'z darvozasini himoya qilish va hujum uyushtirishda shartlari bilan baxamjihat mohirona harakat qilish ham darvozabonning yuksak mahoratini ko'rsatadi.

## 4-BOB. FUTBOL O'YIN TEXNIKASINI O'RGATISH METODIKASI

### 4.1. Harakatlanish texnikasini o'rgatish metodikasi

Harakatlanish texnikasiga o'rgatishni dastlabki mashg'ulotlardan boshlash kerak bo'ladi. Harakatlanish texnikasini takomillashtirish butun sport faoliyati davomida amalga oshiriladi.

Harakatlanish texnikasi o'rgatish jarayoni quyidagi harakat sifatlarini, ya'ni tezkorlik, epcchillik, sakrash, tezlantirish va chidamlilikni tarbiyalash bilan uzviy bog'liqdir. Harakatlanish texnikasini o'rganayotganda ko'pgina umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik vositalari ko'proq yengil atletika, sport va harakati o'yinlardan foydalanish mumkin. Quyidagi berilayotgan bir guruh maxsus mashqlar harakatlanish texnikasiga oid alohida uslub va usullar hamda ularni birkimlarini o'zlashtirishga qaratilgan.

Start tezligini buriilish va to'xtashni o'zlashtirishga qaratilgan mashqlar

1. Oddiy yugurishda start tezligi va to'xtash
2. Chalishtirma qadamlashda start tezligi va to'xtash.
3. Qolgan oyog'ni juftlab yurishdagi start tezligi va to'xtash.
4. Turli uslublarda doiraviy yugurishdagi start tezligi va to'xtash.
5. Buriilgandan so'ng to'g'ri va doiraviy turli uslubda yugurishda start tezligi start
6. Turli start holatlarida yuqori va pastki yarim cho'qqayib, yotgan holatda start tezligi

Quyidagi guruh mashqlarini bajarish tezkorlik sifatini tarbiyalashi bilan birga qo'shib olib boriladi.

**Sakrashni o'rgatish uchun namunaviy mashqlar** Sakrashning quyidagi turlari bajariladi:

1. Bir oyog'lab oldinga va orqaga siljib o'ng va chapga sakrash.
2. Bir oyog'lab o'ng va chapga siljib oldinga va orqaga sakrash.
3. Oldinga va orqaga siljib, galma - galdan o'ng va chap oyog'lab sakrash.
4. O'ng va chapga siljib, oyog'larni almashtirib to'g'riga va orqaga sakrash.
5. O'ng oyog' bilan o'ngga sakrab, yerga chap oyog' bilan tushish va

teskarisi.

6. Ikki oyog'lab turli yo'nalishlarda sakrash.

Mashqlarini bajarish vaqtida sakrashni uzunligi va balandligiga, shuningdek uni bajarish tezligiga e'tibor beriladi.

### 4.2. To'pga zarba berishni o'rgatish metodikasi

To'pga zarba berishni o'rgatish uchun to'pning tezligi va aniqqligini iloji boricha aniq bilishga, uning yo'nalishi va tezligini ixtiyoriy o'zgartirish olish ko'nikmasiga ega bo'lishga erishmoq kerak. Zarur aniqlikka erishish uchun shug'ullanuvchilar mashg'ulot jarayonida ularga to'pni muayyan nishonga tegishga o'rgatadigan mashqlar beriladi.

Aniqlikni tarbiyalashda mashg'ulot jarayonida ko'pincha futbol darvozasiidan nishon o'rniida foydalaniladi. Nishon o'rniidagi darvozani kichraytirish uchun tasma bilan turli hajmdagi kvadratlarga bo'linadi. Shuningdek, maxsus devordan foydalaniladi, unga bo'yoq bilan futbol darvozasi chiziladi va kvadratlarga bo'linadi, har bir kvadrat raqam bilan belgilanadi. Bunga qo'shimcha maydonda har xil o'lchamli turli xalqalardan foydalanish mumkin.

Aniqlikni tarbiyalashda nishonlarni orasini o'zgartirib turish lozim. Musobaqalar vaqtida to'pni mo'ljalga aniq tepish uchun mashg'ulot chog'ida to'pga zarba berishni musobaqa sharoitiga yaqinlashtirib o'rgatirish kerak. To'pga zarba berayotganda himoyachilar va darvozabon to'sqinlik qiladilar. To'pga zarba berish to'pni turli nishonlarga aniq yo'naltirish vazifasi bilan cheklanmaydi.

Shug'ullanuvchi to'pni kerakli tezlik bilan sheriklariga uzatishni ham bilishi kerak.

#### To'pga zarba berishni o'rgatish uchun namunaviy mashqlar

1. Turgan va dumalab kelayotgan to'pga muayyan usul bilan: oyog' yuzi, oyog' uchi bilan zarba berish va boshqalar.
2. Turli tezlikda kelayotgan to'pni chap va o'ng oyog' bilan zarba berish.
3. Ikki kishi aytilgan usul bilan to'pni to'xtatib va to'xtatmay bir-biriga uzatish.
4. Yerdan sapchigan to'pga chap va o'ng oyog' bilan istalgan usulda zarba berish.
5. To'pni havoda yerga tushimasdand zarba berish

6. Darvozaga yoki qo'yilgan nishonga turli usul bilan, turli masofadan, turli burchak bilan, turli tezlikdan zarba berish.

7. 11 metrdan, jarima maydonidan va burchakdan darvozaga zarba berish.

8. Jarima maydonidan tashqaridan har h xil joydan to'pni to'siqlarga tegizmasdan zarba berish..

9. Sakramay va sakrab bosh bilan urish.

10. Sakramay va sakrab turib to'pni darvozaga bosh bilan urish.

11. Bosh va oyoq bilan volleybol o'ynash

12. Osib qo'yilgan to'pga oyoq va bosh bilan zarba berish. 13. To'pni yerga tushirmasdan oyoqda va boshda o'ynash

14. O'yina mashqlari 3x2, 4x2 va boshqalar har xil usulda.

#### **4.3. To'pni to'xtatishni o'rgatish metodikasi**

To'pni to'xtatishdan asosiy talab - uslubni qisqa vaqt ichida bajarish va to'pni har bir aniq vaziyatda eng foydali o'ranga olib kelishdir. Bunda shug'ullanuvchi har qanday tezlikda uchib kelayotgan to'pni to'xtatishga o'rganish lozim Yerdan dumalab kelayotgan, havoda uchib kelayotgan va yuqoridan tushib kelayotgan to'pni oyoq, gavda va bosh bilan to'xtatish mumkin.

To'pni to'xtatib qolish to'pga zarba berishni o'rgatishda qo'shib o'rgatilib boriladi.

To'pni to'xtatib qolishni o'rgatishga oid mashqlar.

1. Tashlab berilgan to'pni turli usullarda to'xtatish.

2. Sherigi yoki murabbiy tepib yuborgan yoki qo'li bilan tashlagan to'pni, turli usullar bilan to'xtatib qolish.

#### **4.4. To'pni tashlashni o'rgatish metodikasi**

Shug'ullanuvchi to'pni ikki qo'llab uzozga, aniq tashlashni bilishi kerak.

To'pni tashlashga o'rgatishda shug'ullanuvchi sherigi bilan mashg'ulot olib borgan ma'qul. Bu mashqda aniq tashlash takomillashadi, chunki sherigi to'pni qo'lga yoki oyog'iga, boshiga, ko'kragiga turli tezlikda tashlab berishni talab qiladi. Natijada to'pni tashlab berish

mashg'uloti, to'pga zarba berish oyoqda va boshda hamda to'pni to'xtatish mashg'uloti bilan qo'shib olib boriladi.

#### **Aldab o'tish harakatlari o'rgatish metodikasi**

Aldamchi harakatlar shunday bajarilishi kerakki, u haqiqatga yaqin bo'lsin va raqib ham shunga ishonmasin. Gavda harakatlari boshqara bilish va mo'ljalini yashirishni bilishi lozim Aldamchi harakatlarni bajarish shug'ullanuvchi individual harakatlarga bog'liqdir. Aldamchi harakatlarni o'rganishda harakati va sport o'yinlarining ahamiyati kattadir.

#### **To'pni olib qo'yish**

To'pni olib qo'yish musobaqa va mashg'ulotlar jarayonida mashq qilinadi. To'pni olib qo'yishga oid mashqlar kam uchraydi. To'pni olib qo'yish uchun uni olish lahzasini aniq belgilash muhim Shug'ullanuvchilar to'pni gavda bilan turtish, oyoq bilan tepish orqali, to'p yaqinlashib kelganda unga oyoq qo'yib qolish bilan to'pni olib qo'yishni mashq qiladilar.

#### **4.5. Darvozabonning texnik usullarini o'rgatish metodikasi**

Mashg'ulotda darvozabon sifatida ishtirok etadigan shug'ullanuvchi yuqorida sanab o'tilgan uslublardan tashqari, faqat ular uchun ruxsat etiladigan uslublarni ham bajaradilar: ya'ni to'pni qo'l bilan ushlash, to'pni qo'l bilan tashlash, to'pni qo'l bilan olib yuritish.

**Darvozabonni texnik uslublarini o'rgatish uchun namunaviy mashqlar**

1. Dumalab, to'g'ridan, yondan va yuqoridan uchib kelayotgan to'pni ilib olish.

2. Sherigi yonga tashlab bergan to'pni yiqilib ilib olish.

3. Har xil dastlabki holatlarda turib, «o'tirib, yotib va boshqalar» sherigi tashlab bergan tupni ilib olish yoki qaytarish.

4. Burchak va jarima to'plarini ilib olish yoki bir qo'lda va ikki qo'lda o'tkazib yuborish.

5. Tepadan tushayotgan to'pni sakrab ilib olish.

7. 11 metrlik jarima to'pini qaytarish.

8. 2-3 marta oldinga yoki orqaga o'mbaloq oshib 1,5 - 2 metr narida yotgan to'pga tashlanish.

#### 4.6. Taktik tayyorgarlik

Taktikada ta'lim va takomillashish jarayoni mashg'ulotini juda muhim hamda murakkab bo'limidir. Taktik tayyorgarlik sharti ravishda umumiy va maxsus tayyorgarlikka bo'linadi.

**Shug'ullanuvchining umumiy taktik tayyorgarligi.** Bunga sport o'yinlarining umumnazariy taktik asoslarini bilish, ulardan turli sharoitlarda amaliy foydalana olish. Taktik fikrlashni tarbiyalash kiradi.

**Maxsus taktik tayyorgarlik** bevosita futbol materiallari asosiga quriladi va taktik ko'nikma, malaka va qobiliyatlarni chuqurlashtirib takomillashtirishga qaratiladi. Shug'ullanuvchilarning texnik tayyorgarligi nazariy va amaliy mashg'ulotlar yordamida amalga oshiriladi. Taktikaga doir nazariy bilimlar hajmini kengaytirish uchun adabiyot manba'laridan foydalanish, videomateriallarni ko'rish, musobaqa va o'quv mashq mashg'ulotlarini kuzatish, o'yin qoidasini o'rganish kerak.

Taktik tayyorgarlik jarayonida quyidagi vazifalar hal qilinadi:

1. Shug'ullanuvchilarda taktik fikrlashni, maydonda mo'ljalga olishni, turli o'yin vaziyatlarni hal qilishda ijodiy tashabbuskorlikni rivojlantirish

2. Sherik bilan hujum chizig'ida ham himoya chizig'ida ham shaxsan harakat qilish. Shug'ullanuvchilarda qo'yilgan vazifalarni hal qilishda texnik usullar va taktik harakatlardan alohida - alohida, samarali foydalana bilishni shakllantirish.

3. Shug'ullanuvchilarda maydondagi o'yin vaziyatiga qarab bir jamoa harakatidan ikkinchisiga moyil va tez o'ta bilish qobiliyatini rivojlantirish.

Shug'ullanuvchilarning taktik ko'nikmalarini takomillashtirishda o'zlashtirilgan va o'rganilgan mashqlarni ko'p marta takrorlash taktik ta'lim va mashg'ulotning asosiy uslubi hisoblanadi.

Taktik tayyorgarlik yakka, guruh va jamoa harakatlarini egallashni ko'zda tutadi.

Musobaqa jarayonida shug'ullanuvchilar quyidagi ikki asosiy vazifani hal qiladilar: to'pni o'zga jamoa darvozasiga juda ko'p marta

olib borish va o'z darvozasiga hech yaqinlashtirmaslik. Buning uchun shug'ullanuvchi sheriklari yordamida o'yin qoidalarini buzmasdan, har qanday imkoniyatdan foydalanib bo'lsa ham ikki vazifani: himoya qilish va hujum qilish vazifasini bajaradilar.

## 5-BOB. FUTBOL MAYDONINING O'LCHAMI VA O'YIN QOIDALARI

Futbol asosan ochiq havoda chim yotqizilgan maydonda yoki ushbu yopiq sun'iy chim yotqizilgan manajlarda o'ynaladi.

Maydon o'lchami eniga 45 m - 90 m gacha uzunligiga 90m - 120 m gacha bo'ladi. Darvozaning o'lchami eniga 7m 32sm, balandligi 2,44 sm Maydonda quyidagi chiziqlar chiziladi: maydon chegarasi chiziqlari: maydon o'rtasida markaziy chiziq va markazdan 9 metr radiusli aylana chiziladi. Jarima maydoni darvoza ustunidan uzunligi 16,50 sm, eniga 16,50 sm bo'ladi va ikki nuqta birlashtiriladi. Darvozabon maydonchasi uzunligi 5,50 sm eniga 5,50 sm, bunda ham ikki nuqta birlashtiriladi. Jarima maydonida darvoza chizig'idan 11 metr masofada 11 metrlik jarima to'pi bajariladigan belgi bo'ladi. Shu belgidan 9 metrlik radiusli yarim oy shaklidagi chiziqni jarima maydoniga chiziladi. Maydonning to'rtta burchagida 1 metri yarim aylana chiziladi, bu aylana burchak to'pini tepish uchun belgilanadi. Har bir burchakda balandligi 1,5 metr bo'lgan bayroqchalar o'rnatiladi. Bayroqcha rangi har xil bo'lishi mumkin. Maydon ko'rinishi rasmda ko'rsatilgan.

O'yinda har bir jamoada 11 tadan o'yinchi: 1ta darvozabon va 10 ta maydondagi o'yinchi o'ynaydi. O'yin maydoni markazidan to'pni oldinga uzatish bilan boshlanadi. Agar biron bir jamoa o'z darvozasidan to'p o'tkazib yuborsa, o'yin yana maydon markazidan boshlanadi. O'yin vaqtida hakamning ruxsati bilan 3 yoki 5ta o'yinchini almashirish mumkin, maydondan chiqib ketgan o'yinchi qaytib maydonga tushmaydi. O'yin 45 daqiqadan 2 taym davom etadi; taymlar orasida 15 daqiqa tanaffus beriladi. O'yinda 5 ta hakam: 1 ta hakam o'rta, 2 ta hakam yon chiziqda, 1 ta yordamchi hakam, 1 ta nazoratchi hakam ishtirok etadi.

**Erkin to'p.** To'p raqib jamoasidan tashqariga chiqib ketganda darvozabon maydonchasidan to'pni tepib o'yinga kiritiladi, hamda o'yin vaqtida raqib jamoasi o'yinchilarga taqiqlangan harakatlarni qo'llansa ya'ni raqibni ushlab qolish, turtasa, itarsa, chalsasa, beixtiyor to'p jarima maydonidan tashqarida qo'lga tegsa, himoyachi atayin uzatgan to'pni darvozabon ushlasa, erkin to'p belgilanadi.

**Jarima to'pi.** Maydonda va jarima maydoni oldida to'p bilan o'ynayotgan o'yinchiga nisbatan atayin taqiqlangan harakatlari qo'llansa,

jarima to'pi belgilanadi.

**Burchak to'pi va yon chiziqdan to'pni o'yinga kiritish.** To'p darvozabon yoki himoyachiga tegib maydondan chiqib ketisa burchakdan to'pni tepib o'yin kiritiladi. Burchak to'pi tepganda to'p darvozaga kirsas gol hisoblanadi.

Yon chiziqdan to'pni tashlab o'yinga kiritish maydon o'yinchilari qo'lida o'ynaydigan yagona usul bo'lib, to'p raqib jamoa o'yinchisi oyog'idan maydonni tark etganda qo'llaniladi. To'pni tashlash vaqtida maydon ichiga kirish, oyog'ini ko'tarish yoki sakrash man etiladi. Shunday holat ro'y bersa to'p, raqib jamoaga beriladi. To'pni tashlagandan so'ng to'pni tashlagan o'yinchi to'pni sherigi yoki raqibdan qaytgandan so'ng o'ynashi mumkin.

**11 metrlik jarima to'pi** (penal'ti). Himoyachilar va darvozabon tomonidan jarima maydoni ichida hujumchiga qarshi qo'pollik ishlatilisa, himoyachini qo'lga to'p tegsa, 11 metrlik jarima to'pi belgilanadi. 11 metrlik jarima to'pi bajarilayotgan vaqtda to'p 11 metrlik nuqtaga qo'yiladi jarima maydoni ichida faqat darvozabon va 11 metrlik jarima to'pini tepuvchi o'yinchi bo'ladi, qolgan hamma o'yinchilar jarima maydonidan tashqarida bo'ladi.

Taqiqlangan o'yin qoidalarini qo'llagan, qo'pol va sportga xos bo'lmagan harakat qilib intizomni buzgan o'yinchiga hakam tomonidan sariq kartochka ko'rsatiladi. O'yin vaqtda shunday harakatlarni takror bajarsa, hakam sariq kartochka ketidan qizil kartochka ko'rsatib o'yinchini maydondan chiqarib yuboradi. Maydondan chiqarilgan o'yinchi qaytib maydonga tushmaydi. Jamoa o'yinchi 1 kishi kam bo'lib davom ettiradi. Agar ikkala jamoa o'yinchilari bir vaqtda xatolikka yo'l qo'ysa yoki o'yin qandaydir sababga ko'ra to'xtatilgan bo'lsa, bahsi to'p tashlash belgilanadi.

### Xalqaro yig'in qarori.

Agar darvoza to'sini qiyshaysa yoki sinsa, toki to'sin tuzatilmaguncha yoki almashitilmaguncha o'yin to'xtatiladi. Agar tuzatishning imkoni bo'lmasa match tugallanadi. To'sinning o'rni qayta qon ishlatish mumkin emas. Agar to'sinni tuzatishning iloji bo'lsa o'yin to'xtatilganda to'p qayerda bo'lsa o'sha joydan "bahsi to'p" bilan o'yin davom ettiriladi.

To'sin va ustunlar yog'ochdan, metaldan yoki ruxsat berilgan stan-

dartga mos materialdan tayyorlanadi. Ularning ko'ndalang kesishgan joyi kvadrat to'g'ri burchak aylana yoki ellips shaklida bo'lishi mumkin; ular o'yinchilarga xavf tug'dirmasligi kerak.

Jamoning maydonga chiqqan vaqtdan boshlab ularning tanaffusga chiqqunlariga, tanaffusdan so'ng ularning maydonga qaytib chiqishlaridan to'liq tugayunga qadar o'yin maydonida va uning jihozlarida hech qanday reklamaga ruxsat berilmaydi.

Darvoza, setka, bayroqlarda har qanday reklama ko'rinishlaridan foydalanishga ruxsat berilmaydi. Bu narsalarga chetdan hech qanday jihozlar mahkamlanib qo'yishi mumkin emas masalan (kameralar, mikrofonlar).

Texnik zona doirasidagi yerda va yon chiziqdagi 1 m masofada o'yin maydonining tashqarisida hech qanday reklama bo'lmashligi kerak.

Darvoza chizig'i va darvoza setkasi o'rtasida ham reklamaga ruxsat berilmaydi.

O'yin maydoni tashqarisida burchak yoyidan 9,15 m masofada darvoza chizig'iga to'g'ri burchak ostida belgi qo'yilishi mumkin, burchak to'pni bajarilganda shu masofaga rioya qilishni ta'minlash uchun.

### **Futbol to'pining o'lchamlari va sifatlari.**

To'p:

- Chamndan yoki shunga o'xshash materialdan aylana shaklda tayyorlangan bo'ladi.
- Aylanasiining uzunligi 70sm dan oshmagan va 68 sm dan kam bo'lmagan holatda bo'ladi.
- Musobaga boshlanish vaqtida 450 grammdan oshmagan va 410 grammadan kam bo'lmagan bo'lishi kerak.
- Havo bosimi 0,6 – 1,1 atmosfera (600-1100 gramm kv sm) bo'lishi kerak.

### **Yaroqsiz to'pni almashtirish.**

Agar to'p o'yin vaqtida yaroqsiz holga kelsa.

- O'yin to'xtatiladi.
- To'p yaroqsiz xolga kelgan joydan "bahsli to'p" o'yini bilan o'yin yangilanadi.
- Agar to'p o'yinda bo'lmagan vaqtda yorilsa yoki yirtilsa – boshlang'ich zarbada, darvozadan zarbada, burchak, jarima, erkin zarbalarda,

1 m nuqtadagi zarbada yoki tashlashda.

- O'yin qoidasiga mos ravishda yangilanadi.

To'p o'yin vaqtida faqatgina hakam ko'rsatmasi bilan almashtirilishi mumkin.

### **Xalqaro yig'in qarori.**

Rasmiy musobaqalarda qoidalarda ko'rsatilgan texnik talablarga javob beradigan to'plarga ruxsat beriladi.

FIFA tomonidan o'tkaziladigan musobaqa matchlarida, quyidagi 3 markirovkadan birortasiga ega bo'lgan to'plarga ruxsat beriladi.

Rasmiy logotip "FIFA APPROVED" (FIFA ma'qullaydi) Rasmiy logotip "FIFA INSPECTED" (FIFA nazorat qilgan) yoki "INTERNATIONAL MATCH – BALL STANDARD" (To'p xalqaro standartga mos)

To'pning bunday markirovkasi uning rasmiy tekshiruvdan o'tganini ko'rsatadi va tekshiruv natijasiga ko'ra to'p muhim texnik talablarga mos ekanligini bildiradi.

Milliy federatsiyalar musobaqa vaqtida faqatgina shu uch markirovkaga ega har qanday to'plardan foydalanishni talab qilish mumkin. Boshqa har qanday matchlardan to'p qoida talablariga mos kelishi kerak.

FIFA musobaqalarida va milliy federatsiyalar tashkil qilgan musobaqalarda to'plarga hech qanday savdo sotiqqa oid reklamaga ruxsat berilmaydi, quyidagi holatni hisobga olmaganda ya'ni musobaqa nishoni, musobaqa tashkilotchisi va tasdiqlangan tayyorlovchining savdo markasi. Bunday muhrlarning soni va o'lchami, mustaqil reglamenti bilan cheklanishi mumkin

### **O'yinchilar soni.**

**O'yinchilar.** Match har qaysida darvozabonlarni qo'shgan holda o'yinchilarning soni 11 tadan oshmagan ikki jamoa ishtirokida o'tkaziladi. Agar jamoalarda o'yinchilar soni 7 ta kam bo'lsa, match boshlanmasligi mumkin.

### **Rasmiy musobaqalar.**

FIFA yoki milliy federatsiyalar tomonidan tashkil qilinadigan har qanday rasmiy musobaqalarda 3tagacha o'yinchilarni almashtirishga ruxsat beriladi. Musobaqa nizomida buyurtmaga kiritiladigan zahiradagi o'yinchilar soni 3 dan 7 gacha o'zaro kelishilgan bo'lishi kerak, bundan ortiq bo'lishi mumkin emas.

### **Boshqa matchlarda.**

Boshqa matchlarda zahira almashtirilishi mumkin, shu shart bilanki, \*Jamolar almashinadigan o'yinchilarning maksimal sonini o'yin oldidan kelishib oladilar hakam bu haqda match boshlanishidan oldin xabardor qilinishi kerak.

Agar hakam xabardor qilmagan bo'lsa yoki (kelishuv) match boshlangunga qadar bir bitimga kelimmagan bo'lsa 3tagacha zahira almashtirishga ruxsat beriladi.

### **Hamma matchlarda.**

Har qanday match boshlanishidan oldin hakamga zahiradagi o'yinchilar familiyasi taqdim etilishi kerak. Shu usulda familiyasi ko'rsatilmagan o'yinchilar matchda qatnasha olmaydilar.

### **Almashtirish tartibi.**

Asosiy o'yinchilarni zahiradagi bilan almashtirish uchun quyidagi shartlarni bajarish zarur.

\*Har qanday mo'ljallangan almashtirish haqida hakam xabardor qilingan bo'lishi kerak.

\*Zahiradagi o'yinchi faqatgina asosiy o'yinchi maydondan chiqqandan so'ng hakam xushlagidan keyin maydonga chiqadi.

\*Zahiradagi o'yinchi o'yin to'xtatilganda faqat o'rtacha chiziqdan o'yin maydoniga kiradi.

\*Zahiradagi o'yinchi maydonga chiqqandan so'ng almashtirish tugallangan hisoblanadi.

\*Shu vaqtdan boshlab zahiradagi o'yinchi asosiy tarkib o'yinchisi hisoblanadi, almashtirilgan o'yinchi esa asosiy o'yinchi hisoblanmaydi.

\*Almashtirilgan o'yinchi matchda boshqa ishtirok eta olmaydi.

\*Hamma zahiradagi o'yinchilar o'yinga qatnashish yoki qatnashmasliklaridan qat'iy nazar hakam vakolatlariga bo'ysunadilar.

### **Darvozabonning almashtirilishi.**

Boshqa har qanday o'yinchilar darvozabon bilan joylarini almashirishi mumkin shu shart bilanki;

\*Hakam bu haqda almashinishdan oldin xabardor qilingan bo'lishi kerak.

\*Almashinish match to'xtatganda amalga oshiriladi.

### **Qoida buzilishi va jazo.**

Agar zahiradagi o'yinchi xakam ruxsatisiz maydonga chiqsa \*O'yin to'xtatiladi.

\*Zahiradagi o'yinchi sariq kartochka ko'rsatilish bilan ogohlantirish oladi va uning maydondan chiqishi so'raladi

\*O'yin to'xtatilganda to'p qayerda bo'lsa o'sha joydan, « bahsi to'p » yordamida o'yin yangilanadi.

Agar o'yinchi hakam ruxsatisiz darvozabon bilan joy almasha:

\*o'yin davom etadi.

\*to'p keyingi marta o'yindan chiqqanda qoidani buzgan o'yinchilar sariq kartochka ko'rsatishi bilan ogohlantirish oladilar.

Boshqa har qanday shu qoidaning buzilishida:

\*Shunga muvofiq o'yinchilar sariq kartochka ko'rsatish bilan ogohlantirish oladilar.

### **O'yinning qaytadan boshlash.**

Agar o'yin xakam tomonidan ogohlantirish berish uchun to'xtatilsa:

\*O'yin raqib jamoa o'yinchisi tomonidan o'yin to'xtatilganda to'p qayerda bo'lsa shu joydan erkin zarba bilan o'yin yangilanadi.

Asosiy tarkibdagi va zahiradagi, chiqarib yuborilgan o'yinchilar.

Boshlang'ich zarbadan oldin chiqarib yuborilgan o'yinchi, faqatgina to'yxatdagi zahira o'yinchilardan birotasi bilan almashtirilishi mumkin.

\*Match protokolida boshlang'ich zarbadan oldin yoki o'yin boshlangandan so'ng chiqarib yuborilgan zahiradagi o'yinchini almashtirishga yo'l qo'yilmaydi.

### **Xalqaro yig'in qarori.**

O'yin davomida jamoaning rasmiy kishisi o'yinchilarga taktik ko'rsatmalar berishga huquqi bor, lekin bundan so'ng u tezda joyiga

qaytishga majbur. Hamma rasmiy kishilar texnik zona doirasida bo'lishlari majburdir.

Ular o'zlarini odobli tartibiyati xush muomali va javobgar his qilishi (tutishlari) kerak.

## O'YINCHILAR EPIKIROVKASI.

### Xavfsizlik.

O'yinchi o'z hayotiga yoki boshqa o'yinchi hayotiga xavf soluvchi biror narsa taqmasligi yoki kiyimasligi kerak.

### Epikirovka.

O'yinchilar majburiy ekipirovka elementlari hisoblanadi.

➤ Ko'ylak yoki futbolka.  
vKalta ishton – agar kalta ishton tagidan ichki kiyim kiyiladigan bo'lsa, ichki kiyim rangi kalta ishton rangidan bo'lishi kerak.

- Getralar.
- Oyoq qalqoni.
- Oyoq kiyim.

### Shitlar

- To'lik getra bilan yopiladi.
- To'g'ri keladigan (mos keladigan) materialdan (rezina, plastik yoki shunga o'xshash) tayyorlanadi.
- Yetarli darajada himoya bilan ta'minlaydi.

### Darvozabonlar.

➤ Darvozabonlar kiyimining rangi boshqa o'yinchilar hakam va hakam yordamchilari kiyimi rangidan farq qilishi kerak.

### Qoida buzilishi va jazo.

Shu qoidaning har qanday buzilishida:

- O'yinni to'xtatishning hojati yo'q.
- Hakam o'yinchi o'z epikirovkasini tartibga keltirishi uchun maydondan chiqishini so'raydi (maslahat beradi).
- O'yinchi to'p o'yindan chiqqan vaqtda maydonni tashlab chiqadi (chiqib ketadi) agar shu paytgacha u o'z epikirovkasini tartibga keltirmagan bo'lsa.
- Hakam talabi bilan o'z epikirovkasini tartibga keltirish uchun

maydonni tashlab chiqqan har qanday o'yinchi, hakam ruxsatisiz yana maydonga qaytishi mumkin emas.

➤ O'yinchi yana maydonga chiqishiga ruxsat berishdan oldin, hakam uning epikirovkasini tekshiradi.

➤ O'yinchi yana maydonga chiqishi mumkin, qachonki: to'p o'yindan chiqsa. Shu qoidani buzganligi sababi maydondan chiqishi so'ralgan o'yinchi (yoki yana qaytayotgan) hakam ruxsatisiz maydonga chiqsa sarif kartochka ko'rsatish bilan ogohlantirish oladi.

### O'yinni qaytadan boshlash.

Agar hakam ogohlantirish berish uchun o'yinni to'xtatsa:

➤ O'yin qarshi jamoa o'yinchisi tomonidan hakam o'yinni to'xtatgan vaqtda to'p qayerda bo'lsa, shu joydan erkin to'p tepish bilan o'yin qaytadan boshlanadi.

### Hakam.

#### Hakam vakolati.

Har qanday match hamma vakolatga ega bulgan hakam tomonidan nazorat qilinadi va o'yin qoidasiga rioya qilinishini ta'minlaydi.

Hakamning huquqi va majburiyatlari.

Hakam:

- O'yin Qoidasiga rioya qilinishini ta'minlaydi.
- Matchning borishini o'z yordamchilari bilan nazorat qiladi.
- Foydalaniladigan har kanday to'pni 2 Qoida talablariga mos kelishini ta'minlaydi.
- O'yinchilar kiyimi 4 Qoida talablariga mos kelishini ta'minlaydi.
- O'yin xronometrajini va matchni yozib boradi.
- U o'z ixtiyoriga ko'ra o'yinni to'xtatishi vaqtinchalik to'xtatishi yoki har qanday qoida buzilishida o'yinni umuman to'xtatib qo'yishi mumkin.
- To'xtatishi, vaqtinchalik to'xtatishi yoki har qanday chetdan bo'lgan aralashuvga matchni umuman to'xtatib qo'yish mumkin.
- Matchni to'xtatadi, agar uning fikricha o'yinchi jiddiy jarohat olgan va o'yinchi maydondan olib chiqilishini ta'minlaydi.
- Agar uning fikricha o'yinchi unchalik ahamiyatga ega bo'lmagan jarohat olgan bo'lsa to'p o'yindan chiqmaguncha o'yinni davom ettirishga ruxsat berishi mumkin.

➤ O'yinchidan qon oqayotgan bo'lsa, uning maydondan chiqishini ta'minlaydi. Hakam qon oqishining to'xtaganiga ishonch hosil qilib, signal bergandan so'ng o'yinchi maydonga qaytishi mumkin.

➤ Qachonki o'yinchi birdaniga bir necha qo'lda buzilishga yo'l qo'ysa, uni muhimroq ( og'irroq ) bo'lgan qo'lda buzilishi uchun jazolaydi.

➤ Ogohlantirishi yoki chiqarib yuborish bilan jazolanadigan qo'lda buzilishlariga yo'l qo'ygan o'yinchilarga nisbatan intizom choralarini qabul qiladi. U bunday choralarini tez qabul qilishga majbur emas, lekin to'p o'yindan chiqqan zahotiyoq qabul qilishi kerak.

➤ O'zlarini tarbiyal, madaniyatli tutmagan jamoa rasmiy kishilarga nisbatan chora qabul qiladi va o'z ixtiyoriga ko'ra maydondan (texnik zonadan) chiqarib yuborishi mumkin.

➤ Hakam o'zi qo'lmay qolgan holatlar bo'yicha o'z yordamchilari tavsiyasiga asoslanib harakat qiladi.

➤ Begona shaxslar maydonda bo'lmashliklarini ta'minlaydi.

➤ Match vaqtinchalik to'xtatilgandan keyin uni yangilaydi.

➤ Match davomida o'yinchilarga yoki jamoaning rasmiy shaxslariga nisbatan qo'llanilgan intizom choralari va har xil matchdan oldin, match davomida yoki matchdan so'ng yuz bergan holatlar bo'yicha tegishli tashkilotga bildirishnoma beradi.

### Hakam qarori.

O'yinga bog'liq voqealar bo'yicha hakam qarori qat'iy hisoblanadi. Hakam o'z qarorini faqat shunday holatlarda o'zgartirishi mumkin, agar u qarorini xato ekanligini yoki yordamchilari tavsiyasi bilan tushunib yetsa, lekin shu shart bilanki u hali o'yinni yangilamagan bo'lsa

### Xalqaro yig'in qarori.

Hakam (yoki sharoitiga qarab yordamchi yoki zahiradagi hakam) fuqorolik javobgarligiga tortilmaydi:

➤ Har qanday o'yinchi rasmiy shaxs yoki tomoshabin tomonidan olingan jarohat (uchun).

➤ Har qanday mulkka yetkazilgan zarar uchun.

➤ Matchni tashkil qilish, o'tkazish va boshqarishda zarur bo'lgan yoki o'yin qoidasi talablariga mos qabul qilingan qarorlar oqibatida yuzaga yoki yuz bergan har qanday klub, kompaniya, uyushma yoki

tashkilotga etkazilgan har qanday zarar uchun.

Bularga kirishi mumkin:

➤ Maydon holatiga ko'ra yoki ob havo sharoitiga ko'ra matchni o'tkazishga ijozat bersa bo'ladimi, yo'qmi.

➤ Biron bir sababga ko'ra matchni to'xtatish to'g'risidagi qaror.

➤ Match davomida foydalaniladigan uskuna yoki jihozlar holati to'g'risida qaror, darvoza ustuni, to'sini, burchak bayroqlari va to'pni qo'shgan holda.

➤ Tomoshabinlar aralashuvi sababi yoki tomoshabinlar uchun ajratilgan zonada yuz bergan muammolar uchun matchni to'xtatish yoki to'xtatmaslik to'g'risidagi qaror.

➤ Jarohat olgan o'yinchi tibbiy yordam ko'rsatilishi uchun maydondan chiqishiga ruxsat berish uchun o'yinni to'xtatish yoki to'xtatmaslik to'g'risida qaror.

➤ Jarohat olgan o'yinchidan unga tibbiy yordam ko'rsatish uchun maydondan chiqishini so'rash yoki talab qilish to'g'risidagi qaror.

➤ O'yinchiga ayrim kiyim yoki epikirovka predmetlarini taqib yurishiga ruxsat berish yoki ruxsat bermaslik to'g'risidagi qaror.

➤ Har qanday shaxslarga (jamoa yoki o'yingoh rasmiy kishilari, xavfsizlik xizmati vakillari, suratchi yoki boshqa ommaviy axborot vakillarini qo'shgan holda) to'g'ridan to'g'ri maydon yaqinida bo'lishlariga ruxsat berish yoki ruxsat bermaslik (uning majburiyatlari doirasida bo'lsa) to'g'risida qaror.

➤ O'yin qoidasiga mos keluvchi yoki FIFA reglamenti yoki qo'lda shartlariga ko'ra uning vazifasiga kiruvchi boshqa har qanday qaror. Zahiradagi hakam tayinlanadigan musobaqa yoki turnirlarda, uning roli va majburiyati, Xalqaro yig'in tomonidan tasdiqlangan ko'rsalmaga mos kelishi kerak.

### Hakam yordamchilari.

#### Majburiyati.

Ikkiita hakam yordamchisi tayinlanadi va ularning vazifasiga (hakam qaroriga bog'liq) signal berish kiradi:?

➤ Qachonki to'p maydon chizig'idan tashqariga to'liq chiqsa.

➤ Qaysi jamoa burchak to'pi, darvozadan zarba yoki to'p tashlash huquqiga ega.

➤ Qachon o'yinchi o'yindan tashqari holatda bo'lganligi uchun

jazolanadi.

➤ Qachonki o'yinchi almashtirish to'g'risida ilimos bo'lsa.

➤ Hakam ko'rish maydonidan tashqarisida yuz bergan intizomsiz xulq yoki boshqa har qanday holatlar bo'yicha.

➤ Qachonki qoida buzilishi sodir etilganda bosh hakamdan ko'ra shu joyga hakam yordamchilari yaqin bo'lgan holatlarda (qisman jarima maydonida yuz bergan qoida buzilishlari ham kiradi).

➤ Shunday hollarda ya'ni qachonki 11m jarima to'pi bajarilayotganda darvozabon to'pga zarba berilishidan oldin joyidan oldinga siljisa, to'p esa chiziqni kesib o'tsa.

### **Yordam.**

Yordamchilar hakamga matchni o'yin qoidasiga mos o'tkazilishiga yordam beradilar. Yordamchilar 9,15m masofasiga rioya qilishiga yordam berish uchun maydon doirasiga kirish mumkin.

Hakam o'z yordamchisini asoslanmagan aralashuv yoki qo'pol muomala holatlarida vazifasidan ozod qiladi va tegishli tashkilotga bildirishnoma beradi.

### **Match davomiyligi.**

#### **O'yin vaqti.**

O'yin 45 minutdan 2 taym davom etadi. (agar hakam va ikki jamoa vakillari boshqa variantni kelishmagan bo'lsa) Har qanday o'yin vaqtini o'zgartirish to'g'risidagi kelishuvga (masalan yorug'likning yetishmasligi sababli har qaysi taymning 40 minutgacha qisqartirilishi) o'yin boshlangunga qadar erishilgan bo'lishi kerak va bu holat musobaqa talablariga javob berishi kerak.

### **Taymlar oralig'idagi tanaffus.**

O'yinchilar 2 taym oralig'ida tanaffus olishlariga haqlari bor. Taym oralig'idagi tanaffus 15 minutdan oshmasligi kerak. Musobaqa tartibida taymlar oralig'idagi tanaffus vaqti ko'rsatilgan bo'lishi kerak. Taymlar orasidagi tanaffusning davomiyligi faqat hakamning roziligi bilan o'zgartirilishi mumkin.

### **Qo'shib berilgan vaqt.**

Quyidagi holatlarga ketgan vaqt ikki taymning har qaysisiga qo'shib beriladi.

➤ O'yinchilarni almashtirishga.

➤ O'yinchi jarohatini jiddiyligini aniqlashga.

➤ Jarohatlangan o'yinchilarga tibbiy yordam ko'rsatish uchun ularni maydon tashqarisiga olib chiqishga.

➤ Qasddan o'yin vaqtini cho'zish.

➤ Boshqa har qanday holatlarda.

➤ Qo'shib berilgan vaqtning davomiyligini faqat hakam aniqlaydi.

### **11 - Metrlk to'p.**

Har qaysi ikki taymning asosiy vaqtning oxirgi daqiqasida yoki qo'shib berilgan vaqtning oxirgi daqiqasida belgilangan 11 metrlk jarima to'pi uchun alohida vaqt ajratiladi.

### **Ohirigacha o'ynalmagan match.**

Agar musobaqa nizomida boshqacha holatlar bo'lmasa oxirigacha o'ynalmagan match qayta o'ynaladi.

O'yin boshlanishi va yangilanishi.

Dastlabki shartlar.

Match boshlanishidan oldin qur'a tashlash o'tkaziladi va jamoalardan biri darvozani tanlash huquqini oladi.

Qurshi jamoa matchda boshlang'ich zarbani bajaradi.

Qur'a tashlash tufayli darvozani tanlagan jamoa, ikkinchi taymda boshlang'ich zarbani bajaradi.

Matchni ikkinchi taymda jamoalar darvoza almashadilar.

### **Boshlang'ich zarba.**

Boshlang'ich zarba bu o'yinni boshlash yoki o'yinni yangilash uchun qo'llaniladigan usuldir.

1. Match boshida.

2. Urilgan goldan so'ng.

3. Ikkinchi taym boshida.

### **Boshlang'ich zarbani bajarish holatlari.**

1. Hamma o'yinchilar o'z maydonida bo'lishlari kerak.
  2. Boshlang'ich zarbani bajarish huquqini qo'lga kiritma olmagan jamoa o'yinchilari to'p o'yinga kiritilmaguncha to'pdan 9,15m masofa uzoqlikda turishlari kerak.
  3. To'p harakatsiz holatda maydon markazida turadi.
  4. Hakam signal beradi.
  5. To'pga zarba berilib to'p oldinga xarakatlangandan so'ng to'p o'yinda hisoblanadi.
  6. Boshlang'ich zarbani bajargan o'yinchi to'p boshqa o'yinchiga tegmaguncha ikkinchi marta tegishga haqqi yo'q.
- Jamoadan biri gol urgandan so'ng boshlang'ich zarba boshqa jamoa o'yinchisi tomonidan bajariladi.

### **Qoida buzilishi va jazo.**

Agar boshlang'ich zarbani bajargan o'yinchi to'pga boshqa bir o'yinchi tegmasidan oldin ikkinchi marta tegsa.

1. Qoida buzilgan joydan raqib jamoa o'yinchisiga erkin to'p tepish huquqi beriladi.

Har qanday boshlang'ich zarba bajarish tartibi buzilganda:

\* boshlang'ich zarba qaytariladi.

### **Bahsli to'p.**

«Bahsli to'p»-- bu to'p o'yinda bo'lgan vaqtda o'yin qoidasida ko'zda tutilmagan holat buyicha vaqtinchalik tuxtatilgandan sung o'yinni yangilash usulidir.

### **Bahsli to'pni bajarish holati.**

Hakam o'yinni to'xtatganda to'p qayerda bo'lsa o'sha joydan to'pni tashlab beradi. To'p yerga tegishi bilan o'yin davom ettiriladi.

Qoida buzilishi va jazo.

Bahsli to'p qayta o'ynaladi:

- Agar o'yinchi to'p yerga tegmasidan oldin tegsa.
- Agar to'p yerga tekandanda so'ng maydon tashqarisiga chiqib ketssa va bunda hech qaysi o'yinchi to'pga tegmagan bo'lsa.

### **Muhim holatlar.**

Ximoyalannuvchi jamoa foydasiga uning darvoza maydoni chegarasida erkin yoki jarima to'pi belgilansa darvoza maydonining har qanday nuqtasidan bajariladi.

Xujum qiluvchi jamoa foydasiga belgilangan raqib jamoa darvoza maydoni chegarasidagi erkin to'p darvoza maydoni chizig'idan qoida buzilgan joyga yaqin nuqtada bajariladi.

Darvoza maydoni ichida vaqtinchalik to'xtatishdan so'ng o'yinni yangilash uchun qo'llaniladigan "bahsli to'p", darvoza chizig'iga parallel holatda darvoza maydoni chizig'ida o'yin to'xtatilgan vaqtda to'p qayerda bo'lgan bo'lsa shu joy yaqinidagi nuqtadan o'ynaladi.

### **To'p o'yinda va o'yindan tashqarida.**

To'p o'yindan tashqarida.

To'p o'yindan chiqqan hisoblanadi agar:

- To'p yerdan yoki xavo orqali darvoza chizig'idan yoki yon chiziqdan to'liq kesib o'tsa.
- O'yin hakam tomonidan to'xtatilsa.

To'p o'yinda.

Qolgan hamma vaqtlarda to'p o'yinda hisoblanadi, quyidagi holatlarni ham hisobga olgan holda.

- To'p darvoza ustuniga, to'siniga yoki burchakdagi bayroqqa tegib maydonga qaytsa.
- To'p maydonda turgan hakamga yoki hakam yordamchisiga tegib qaytsa.

### **Natijani aniqlash.**

#### **Gol.**

Agar to'p ikki ustun oralig'i va to'sin ostida darvoza chizig'idan to'liq o'tsa va bunda gol urgan jamoa o'yin qoidasini buzmaganda bo'lsa, darvozaga to'p urilgan hisoblanadi.

### **G'olib jamoa.**

O'yin davomida eng ko'p to'p urgan jamoa g'olib hisoblanadi. Agar ikkala jamoada to'plar nisbati teng bo'lsa yoki bitta ham to'p urilmagan bo'lsa bunday o'yin natijasi durang bo'ladi.

## Musobaqa reglamenti.

Musobaqa tartibida agar match durang natija bilan tugasa qo'shimcha vaqt tayinlash yoki xalqaro yig'in tomonidan tasdiqlangan match g'olibini aniqlash tartibi to'g'risidagi vaziyat ko'zda tutilishi mumkin.

### O'yindan tashqari holat.

O'yinchining o'yindan tashqari holatda bo'lishi o'zidan o'zi qoida buzilishi bo'lib hisoblanmaydi.

O'yinchi o'yindan tashqari holatda bo'ladiganlar:

➤ To'p va oxirgi raqib o'yinchisidan ko'ra raqib darvoza chizig'iga yaqin bo'lsa.

O'yinchi o'yindan tashqari holatda bo'lmaydi agar:

- U maydonning o'ziga tegishli qismida bo'lsa.
- U raqib jamoaning oxirgi o'yinchisi bilan bir chiziqda bo'lsa yoki
- U raqib jamoaning oxirgi 2 o'yinchisi bilan bir chiziqda bo'lsa.

### Qoida buzilishi va jazo.

O'yindan tashqari holatda turgan o'yinchi faqat shunday hollarda jazolanishi mumkin, agar to'pga tegish vaqtida yoki biror jamoadoshi to'pga zarba berayotgan vaqtda, u hakamning fikricha o'yin faoliyatiga aktiv ishtirok etayotgan bo'lsa, aniqrog'i:

- o'yinga aralashsa yoki
- raqibining o'ynashiga xalaqit bersa yoki
- o'zining joylashgan vaziyatiga ko'ra ustunlikka ega bo'lsa.

### Qoida buzilmaydi.

O'yindan tashqari holat hisoblanmaydi agar o'yinchi to'g'ridan to'g'ri to'pni qabul qilsa:

- Darvoza maydoni chizig'idan zarbadan yoki
- Yon chiziqdan to'p o'yinga kiritilganda yoki ☐
- Burchak to'pi tepilganda.

### Qoida buzilishi va jazo.

Har qanday o'yindan tashqari holat qoidasi buzilganda hakam erkin to'p tayinlaydi va bu qoida buzilgan joydan raqib jamoa o'yinchisi tomonidan amalga oshiriladi.

## Qoida buzilishi va intizomsiz o'yinchilar xulqi.

Qoida buzilishi, ta'qiqlangan usullarning qo'llanishi, tartibsiz o'yinchilar xulqi quyidagicha jazolanadi.

### Jarima to'pi.

O'yinchi quyidagi 6 holatdan birortasini amalga oshirsa va bunda hakam o'yinchining harakatini ehtiyotsizlik yoki o'ta jismoniy zo'ravonlik deb baholasa jarima to'pga tepish huquqi raqib jamoaga beriladi:

- Raqibga oyoq bilan zarba berish yoki zarba berishga harakat qilish.
- Chalik yuborish yoki chalik yuborishga harakat qilish.
- Raqib ustiga sakrash.
- Raqibga hujum qilishi.
- Raqibga qo'l bilan zarba berish yoki zarba berishga urinish, harakat qilish.
- Raqibni itarish.

Jarima to'pini tepish huquqi raqib jamoaga ham berilishi mumkin agar o'yinchi quyidagi 4 ta qoida buzilishiga yo'l qo'ysa.

- Raqibdan to'pni olib qo'yishda, to'pga yetib unga tegmasidan oldin raqibga tegsa.
- Raqibni ushlab qolish.
- Raqibga tupurishi.
- Qasddan qo'l bilan o'ynash (o'z jarima maydonida turgan darvozabondan tashqari).
- Jarima to'pi qoida buzilgan joydan bajariladi.

### II metrlik jarima to'pi.

II-metrlik jarima to'pi yuqorida ko'rsatilgan 10 ta qoida buzilishining har qaysisida tayinlanadi. Agar bu holatlar o'yinchi tomonidan o'z darvozasi jarima maydonida sodir etilsa.

Bunda to'pning qayerda bo'lishi hisobga olinmaydi, shu shart bilanki to'p o'yinda bo'lishi kerak.

### Erkin to'p.

Erkin to'p tepish huquqi raqib jamoaga beriladi agar darvozabon o'z jarima maydonida turib quyidagi 5 ta qoidadan birortasini buzsa.

- To'pni tashlashdan oldin, qo'lida 6 sekunddan ortiq to'pni ushlab

tursa.

➤ To'pni tashlagandan so'ng, boshqa o'yinchi tegmasidan yana to'pni qo'l bilan ushlasa.

➤ O'z jamoadoshi tomonidan ataylab oshirilgan to'pga qo'l bilan tegsa.

➤ O'z jamoadoshi tomonidan yon chiziqdan tashlangan to'pni qabul qilishda to'g'ridan to'g'ri qo'l bilan tegsa.

Shunday holatlarda erkin to'p tayinlanadi, agar o'yinchi hakam fikricha:

➤ Havfli o'ynasa.

➤ Raqibning harakat qilishiga yo'l qo'ymasa.

➤ Darvozabonning to'pni tashlashiga xalaqi qilsa.

Qoidada ko'rsatib o'tilmagan, boshqa har qanday qoida buzilishida, o'yin to'xtatib o'yinchiga ogohlantirish beriladi yoki maydondan chiqarib yuboriladi.

### **Erkin to'p qayerda qoida buzilgan bo'lsa o'sha joydan bajariladi.**

Intizomni buzuvchilarga qo'llaniladigan holatlar.

Ogohlantirish bilan jazolanadigan qoida buzishlar.

O'yinchi sariq kartochka olish bilan ogohlantirish oladi, agar quyidagi yetti qoidaning birontasini buzsa.

1. Sportchiga xos bo'lmagan hatti harakatlari.

2. Hakam qaroriga namoyishkorona norozilik bildirish (so'z bilan yoki ishora bilan).

3. O'yin qoidasini muntazam buzish.

4. O'yinni yangidan boshlashni cho'zish.

5. O'yinni burchakdan, jarima yoki erkin to'p bilan yangidan boshlashda talab qilingan masofaga rioya qilmasa.

6. Maydonga hakam ruxsatisiz chiqish yoki qaytish.

7. O'z boshimchalik bilan hakam ruxsatisiz maydondan ketish.

O'yindan chetlatish bilan jazolanadigan qoida buzishlar.

O'yinchi qizil kartochka ko'rsatish bilan o'yindan chetlatiladi. Agar quyidagi yetti qoidaning birontasini buzsa.

1. O'yin qoidasining jiddiy buzilishi.

2. Zo'ravonlik, qo'pollik xatti harakatlari.

3. Raqibga yoki boshqa shaxsga tupirish.

4. Ataylab qo'l bilan o'ynab, raqibning gol urishiga xalaqi qilish yoki aniq gol urishi imkoniyatidan mahrum qilish. (bu o'z jarima maydonida turgan darvozabonga tegishli emas).

5. Erkin to'p jarima yoki 11 metrlik zarba bilan jazolanadigan qoida buzish bilan darvozaga harakat qilayotgan raqibni aniq gol urish imkoniyatidan mahrum qilish.

6. Ranjitadigan haqorati so'zlar yoki odob ahloqqa to'g'ri kelmaydigan ishoralar qilsa.

7. Bir match davomida 2ta ogohlantirish olsa

Maydondan chiqarilib yuborilgan o'yinchi maydon chegarasiga yaqin joylar va texnik zonalaridan ham chiqib ketish kerak. Qizil yoki sariq kartochka faqat o'yinchiga, zahiradagi o'yinchiga yoki almashirilgan o'yinchiga ko'rsatilishi mumkin.

### **Xalqaro yig'in qarori.**

O'yinchining raqibga, sherigiga, hakamga, hakam yordamchisiga yoki boshqa har qanday shaxsga nisbatan o'yin maydonida yoki maydon tashqarisida ogohlantirishga yoki chiqarib yuborilishiga olib keladigan qoida buzishi, yo'l qo'ygan xatti harakatlari munosib jazolanadi.

Agar darvozabon qo'llining har qanday qismi to'pga tegsa u to'pni nazorat qilayotgan hisoblanadi. Darvozabon to'pni nazorat qilishi deganda ataylab to'pni egallab olishi tushuniladi. Agar darvozabon to'pni egallashda qo'llidan chiqarib yuborsa, maydondagi o'yinchilar to'p bilan o'ynashlari mumkin.

12 Qoidaga ko'ra o'yinchi to'pni o'z darvozaboniga boshli, ko'kragi yoki tizzasini bilan berishi mumkin. Lekin o'yinchi hakam fikricha ataylab ustalik bilan xiyala ishlatib qoidani aylanib o'tmokchi bo'lsa (to'p o'yinda bo'lgan vaqtida) bu sportga xos bulmagan harakat hisoblanadi va o'yinchi sariq kartochka ko'rsatish bilan ogohlantirish oladi va raqib jamoa qoida buzilgan joydan erkin to'p tepish huquqini qo'lga kiritadi.

O'yinchi erkin yoki jarima zarbasini bajarayotganda ataylab ustalik bilan xiyala ishlatib qoidani aylanib o'tmokchi bo'lsa sportga xos bo'lmagan harakati uchun bunda ular sariq kartochka ko'rsatish bilan ogohlantirish oladi. Zarba qaytariladi.

To'pni orqadan olib qo'yishda raqibning xavfsizligiga taxdid solinish, jiddiy qoida buzilishi sifatida jazolanishi kerak.

Maydonda hakamni aldash uchun ishlatilgan har qanday mug'ambirlik ayyorlik sportchiga xos bo'lmagan xatti harakat sifatida jazolanadi.

### **Jarima va erkin zarbalar.**

#### **Zarba xillari.**

Zarbalar jarima yoki erkin zarbaga bo'linadi.

Jarima zarbasida bo'lganidek xuddi shunday erkin zarbada ham to'p zarba bajarilayotganda harakatsiz holatda bo'lishi kerak. zarbani bajarayotgan o'yinchi esa to'p boshqa o'yinchiga tegmaguncha ikkinchi marta to'pga tegishga haqqi yo'q.

Jarima zarbasi.

\* Agar to'p jarima zarbasidan so'ng to'g'ridan to'g'ri, qarama qarshi jamoa darvozasiga tushsa-gol hisoblanadi.

\* Agar to'p jarima zarbasidan so'ng to'g'ridan to'g'ri o'z darvozasiga tushsa qarama-qarshi jamoa burchak to'pini tepishi qo'lga kiritadilar.

Erkin zarba. (SIGNAL) - Hakam qo'lini boshi tepasiga ko'targan holda erkin zarba haqida signal beradi. U qo'lini shu holatda zarba bajarilib to'p biron bir o'yinchiga tegmaguncha yoki o'yindan chiqmaguncha ushlab turadi.

To'pning darvozaiga tushishi.

To'p faqat shu holatda hisoblanishi mumkin, agar zarbadan so'ng va darvozaiga tushishdan oldin boshqa o'yinchiga tegsa.

\* Agar erkin zarbadan to'p to'g'ri qarama-qarshi jamoa darvozasiga tushsa, darvozadan zarba tayinlanadi.

\* Agar erkin zarbadan to'p to'g'ridan - to'g'ri o'z darvozasiga tushsa qarshi jamoa burchak zarbasini bajarish huquqini oladi.

#### **Jarima va erkin zarba bajarilish joyi.**

Jarima yoki erkin zarba jarima maydoni doirasida:

Himoyalannuvchi jamoa tomonidan bajariladigan jarima yoki erkin zarba.

\* Raqib jamoaning hamma o'yinchilari to'pdan kamida 9,15m (10 yard) masofada joylashadi.

\* To'p o'yinchi kimaguncha raqib jamoaning hamma o'yinchilari jarima maydoni tashqarisida turadi.

\* Qachonki to'p jarima maydonidan tashqariga chiqsa, to'p o'yinda hisoblanadi.

\* Darvoza maydoni doirasida bajarilishi kerak bo'lgan jarima yoki erkin zarba uning har qaysi nuqtasida bajarilishi mumkin.

Hujumdagi jamoa tomonidan bajariladigan erkin zarba.

\* Raqib jamoaning hamma o'yinchilari to'pdan kamida 9,15m (10 yard) masofada joylashadi.

\* To'p o'yinda hisoblanadi qachonki to'pga zarba berilib, u harakatda bo'lsa.

\* Darvoza maydonida bajarish uchun tayinlangan erkin zarba, darvoza chizig'iga parallel bo'lgan darvoza maydoni chizig'ida qoida buzilgan joy yaqinida amalga oshiriladi.

Jarima maydoni tashqarisida bajariladigan jarima yoki erkin zarba.

\* Raqib jamoaning hamma o'yinchilari to'p o'yinchi kimaguncha to'pdan 9,15 m masofa uzoqlikda joylashadi.

\* To'p o'yinda hisoblanadi qachonki to'pga zarba berilib u harakatda bo'lsa.

\* Jarima yoki erkin zarba qacarda qoida buzilgan bo'lsa o'sha joydan bajariladi.

#### **Qoida buzilishi va jazo.**

Agar jarima yoki erkin zarba bajarilayotganda raqiblardan biri to'pga ruxsat berilgan masofadan ko'ra yaqinroqda bo'lsa.

\* Zarba qaytariladi.

Himoyalannuvchi jamoaning o'z jarima maydonida bajarayotgan jarima yoki erkin zarbasidan so'ng to'p to'g'ridan to'g'ri o'yinchi kimasa. \* Zarba qaytariladi.

Maydon o'yinchisi tomonidan (darvozabon emas) bajariladigan jarima yoki erkin zarba.

Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'pga boshqa biror o'yinchi tegmasdan oldin ikkinchi marotaba to'pga tegsa (qo'lli b'n emas).

\* Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini qo'lga kiritadi.

Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'pga boshqa o'yinchi tegmasidan oldin ataylab to'pni qo'lli bilan o'ynasa.

\* Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish huquqini qo'lga kiritadi.

\* Agar qoida buzilishi zarbani bajaragan o'yinchi jamoasi jarima

maydoni doirasida yuz bersa, 11 m zarba tayinlanadi.

Darvozabon tomonidan bajariladigan jarima yoki erkin zarba.

\* Agar, to'p o'yinga kirganidan so'ng darvozabon to'pga boshqa biror o'yinchi tegmasidan oldin (qo'li bilan emas) qaytadan to'pga tegsa.

\* Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini qo'lga kiritadi.

Agar to'p o'yinga kirganidan so'ng darvozabon to'pga biror o'yinchi tegmasidan oldin ataylab to'pni qo'li bilan o'ynasa.

\* Qarshi jamoa jarima zarbasini bajarish huquqini oladi, agar qoida buzilishi shu darvozabon jarima maydoni tashqarisida yuz bergan bo'lsa, zarba qoida buzilgan joydan bajariladi.

\* Qarshi jamoa jarima zarbasini bajarish huquqini oladi, agar qoida buzilishi shu darvozabon jarima maydoni ichida yuz bersa, zarba qoida buzilgan joydan bajariladi.

## 11-metrik zarba.

To'p o'yinda bo'lgan vaqtda o'yinchilar o'z jarima maydoni doirasida jarima to'pni tayinlanadigan 10ta qoidaning birortasini buzsa shu jamoa darvozasi 11 metrik jarima zarbasi tayinlanadi, 11 metrik jarima zarbasidan kiritilgan gol hisoblanadi. Har qaysi taymining tugashida, asosiy yoki qo'shimcha vaqt bo'lishidan qat'iy 11 metrik zarba uchun vaqt qo'shib beriladi.

To'p va o'yinchilarning joylashishi.

To'p:

\* 11 metrik nuqtaga joylashtiriladi.

Zarbani bajaruvchi o'yinchi kerakli tarzda aniqlanadi.

Himoyalannuvchi jamoa darvozaboni.

\* To'pga zarba berilmaguncha darvoza chizig'ida ikki ustun oraliq'ida zarbani bajarayotgan o'yinchi yuzma-yuz turgan holatda qoladi.

Zarbani bajarayotgan o'yinchidan boshqa o'yinchilar turishadi.

\* Maydon doirasida.

\* Jarima maydonidan tashqarida.

\* 11 metrik nuqta orqasida.

\* 11 metrik nuqtadan kamida 9,15 m uzoqlikda.

Hakam.

\* O'yinchilar shu qoidada asosan joylarini egallamaguncha, 11 m

zarbani bajarish uchun signal bermaydi.

\* 11 m zarba bajarilgani haqida qaror qabul qiladi.

Zarbani bajarish tartibi.

\* 11 m zarbani bajaruvchi o'yinchi to'pni zarba bilan to'g'riga yo'naltiradi.

\* To'p biror bir o'yinchi tegmaguncha to'pga ikkinchi marta tegmaydi.

\* To'pga zarba berilib u oldinga harakat qilsa, to'p o'yinda hisoblanadi.

## Qoida buzilishi va jazo.

Agar hakam 11 m zarbani bajarish uchun signal bersa va to'p o'yinga kirgunga qadar quyidagi holatlardan biri yuz bersa:

Zarbani bajaruvchi o'yinchi o'yin qoidasini buzsa:

\* Hakam zarbani bajarish uchun imkon beradi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas, zarba qaytariladi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas, zarba qaytarilmaydi.

\* Darvozabon o'yin qoidasini buzsa.

\* Hakam zarbani bajarish uchun imkon beradi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas gol hisoblanadi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas zarba qaytariladi.

Zarbani bajaruvchi o'yinchining jamoadoshi jarima maydonchasiga kirsas, yoki 11 metrik nuqtadan oldinga o'tsa yoki nuqtaning 9,15 metrik doirasida bo'lsa.

\* Hakam zarbani bajarish uchun imkon beradi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas zarba qaytariladi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas zarba qaytarilmaydi.

\* Agar to'p darvozabonga, darvoza to'siniga yoki darvoza ustuniga tegib sapchib ketsa va to'pga shu o'yinchi tegsa hakam o'yinni to'xtatadi va erkin zarba bilan yangidan boshlash huquqini qarshi jamoaga beradi.

Darvozabonning jamoadoshi jarima maydoniga kirsas yoki 11 metrik nuqtadan oldinga o'tsa yoki nuqtaning 9,15 m doirasida bo'lsa:

\* Hakam zarbani bajarish uchun imkon beradi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas gol hisoblanadi.

\* Agar to'p darvozaga kirsas, zarba qaytariladi.

\* Himoyalannuvchi va hujumga o'tuvchi jamoa o'yinchilari o'yin qoidasini buzsa zarba qaytariladi.

Agar 11 metrlik zarba bajarilgandan so'ng:

Zarbani bajaragan o'yinchi to'p biror o'yinchiga tegmasidan oldin ikkinchi marotaba to'pga tegsa (qo'li bilan emas).

\*Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

Zarbani bajiruvchi o'yinchi to'pga boshqa o'yinchi tegmasidan oldin qo'li bilan ataylab o'ynasa:

\*Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish huquqini oladi.

To'p oldinga harakatlanayotganda unga begona buyum tegsa:

\*Zarba qaytariladi.

To'p darvozabon, ustun yoki darvoza tusinidan sapchib maydonga qaytsa, undan so'ng begona buyum yoki biror shaxs tegsa:

\*Hakam o'yinni to'xtatadi. To'pga begona buyum yoki biror shaxs tekkan joydan, «bahsi to'p» bilan o'yin yangilanadi.

### To'pni tashlash.

To'pni tashlash o'yinni yangidan boshlash usuli hisoblanadi.

To'g'ridan to'g'ri to'pni tashlashdan so'ng urilgan gol hisoblanmaydi.

To'pni tashlash tayinlanadi.

• Qachonki to'p to'liq yon chiziqni yerdan yoki havodan kesib o'tsa.

• To'p yon chiziqni kesib o'tgan joyda.

• To'pga oxirgi tekkan o'yinchining raqib jamoasiga.

To'pni tashlash holati.

To'pni tashlash vaqtida o'yinchi.

• Maydonga yuzi bilan qaragan holda.

• To'voning bir qismi yon chiziqda bo'ladi yoki yon chiziqning tashqarisida bo'ladi.

• To'pni tashlashni ikki qo'llab amalga oshiradi.

• To'p bosh orqasidan harakatga keltirib tashlaydi.

To'p tashlashni bajaragan o'yinchi to'pga boshqa o'yinchi tegmasidan oldin yana tegishi mumkin emas. To'p maydonga tushishi bilanq o'yinda hisoblanadi.

Qoida buzilishi / Ruxsat berish.

To'pni o'yinchi tomonidan tashlanishi:

Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng to'p tashlashni amalga oshirgan o'yinchi to'p boshqa biror o'yinchiga tegmasdan oldin(qo'l bilan emas)

yana to'pga tegsa:

• Qarshi jamoaga qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqi beriladi.

• Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng to'p tashlashni amalga oshirgan o'yinchi, to'p boshqa biror o'yinchiga tegmasidan oldin ataylab qo'li bilan o'ynasa.

• Qarshi jamoaga qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish huquqi beriladi.

• Agar qoida buzilishi to'p tashlashni bajaragan o'yinchi jarima maydonida yuz bersa, 11 metrlik zarba tayinlanadi.

To'pni darvozabon tomonidan tashlanishi.

Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng darvozabon to'p boshqa biror o'yinchiga tegmasdan avval yana to'pga tegsa( qo'l bilan emas ).

• Qarshi jamoaga qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqi beriladi.

Agar to'p o'yinchi kirgandan so'ng darvozabon to'p boshqa biror o'yinchiga tegmasdan oldin ataylab qo'li bilan o'ynasa

• Qarshi jamoaga jarima zarbasini bajarish huquqi beriladi, agar qoida buzilishi darvozabonning jarima maydonidan tashqarisida yuz bersa, bunda zarba qoida buzilgan joyda amalga oshiriladi.

• Qarshi jamoaga erkin zarba bajarish huquqi beriladi, agar qoida buzilishi darvozabonning jarima maydoni doirasida yuz bersa, bunda zarba qoida buzilgan joyda amalga oshiriladi.

Agar raqib halol bo'lmagan usul bilan to'p tashlashni amalga oshirayotgan o'yinchini diqqatini chalg'itsa yoki halaqit bersa.

• Bunday o'yinchi sportga xos bo'lmagan xatti harakati uchun sarif kartochka ko'rsatish bilan ogohlantirish oladi.

Shu qoidaning boshqa har qanday buzilishida:

• Qarshi jamoa o'yinchisi to'p tashlashni amalga oshiradi.

### Darvozadan zarba.

Darvozadan zarba o'yinni yangilash usuli hisoblanadi.

Darvozadan zarba tufayli to'g'ridan to'g'ri raqib darvozasiga to'p kirs a gol hisoblanadi.

Darvozadan zarba tayinlanadi qachonki:

• To'p oxirgi marta hujum qilayotgan jamoa o'yinchisiga tegib darvoza chizig'ini yerdan yoki havodan kesib o'tsa, lekin agar bunda

10 – qoidadan kelib chiqib gol urilmagan bo'lsa.

Darvozadan zarbani bajarish tartibi.

- Zarba himoyalannuvchi jamoa o'yinchisi tomonidan darvoza maydon doirasining har qanday nuqtasida amalga oshiriladi.

- Raqiblar to'p o'yinga kirmaguncha jarima maydoni doirasining tashqarisida turishadi (qoladi).

- Zarbani bajaragan o'yinchi to'p biror bir o'yinchiga tegmasdan oldin, ikkinchi marta to'p bilan o'ynashi mumkin emas.

- To'p to'g'ridan to'g'ri jarima maydoni doirasidan tashqariga chiqsa to'p o'yinda hisoblanadi.

### **Qoida buzilishi va jazo.**

Agar darvozadan zarba bajarilgandan so'ng to'p jarima maydoni doirasini tark etmaza (tashqariga chiqmaza).

- Zarba qaytariladi.

Darvozadan zarba maydon o'yinchisi tomonidan bajarilsa (darvozabon tomonidan emas).

Agar to'p o'yinga kirgandan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'p biror bir o'yinchiga tegmasdan oldin ikkinchi marta to'pga tegsa (qo'l bilan emas):

- Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

Agar to'p o'yinga kirganidan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'p biror bir o'yinchiga tegmasdan oldin ataylab qo'l bilan o'ynasa.

- Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish huquqini oladi.

- Agar qoida buzilishi zarbani bajaragan o'yinchining jarima maydoni doirasida yuz bersa, 11 metrlik zarba tayinlanadi.

Darvozadan zarba darvozabon tomonidan bajarilsa.

- Agar to'p o'yinga kirgandan so'ng darvozabon to'p biror bir o'yinchiga tegmasidan oldin ikkinchi marta tegsa (qo'l bilan emas).

- Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

- Agar to'p o'yinga kirganidan so'ng darvozabon to'p biror bir o'yinchiga tegmasdan oldin ataylab qo'l bilan o'ynasa.

- Agar qoida buzilishi darvozabonning jarima maydoni doirasi tashqarisida yuz bersa qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima

zarbasini bajarish huquqini oladi.

- Agar qoida buzilishi darvozabonning jarima maydoni doirasida yuz bersa, qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

Shu qoidaning boshqa har qanday buzilishida: Zarba qaytariladi.

### **Burchak to'pi.**

Burchak zarbasi o'yinni yangidan boshlash usulidir.

Burchak zarbasi tufayli to'g'ridan to'g'ri urilgan gol hisoblanadi, lekin faqat shu holatdagi, agar to'p raqib jamoa darvozasiga urilgan bo'lsa.

Burchak to'pi tayinlanadi qachonki:

- To'p oxirgi marta, himoyalannuvchi jamoa o'yinchisiga tegib darvoza chizig'ini yerdan yoki havodan kesib o'tsa, lekin agar bunda 10-qoidaga mos ravishda gol urilmagan bo'lsa.

- Burchak to'pini bajarish tartibi.

- To'p burchak bayrog'i yaqinidagi belgilangan qismi (sektor) ichiga o'rnatiladi.

- Raqiblar to'pdan 9,15 m masofa uzoqlikda joylashadi. (to'p o'yinga kirmaguncha).

- To'pga zarbani hujumdagi jamoa o'yinchisi amalga oshiradi.

- Qachonki to'pga zarba berilib va u harakatda bo'lsa to'p o'yinda hisoblanadi.

Zarbani bajaragan o'yinchi to'p boshqa o'yinchiga tegmaguncha ikkinchi marta to'pni o'ynashi mumkin emas.

### **Qoida buzilishi va jazo.**

Burchak zarbasi maydon o'yinchisi tomonidan bajarilsa (darvozabon tomonidan emas).

Agar to'p o'yinga kiritilgandan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'pga boshqa o'yinchi tegishidan oldin, ikkinchi marta to'pga tegsa (qo'l bilan emas).

- Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba berish huquqini oladi.

Agar to'p o'yinga kiritilgandan so'ng zarbani bajaragan o'yinchi to'pga boshqa o'yinchi tegishidan oldin ataylab qo'l bilan o'ynasa.

- Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish

huquqini oladi.

➤ Agar qoida buzilishi zarbani bajarigan o'yinchining jarima maydoni doirasida yuz bersa, 1 metrlik zarba tayinlanadi.

Darvozabon tomonidan bajariladigan burchak to'p.

Agar to'p o'yinga kiritilgandan so'ng darvozabon to'p boshqa o'yinchiga tegmasidan avval ikkinchi marta (qo'l bilan emas) tegsa:

➤ Qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

Agar to'p o'yinga kiritilgandan so'ng darvozabon to'p boshqa o'yinchiga tegmasidan avval ataylab qo'l bilan o'ynasa.

➤ Agar qoida buzilishi darvozabonning jarima maydoni doirasining tashqarisida yuz bersa, qarshi jamoa qoida buzilgan joydan jarima zarbasini bajarish huquqini oladi.

➤ Agar qoida buzilishi darvozabonning o'zining jarima maydonida yuz bersa, qarshi jamoa qoida buzilgan joydan erkin zarba bajarish huquqini oladi.

Shu qoidaning boshqa har qanday buzilishida:

➤ Zarba qaytariladi.

### **Match g'olibini aniqlash tartibi.**

11 m nuqtadan zarbalarni bajarish – bu musobaqa nizomiga ko'ra match durang natija bilan tugaganda g'olibni aniqlash uchun qo'l-laniladigan usuldir.

### **11 metrlik nuqtadan zarbalar.**

➤ Hakam zarbalar uriladigan darvozani tanlaydi.

➤ Hakam birinchi zarbani bajaruvchi jamoani aniqlaydigan qur'a tashlashni o'tkazadi.

➤ Hakam amalga oshirilgan zarbalarni ro'yxatga oladi (qayd etadi).

➤ Kelishilgan quyidagi shartlarga rioya qilish sharti bilan, har ikkala jamoa 5 tadan zarba bajarishadi.

➤ Zarbalar jamoalar tomonidan navbati bilan bajariladi.

➤ Agar ikki jamoa 5 tadan zarba bajarishdan oldin ulardan biri ko'prok gol ursa ikkinchi jamoa esa 5 ta zarbani ham bajarib bunday natijaga erisha olmaydigan bo'lsa zarbalarni bajarish to'xtatiladi.

➤ Agar 5 tadan zarba bajargandan so'ng ikki jamoa ham bir xil gollar soniga ega bo'lsa yoki bitta ham gol urmasa, jamoalardan biri

bir xil zarbalar miqdorini bajarib, ikkinchisiga qaraganda 1 gol ko'p urmaguncha xuddi shu tartibda zarbalarni bajarish davom etiriladi.

➤ 11 m nuqtadagi zarbalarda jarohat olgan va keyingi o'z vazifalarini bajara olmaydigan darvozabon, protokolga kiritilgan zahiradagi o'yinchi bilan almashirishi mumkin, lekin shu shart bilanki uning jamoasi musobaqa qoidasida ruxsat berilgan eng ko'p miqdordagi zahira almashirishdan foydalanmasligi kerak.

➤ Yuqoridagi keltirilgan holatdan boshqa 11 m nuqtadagi zarbalarni qo'shimcha vaqt qo'shgan holda match oxirida maydonda bo'lgan o'yinchilargina bajarishi mumkin.

Hamma zarbalar har xil o'yinchilar tomonidan bajariladi va ikkinchi marta zarbani bajarish huquqini o'yinchi olishi mumkin faqat shu huquqga ega bo'lgan hamma o'yinchilar o'z zarbalarini bajarib bo'lganidan so'ng.

➤ Zarbani bajarish huquqiga ega bo'lgan o'yinchi 11 m nuqtadan zarbani bajarishning har qanday paytida o'z joyini darvozabon bilan almashirishi mumkin.

➤ 11 m nuqtadan zarbalarni bajarish vaqtida maydonda faqatgina zarba bajarish huquqi bo'lgan o'yinchilar va match hakamlari bo'lishi mumkin.

➤ Zarbani bajarayotgan o'yinchi va ikki darvozabondan tashqari hamma o'yinchilar markadagi doira ichida qolishlari kerak.

➤ Zarbani bajarayotgan o'yinchi jamoasi darvozaboni, jarima maydoni doirasi tashqarisida darvoza chizig'i va jarima maydonini chegaralovchi chiziqlar kesishgan joyda qolishi kerak.

➤ Qachonki jamoa o'z raqibiga nisbatan ko'proq o'yinchi bilan matchni tugallasa, u raqib bilan tenglashish uchun o'z o'yinchilari sonini qisqartirishi va qisqartirilgan o'yinchilar familiyasi va raqamini hakamga bildirishi kerak.

Bunday ma'suliyat jamoa kapitaniga yuklatiladi.

### **5.1. Texnik zona.**

Texnik zona xalqaro yig'inning 3 qoidasi (2 qaror) ko'rsatilganidek stadionlarda o'tkaziladigan matchlarda texnik shaxslar va zahiradagi o'yinchilar joylashadigan qismini bildiradi. Texnik zonalar har xil stadionlarda o'tchamni yoki joylashishi bilan farq qilishi mumkin.

Quyidagi qaydlar, fikrlar umumiy qo'llanma sifatida keltiriladi.

➤ Texnik zona maydonining har ikkala tomonida zahiradagi o'yinchilar uchun ajratilgan o'rindiqdan boshlab yon chiziqga 1m masofa qolganda tugaydi.

➤ Ushbu zona chegarasini bildirish uchun markirovkadan foydalanish tavsiya etiladi.

➤ Texnik zonada bo'lishiga ruxsat berilgan shaxslar, musobaqa qoidasiga ko'ra match boshlanishidan oldin aniqlanadi.

Faqat bir kishiga bir vaqtda o'yinchilarga taktik ko'rsatmalar berishga ruxsat etiladi va bundan so'ng u darrov joyiga qaytishi kerak.

➤ Muhim xolatlarni xisobga olmaganda jamoaning murabbiyi va rasmiy kishilari texnik zona doirasida kolishlari kerak.

Masalan: Murabbiy uqalovchi (masajist) yoki murabbiy vrach hakam ruxsati bilan maydonga, jarohat olgan o'yinchining ahvolini baholashga chiqishi mumkin.

III Texnik zona bo'lgan murabbiy va boshqa rasmiy kishilar o'zlarini madaniyatli va yetarli darajada javobgar tutishlari kerak.

### Hakam.

Zahiradagi hakam musobaqa qoidasiga ko'ra hakamlik vazifasini bajarishga tayinlanishi mumkin shu holatdagi, agar matchning 3 hakamidan birontasi o'z vazifasini davom ettira olmaydigan holatda bo'lsa.

➤ Match boshlanishidan oldin uning tashkil etilishiga javobgar idora aniq harakatlar tartibini e'ton qiladi: ya'ni agar hakam o'z vazifasini davom ettiradigan holatda bo'lmasa, bu vazifani zahiradagi hakam o'ziga qabul qiladimi yoki hakamning birinchi yordamchisi.

➤ Zaxiradagi hakam agar hakam talab qilsa har qanday ma'muriy vazifalarni muddatdan oldin, match vaqtida va matchdan keyin bajarishga yordamlashadi.

➤ U match davomida o'yinchilarni almashtirish holatiga yordam beradi.

➤ U zahiradagi o'yinchilarning o'yin maydoniga chiqishidan oldin epikirovkasini tekshirishga haqqi bor. Agar ular epikirovkasi o'yin qoidasiga mos kelmasa bu haqida hakamga ma'lum qiladi.

➤ Zahiradagi hakam hamma vaqt hakamga yordam beradi. U signal berish kerak shu haqdakim, qachonki o'yinchini tanishda adashilganligi

uchun boshqa o'yinchi ogohlantirish olsa yoki o'yinchi ikkinchi ogohlantirishni olib maydondan chiqib ketmasa yoki hakam va uning yordamchilariga ko'rinnayotgan zo'ravonlik holatlarga lekin shunda ham o'yiniga bog'liq har qanday holatlarga qaror qabul qilish huquqi hakamda qoladi.

Matchdan so'ng zahiradagi hakam, hakam va hakam yordamchilari ko'rmagan, maydondan tashqarida yuz bergan har qanday nojo'ya harakatlar va shunga o'xshash holatlar bo'yicha tegishli tashkilotga axbarot berishi kerak.

➤ Zahiradagi hakam har qanday tuzilayotgan axbarot haqida hakam va hakam yordamchilariga xabar qilishga majbur.

U texnik zonada turgan har qanday shaxsning nojo'ya harakatlari haqida hakamga ma'lumot berish huquqiga ega.

### 5.2. Mini futbol

Mini futbol sport zalida yoki ochiq joyda uzunligi 25-42 metrl va eni 15-25 metrl maydonda o'yinash mumkin. Moydonning chegarasi sifatida belgilangan chiziqlarning eni 5 sm bo'lib, bu chiziq ichi o'yin maydoni sathiga kiradi.

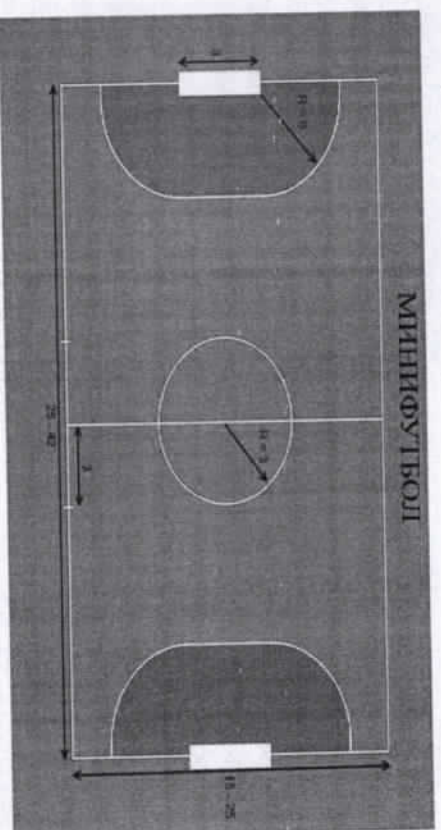
Mini futbol o'yinida qo'l to'pi darvozasidan foydalaniladi, darvozaning ustunlar oralig'i 3 metr va balandligi 2 metr bo'lishi tavsiya qilinadi.

Darvozaning ikkala ustunida radiusi 6 metrdan iborat yarim aylana chizilishi lozim va ustunlar ro'parasida (darvoza chizig'iga parallel qilib) to'g'ri chiziq bilan birlashtiriladi. Aylananing davomi darvoza turgan chiziq bilan birlashtiriladi. Hosil bo'lgan chizma oralig'i darvozabonning jarima maydoni deb ataladi. Darvoza ustunlarining teng o'rtasidagi nuqtaning ro'parasiga 6 metrl jarima chizig'i belgilanadi va uzunligi 0,5 metrl jarima chizig'i chiziladi. Maydonning teng o'rtasidan bo'lib, to'g'ri chiziq o'tkaziladi va uning o'rtasiga 3 metr radiusga ega bo'lgan markaziy aylana chiziladi.

Maydonning zahiradagi o'yinchilari o'tiradigan tomoniga o'rta chiziq oldida ularni «almashtirish hududi» (6 metrl chiziq) belgilab qo'yiladi. O'yinchi almashtirish faqat o'sha hudud orqali amalga oshiriladi. Maydondagi o'yinchilarni almashtirish o'yin davomida o'yin to'xtatilmay, amalga oshiriladi. Darvozabonni almashtirish esa faqat

o'yin to'xtatilgandagina amalga oshiriladi. Standart holatlarda, jarima to'pini terishda raqib jamoa o'yinchisi to'pdan 3 metr masofada turishi shart. Yon chiziqdan to'p o'yinga oyoq bilan kiritiladi. O'yinning davom etishi uchun jami 40 daqiqaga vaqt, 20 daqiqali ikkita taym, oralig'ida 10 daqiqaga tanaffus bilan o'tkaziladi.

O'yinni ikki nafar hakam (bosh va yon chiziqdagi hakam) boshqaradi. 4 nafardan o'yinchi va 1 darvozabondan iborat ikki jamoa bir-biriga qarshi o'yinmaydi. O'yinda ishtirok etish uchun bir jamoadan 16 nafargacha o'yinchiga buyurtma berish mumkin. O'ynaladigan to'p yumaloq, teridan tikilgan, og'irligi 400-440 gr, aylanasi 62-64 sm ni tashkil qilishi lozim (28-rasm).



**5.3. Nazariy mashg'ulotlarni olib borish usuliyati va uni tashkil etish**

Nazariy mashg'ulotlarni olib borish yosh sportchilarning sport mahoratini tezroq rivojlanishiga yordam beradi. Mashg'ulot o'tish tayyorgarligini shartli ravishda o'zaro bog'lik bo'lgan ikki qismga ajratish mumkin:

- nazariy tayyorgarlik, ya'ni taktik bo'yicha maxsus bilimlarni o'zlashtirish
  - amaliy tayyorgarlik, ya'ni alohida guruhliy va jamoaviy harakatlarni o'zlashtirish shuningdek, o'yinchilarni ijodiy qobiliyatini rivojlantirish.
- Amaliyotdan ma'lumki, kim nazariy jihardan yaxshi tayyorgarlik

ko'rgan bo'lsa, taktik ko'nikmalarni egallashda muvaffaqiyatga erishadi. Nazariy bilimlar murakkab o'yin vaziyatlarida to'g'ri mo'ljallanib, ehtimollik qarorlarni baholash va ularni tahlil etishga, ularda eng samaradorligini tanlab olishga yordam beradi.

Taktikada nazariy tayyorgarlik o'yin qoidalarini bilish va taktikaning alohida vositalarini egallashni ko'zda tutadi. Futbolchi o'yinning asosiy tizimlari va ularning variantlarini jamoadagi muayyan ampula o'yinchilarning vazifasini uchrashuvning xar xil bosqichlaridagi harakatlarning o'zaro munosabatini ob'ektiv shart-sharoitlarning o'yin jarayoniga ta'siri hamda tashqi omillardan jamoa manfaatlarini yo'lida foydalanishni bilish zarur. Har bir harakatda bularning barchasini inobatga olish kerak. Taktik mahorat o'sib borgan sayin bilimlarning inobatga olish kerak. Taktik mahorat o'sib borgan sayin bilimlarning o'yin jarayonining ko'rsatadigan ta'siri ham ortadi. Futbol taktikasi nazariyasini o'rganish o'yinning asosiy qoidalarini tushuntirishdan boshlanib, ular o'yin mashqlarini boshqarish davomida hamda mashg'ulot o'yinlari vaqtida amaliy jihatdan o'zlashtiriladi. Murabbiy jamoa ichidagi vazifalarning taqsimlanishi alohida o'yinchilar oldilaridagi muammolar haqida. Yosh shug'ullanuvchilarga to'liq tushunarli ma'lumot berishi, muayyan hududda o'ynaydigan aniq bir o'yinchining harakatlari yordamida ixtisoslashtirilgan tarzda ayrim o'yinchilarning asosiy vazifalarini ta'riflab berishi lozim.

O'rgatishning keyingi pog'anasini o'yinning alohida bosqichlarini batafsil tahlil qilib chiqadilar. Yaxshisi bunday tahlilda o'tkazilgan uchrashtuvlarda o'yinchilar yo'l qo'ygan kamchiliklarni tanqid qilib o'lgan ma'qul. O'yin bosqichlari tahlildan so'ng turli murakkablikdagi taktik vazifalarning nazariy yechimini o'rganishga o'tish mumkin. Harakat ko'nikmalarini o'rgatish jarayonida taktik faoliyatlarini amalga joriy etish uchun shug'ullanuvchilarga yo'l qo'yishi mumkin bo'lgan xatolarning oldini olish hamda o'rganilgan harakatning mustahkamlash usullari haqida tushuncha beriladi.

Taktikani o'rgatish va uni takomillashtirishning asosiy usullari:

1. Mashq qilish usuli. (O'rganilayotgan va yangi mashqlarni ko'p karra takrorlash) Shug'ullanuvchilarda harakatlarni dinamik qoliplari stereotiplari shakllanishida yordam beradi.
2. Namoyish etish va kursatish usuli.
3. So'zlashish usuli.
4. Yaxlit qismlarga bo'lingan usul (yaxlit taktik harakatlarga

o'tishdan avval ulardan har birining asosiy qismlari o'zlashtiriladi. Odatda taktik harakatlarni mustahkamlash va shakllantirish uchun yaxlit usulga murojaat etiladi).

5. Taktikaga oid kinomateriallar tahlili raqib jamoa o'yinini baholashda juda katta ahamiyatga ega. O'yinlarni video tasnaga tushirishning afzalligi shundaki, u raqiblar o'yinini ko'p marotaba ko'rib o'rganishga imkon yaratadi. Bundan tashqari o'z taktik harakatlarni tahlil etishga eng samarali yo'llardan biridir.

6. O'z harakatlari va raqib harakatlarni tahlil etish.

Odatda murabbiylar kuzatuvni mustaqil ravishda olib borishni afzal deb biladilar. Shundan keyin o'yinchilarga faoliyat ko'rsatish variantlarining tayyor qoliplarini beradilar: bu yosh futbolchilarni tashabbuskorlik va mustaqillikdan mahrum etadi. Demak, ularning o'yin tatakurini rivojlantirishga yo'l qo'ymaydi. Yosh futbolchilarning o'yin musobaqalarini ko'rishga jalb etish juda muhim. Ularni shunchaki o'yin tomosha qilishga emas, balki jamoa qo'llayotgan taktik variantlarga, hujum va himoyada o'yinni tashkil etish yo'llariga, taktik vazifalarni hal etishda o'yinchilar qo'llaydigan vositalarga e'tibor qarashini o'rgatish zarur. Yosh futbolchi taktik vazifalar ustida qanchalik ko'p o'yinlab, ularning yechimini topsa, har xil sharoitlarda turli raqiblar bilan o'yinlardagi o'z taktikasi hamda shaxsiy tajribasini kanchalik chuqur tahlil etsa, o'zini o'yin vazifalarini to'g'ri tushunish va baholashga o'yin payti oldiga qo'yiladigan xilma xil vazifalarni mustaqil ravishda ijodkorona hal etishga shuncha yaxshi tayyorlaydi.

Taktik xarakatlarni o'yin texnikasi bilan bir vaqtda o'rganish maqsadga muvofiqligi yuqori bo'limlarda e'tirof etilgandi. Chunki dastlabki mashg'ulotlarda Yosh futbolchilarda mustaqillik, mo'ljal olish tezkorligi hamda ijodiy faollikni tarbiyalash juda muhim. Shunda mashqlarni tanlash kerakki, ularni bajarish chog'ida shug'ullanuvchilar vaziyatni anglab, muayyan qarorlar qabul qilishi, o'z faoliyatini baholab, umumlashira olishi lozim.

Taktikani o'zlashtirishning dastlabi bosqichida murakkab reaksiyalar tezkorligi mo'ljal olish va ziyraklik, futbolchilarda ko'prok jismoniy va texnik tayyorgarlik jarayonida rivojlanib boradi. Buning uchun mashqlarga qo'shimcha sharoitlar kiritiladi:

- ovozi va ko'rish mumkin bo'lgan signallardan foydalaniladi.  
(o'yinchilar to'p bilan yoki to'psiz bajaradigan u yoki bu harakatlarni tez

o'zlashtira olishlari uchun)

- to'plarning miqdori, fishkalar, yordachi jihozlar bilan bog'liq mashqlarning mo'ljal yoki chegaralari soni ko'paytiriladi.

- harakatlarning murakkablashtirish, qiyinlashtirishga o'rgatiladi, ularda shug'ullanuvchilarning joy almashirish tezligining harakat yo'nalishiga bog'liq bo'ladi.

Shartli sheriklarining faol yoki passiv qarshiligidan foydalaniladi, bunda qo'shimcha sharoitlar yoki murakkablashtirishlar texnik usullar asosida yotuvchi jismoniy sifatlarning rivojlantirishiga yoki xarakat ko'nikmalarining shakllanishiga salbiy ta'sir ko'rsatmasligiga ahamiyat berish muhim.

Texnikaga oid u yoki bu mashqni bajarishda avval, shug'ullanuvchilarning imkoniyatiga mos shunday taktik topshiriq tanlab berish kerakki, usullarning o'zlashtirilishini murakkablashtirmasin, balki uning to'g'ri anglanishiga o'zgaruvchan sharoitlarda oqilona qo'llanilishiga ko'maklashtirsin. Masalan, yosh futbolchi bir vaqtning o'zida harakat boshlash uchun qulay payt tanlab, ham zarba yo'nalishini aniqlashi yoki sheriklarining joylashuvi va siljishiga qarab to'pni olib yurishi lozim bo'lgan sharoitlarda mashq bajarishi mumkin. Keyin alohida harakatlarni o'zlashtirish raqibsiz o'tkazilgan mashqlarda passiv raqiblar bilan va nihoyat o'yin mashqlarida faol raqib bilan davom ettiriladi. Bu bosqichda muhim vazifani bajaradi. Uning faoliyatini murabbiy yo'naltirib turadi.

O'rganilgan ko'nikma o'yin sharoitida ko'p marotaba takrorlash yo'li bilan mustahkamlanadi. Bunday yosh futbolchiga muayyan topshiriqlar beriladi. O'quv mashg'ulot va o'rtoqlik o'yinlarida himoyadan hujumga va hujumdan himoyaga o'tishda to'pni o'yiniga kiritish vaqtida joy tanlashga alohida e'tibor qarash zarur. O'yinchilarning raqibdan uzilib keta olishiga, jamoa o'yinchilarning ochiq joyiga chiqishiga shuningdek, o'z o'yinchilarni yo'qotgan zahoti raqib o'yinchisini o'z vaqtida to'g'ri bekitishga erishish kerak.

Futbolga guruhli taktik harakatlarning asosini 2, 3 va undan ko'proq o'yinchilarning muayyan usullardagi o'zaro munosabatlari tashkil etadi ahamiyat berishi zarur. Ikki va uch undan ortiq o'yinchilarning munosabatlarini yanada takomillashtirish o'yin mashqlari va o'quv o'yinlari jarayonida davom ettiriladi. O'yin mashqlari dastlab, hujumchilar miqdori jihatdan usuligida, keyin hujumchilar va himoyachilar

sonini tenglashtirib va nihoyat hujumchilar midorni kamaytirib o'tkaziladi. O'yin mashqlari hamda o'quv o'yinlariga futbolchilarni o'rgatish usullarni qulay vaziyatlarda qo'llashga majbur qiluvchi sharoitlarni kiritish maqsadga muvofiq. O'yin mashqlarini bajarish va o'quv o'yinlarini bajarish chog'ida murabbiy shug'ullanuvchilarning harakatlari to'g'ri davom ettirishi uchun eng qulay variantlarni tanlash maqsadiga yuzaga kelgan vaziyatni mustaqil baholay olishga muayyan sharoitda mo'ljall olish tezligiga alohida ahamiyat berishi zarur.

#### 5.4. Yosh futbolchilarning taktik tayyorgarligi

Futbolchilarning o'yin faoliyati sharoitlarida yaxshi mo'ljall olish va taktik jihatdan to'g'ri qaror qabul qilish qobiliyati ko'p jihatdan texnik usullarni maqsadga muvofiq ravishda qo'llash, ya'ni ularning texnik qurollanganligi bilan belgilanadi. Shuning uchun yosh futbolchi texnik usullarni muntazam takomillashtira borib juda ko'p miqdordagi harakat ko'nikmalarini egallab olgandagina, yaxshi taktik tayyorgarlikka erishishi mumkin. O'yinchining texnik mahorati yo'sheriklari bilan hamkorlikda, yoki individual ravishda istalgan taktik g'oyaning amalga oshirilishini ta'minlashi kerak. Har bir futbolchining taktik jihatdan yuqori individual tayyorgarligi butun jamoa taktikasining samarali bo'lishini belgilab beradi.

Yosh futbolchilar bilan o'tkaziladigan har bir o'quv-mashg'uloti bosqichi muayyan yo'nalishga va tegishli o'quv materiallariga ega bo'lishi kerak.

Daslabki tayyorgarlik bosqichida asosiy vazifa o'yinda fikr yuritish qobiliyatini tarbiyalash va futbol o'yini jarayoniga qiziqish uyg'otishdan iborat. Mashg'ulotlarda murakkab reaksiya tezligi, mo'ljall olish, idrok, mustaqillik jamoada ish ko'ra bilish ko'nikmalarini rivojlantirish bilan bog'liq bo'lgan mashqlar bajariladi. O'yinda fikr yuritish qobiliyatini tarbiyalash uchun o'yin faoliyati xarakteriga ko'ra futbolga yaqin bo'lgan harakatlari o'yinlardan keng foydalaniladi. Harakatlari o'yinlar raqib "ta'qib"idan qutulish va bo'sh joyga chiqish, o'z vaqtida to'p oshirish, hujum yoki himoya vaqtida tezlik bilan qulay vaziyatni egallash ko'nikmalarini tarbiyalaydi. Taktik tayyorgarlikda harakatlari o'yinlardan foydalanish to'g'ri egallab olishning murakkab texnikasi yo'qligi bilan

ham belgilangandir. Bu shug'ullanuvchilarning diqqat-e'tibori o'yin jarayonini tushunib olishga qaratiladi, juda ko'p vaziyatlarda mustaqil qaror chiqarib olish imkonini yuzaga keladi. O'yinlarda hujum va himoyadagi individual hamda eng oddiy guruhli harakatlar tarbiyalanadi. O'yinchining «ochilishi» va «yopilishi» kabi taktik harakatlarni, eng yaxshisi, sport o'yinlarga oid harakatlari o'yinlarda o'rganilgan ma'qul.

Murabbiy o'yin mohiyatini to'g'ri tushunish hissiy tarbiyalash to'g'risida g'amxo'rlik qilishi, qabul qilingan har bir noto'g'ri qarorni e'tibordan chetda qoldirmasligi, bajarilgan harakatga baho berishi kerak. Shuning uchun mazkur bosqichdagi har bir mashg'ulot mazmunining asosiy yo'nalishi — o'yinni olib borish tajribasini egallash va uni to'ldirib borishdan iborat.

Boshlang'ich sport ixtisoslashuvi bosqichi taktik tafakkurni (o'yinchining taktik jihatdan fikr yuritish qobiliyatini) rivojlantirishni hamda asosiy individual va guruhli taktik harakatlarni o'rganishni nazarda tutadi. Mashg'ulotlarda quyidagilar:

— nazariy bilimlar, taktik ko'nikma va malakalar zahirasini kengaytirish;

— o'zlashtirilayotgan bilim, ko'nikma va malakalarni doimo o'zgaruvchan o'yin sharoitidagi ijodiy imkoniyati e'tiborga olinish kerak.

Mashg'ulotlarda sport o'yinlari taktikasining umumiy asoslarini o'rganishga, futbol o'yini taktikasini, o'yinchilarning individual va guruhli harakatlari qaratib chiqishga katta o'rin beriladi. Shu maqsadda futbolchining mustaqil ish olib borishida mavjud barcha formalardan, taktik tayyorgarlikning nazariy asosini yaratishga yordam beruvchi formalardan (adabiy manbalar, kinomateriallar, shaxsiy kuzatishlar) foydalaniladi. O'yin qoidalarini o'rganish hamda individual va guruhli harakatlarni tashkil etishda ularni hisobga olish lozim. Tanishish asnosida qoidalarni rasm, sxema, maketda aks ettirilgan o'yin vaziyati va hokazolar bilan to'ldirib tushuntirish, ularni qo'llashga oid amaliy misollar keltirish foydalidir.

Asosiy taktik harakatlarni o'rganish jarayonida taktik tafakkur shakllantirilgan ekan, asosiy e'tibor qabul qilingan taktik rejani amalga oshirish uchun o'yin olib borishning shug'ullanuvchilar qabul qilgan muayyan vositalari va usullarini maqsadga qanchalik muvofiqligini tahlil qilishga qaratiladi.

Hujum va himoyaning doimo o'zgaruvchan sharoitlarida konkret

individual va guruhli harakatlarga alohida e'tibor berib bajariladigan mashqlar ham o'rganiladi.

Ayrim o'yin vaziyatlarini ijodiy hal etish qobiliyati o'yinchilarning eng muhim malakasi hisoblanadi. Bu malakani rivojlantirish boshlang'ich sport ixtisoslashuvining asosiy vazifalaridan biridir.

Jiddiy mashq qilish bosqichidagi taktik tayyorgarlik o'zlashtirib olingan individual va guruhli harakatlarga alohida e'tibor bergan holda olib boriladi. U futbolchilarning kombinatsion o'yin olib borish qobiliyatini takomillashtirishga qaratilgan bo'ladi.

Jamoda taktik harakatlarni takomillashtirishga katta e'tibor beriladi. Har bir o'yinchi jamoda qanday o'rin egallashiga qarab o'z taktik harakatlarini takomillashtiradi. Mashqlarga ham hujumchi, ham himoyachi harakatlari kiritiladi.

O'z-o'zini tahlil qilish qobiliyatini, vujudga kelgan o'yin sharoitida to'g'ri yo'l topa bilish, o'yin vaziyatini xarakterlovchi ko'p sonli momentlardan eng muhimini ajratib olish ko'nikmalarini tarbiyalash juda muhimdir.

## **6. Bob. Yosh futbolchilarda o'yin taktikalarini tarbiyalashda, o'yin qoidalarini o'zlashtirish**

Yosh futbolchilarning taktik harakatlarni tarbiyalashda futbol o'yin qoidalarini yoddan bilish muhimdir. O'yin qoidalarini o'zlashtirgan yosh futbolchi o'yin vaziyatlarida o'z jamoadoshlarini hujumda, himoyadagi harakatlari noaniqliklar yuzaga kelishga yo'l qo'ymaydi. Futbol o'yinlarida futbolchilarning o'yin qoidalarini bilmasligi, hakamlar bilan tortushuvlarini, vaziyatlarda oddiy qoidalarini buzilishini, xatokki yirik musobaqalarda ham kuzatilishi sir emas.

O'yinchilar o'yin maydoni, maydonchalar, darvoza va to'pning o'lchamlari hakamlarni majburiyatlari to'g'risidagi ma'lumotlarni bilishi shart.

Tekshirishlardan shuni aniqladikki, yosh futbolchilarni o'yindan tashqari holatda, jarima va erkin to'plarni o'yinga kiritishda xatoki yon chiziqdan to'pni tashlashda xatolarga yo'l qo'yishadi. Yosh darvozabonlar ham qoidani bilmasliklari tufayli, jamoalarni mag'lubiyatga uchrashlariga olib kelishadi.

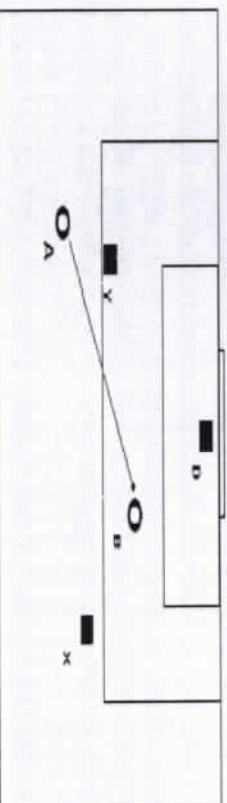
Yosh futbolchilar o'yinlarda o'yindan tashqari holatni yuzaga keltirishda ko'pgina xatoliklarga yo'l qo'yishadi. Bunday xatoliklarga yo'l qo'maslik uchun o'yindan tashqari holatni yuzaga keltirish yoki bo'lmasa ofsayd holatiga tushib qolmaslikda, yosh futbolchilarning o'yin vaziyatini to'g'ri baholay olishlarigina samarali harakatlanishni ta'minlaydi. O'yindan tashqari holatni vujudga keltirish, raqib hujumini to'xtatishda yoki aksincha o'yindan tashqari holatni noaniq qo'llanilishi hujumchining ko'p hollarda darvozabon bilan biringa-bir vaziyatga chiqarib, gol bo'lishiga olib keladi.

Biz o'yindan tashqari xolatlarni o'yinlarni yuzaga keltirish va ushbu holatga tushib qolmaslikda maydonda samarali harakatlanishda, rasmlarda vaziyatlarni ko'rsatib berganmiz. Bu vaziyatlarda maydonda o'yindan tashqari holatlarning borligi yoki yo'qligi nazariy tarzda ham tushuntirilib berilgan.

Rasmlardagi shartli belgilar  
O - hujum uyushtirayotgan jamoa PP - himoyalayotgan jamoa

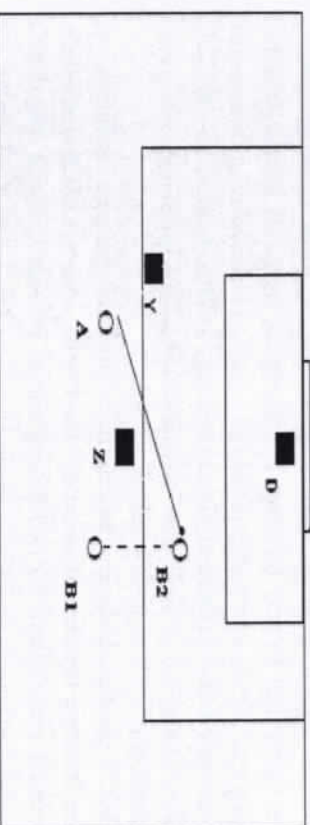
→ - to'pning yo'nalishi  
- - - o'yinchilarning harakatlanishi

#### 1-Vaziyat. O'yindan tashqari holat



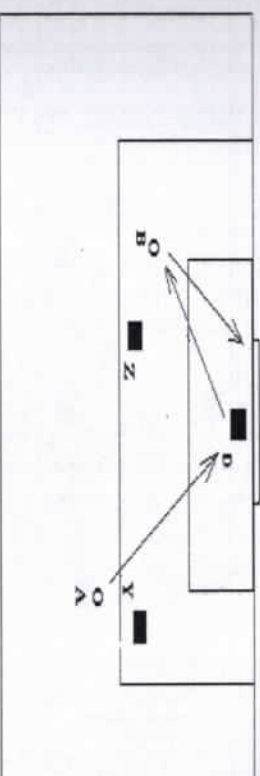
O'yindan tashqari holat kuzatildi. A o'yinchi to'p bilan hujum uyushtirish vaziyatida, V o'yinchiga to'pni uzatdi. V o'yinchi bu vaziyatda Y va X raqib o'yinchilariga qaraganda, raqib darvozasiga yaqin turibdi.

#### 2-Vaziyat. O'yindan tashqari holat yo'q



O'yindan tashqari xolat kuzatilmaydi. A o'yinchi hujum uyushtirishda, Z raqib o'yinchisi orqasida turgan V jamoadoshiga to'pni uzatdi. Bu holatda V1 joydan V2 joyga to'p uzatilgan tomonga qarab haraktlangan. To'p uzatilgan vaqtda Y raqib o'yinchi o'z darvozasi yaqin o'yinchi bo'lgan.

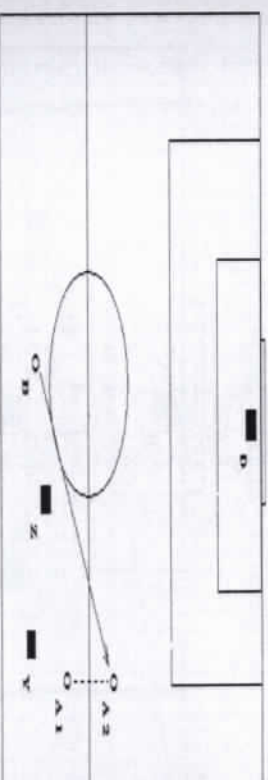
#### 3-Vaziyat. O'yindan tashqari holat



O'yindan tashqari holat. A o'yinchi raqib darvozasiga zarba berdi. Darvozabon D to'pni qaytradi, to'pni yo'nalishi V o'yinchiga keladi, V o'yinchi qaytgan to'pni darvozaga yo'llab gol kiritdi.

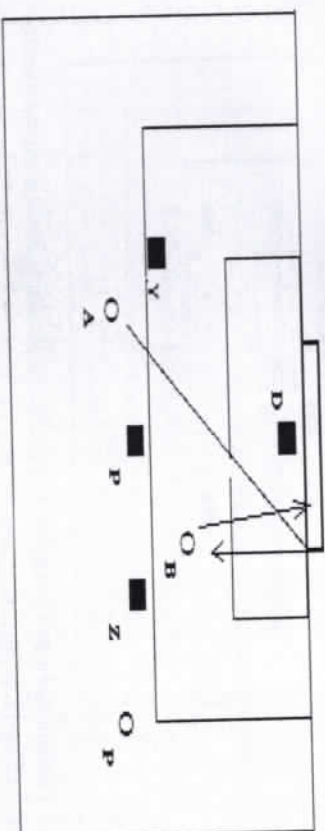
Bu vaziyatda hakam golni inobatga olmadi, chunki A o'yinchi zarba berganda V o'yinchi raqib darvozasiga Z va Y raqib o'yinchilariga qaraganda yaqin turibdi.

#### 4-Vaziyat. O'yindan tashqari holat yo'q.



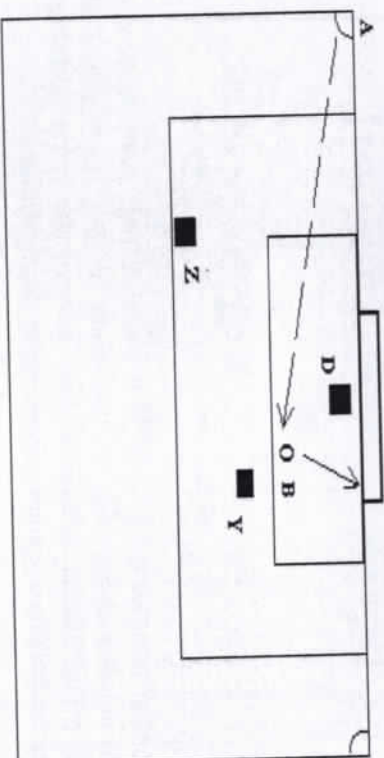
O'yindan tashqari holat yo'q. V o'yinchi to'pni uzatyotganda, A o'yinchi maydon chizig'ining o'z tomonida bo'lgan. A o'yinchi Z va Y raqib o'yinchilariga qaraganda raqib darvozasiga yaqin bo'lishiga qaramay, bu holatda o'yindan tashqari holat deb qaralmaydi.

5 vaziyat. O'yindan tashqari holat



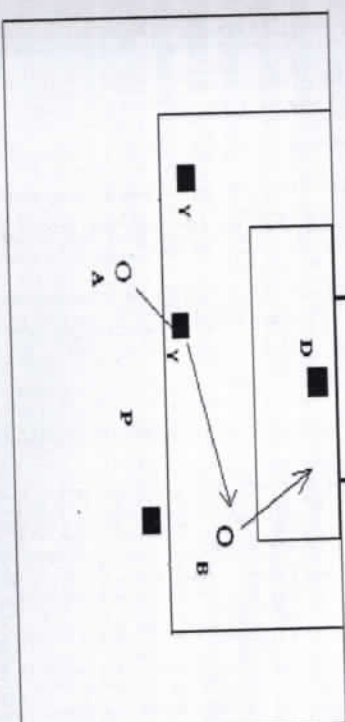
O'yindan tashqari holat. A o'yinchi raqib darvozasiga kuchli zarba berdi, zarba darvozaning ustuniga tegib V o'yinchiga kelib tushdi va to'pni darvozaga kiritdi. Hakam ushbu vaziyatda golni hisobga olmadi. A o'yinchi raqib darvozasigi zarba berganda V o'yinchi Y raqib o'yinchisiga qarganda, raqib darvozasiga yaqin joylashgan.

6-Vaziyat. O'yindan tashqari holat yo'q.



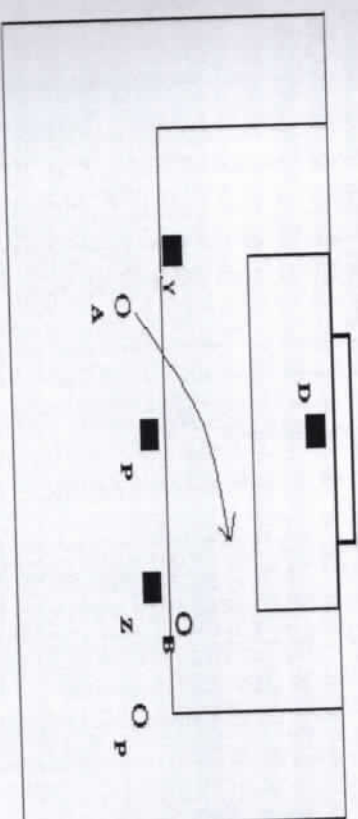
Burchak to'pi bajarilayotgan vaziyatda A o'yinchi to'pni o'z jamoadoshi V o'yinchiga yelkazi. V o'yinchi raqib darvozasiga yaqin bo'lishiga qaramay to'pni darvozaga kiritdi. Bu vaziyatda kiritilgan gol hisobga olindi. Burchak to'pining birinchi zarbasi, o'yindan tashqari holat belgilanmaydi.

7-vaziyat. O'yindan tashqari holat



O'yinchi A darvozaga zarba berdi. Himoyachi Y zarba yo'lga to'sqinlik qilib qaytarishga urindi. To'p Y ximoyachiga tegib V o'yinchiga kelib tushdi. V o'yinchi darvozaga zarba berdi. Bu holatda gol hisobga olimaydi, chunki A o'yinchi tomonidan darvozaga zarba berilganda V o'yinchi raqib darvozasiga yaqin holatda turibdi.

7-vaziyat. O'yindan tashqari holat yo'q

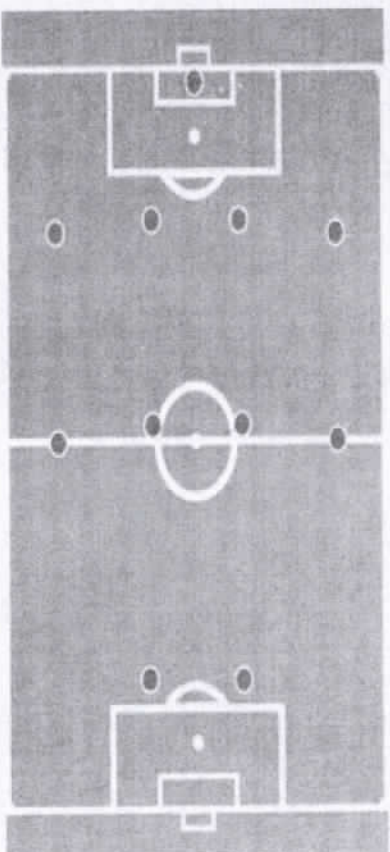


Bu vaziyatda o'yindan tashqari holat yo'q. A o'yinchi to'pni uzatib o'tganda V o'yinchi Y himoyachi bilan bir chiziqda turibdi. To'p uzatib o'tilganda ikki o'yinchi raqib darvozasiga birgalikda yaqin holatda.

## 6.1. Futbol o'yinida taktik tizimlarning qo'llanilishi

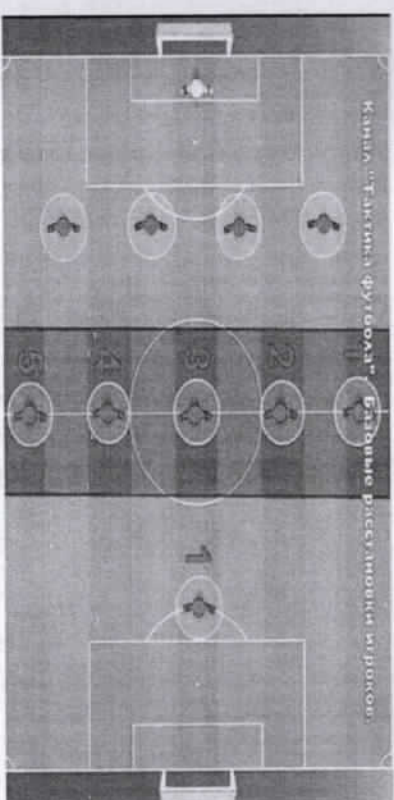
Taktik tizim - bu har bir o'yinchining alohida xususiyatlari asosida futbol maydonida to'g'ri joylashtirilgan holda jamoa bo'lib o'ynash harakatlarini tashkil etishdir. Taktik tizim futbol o'yini taraqqiyotida bir necha bor o'zgarib kelgan. Taktik tizimning birinchi ko'rinishlari jamoalarda 2-5-3 tizimida qo'llanilgan. Ushbu tizimni tarix manbalarida italiyancha tizim yoki bulmaza avstriya jamoalarining tizimi deb yuritilgan. Futbol o'yin qoidalarining takomillasha borishi taktik tizimlarga o'z ta'sirini o'tkaza boshlagan. Futbol o'yiniga o'yindan tashqari holat qoidasining kiritilishi, jamoalarda 3-5-2 (dubl ve) taktik tizimini yuzaga kelishga sabab bo'ldi. Dubl ve taktik tizimida qo'llash futbol jamoalarining maydonda muvaffiqiyati harakatlanishga olib keldi. Dunyo futbol sporti bo'yicha etakchi hisoblangan Braziliya terma jamoasi ham futboldagi 4-2-4 taktik tizimida harakatlanishi bilan futbolga yangi taktik uslubni olib kelgan va jahon chempionati musobaqalarida g'oliblikka erishishgan.

O'tkazilayotgan jahon chempionatlarida terma jamoalarining tayyorotliklari va futbol o'yinining yangi o'yin uslublarini ko'rsatishadi. Dunyoning yetakchi terma jamoalari o'z o'yinlari bilan mutaxassislar e'tiborida bo'ldi. Har bir o'yiniga aniq rejaga asosan tayyorlangan, vaziyat taqozosiga qarab, o'z taktik tizimini, uslubini o'zgartirishga qodir bo'lgan jamoagina yuksak natijalarni qayd etdi.



1-4-4-2 taktik tizimi

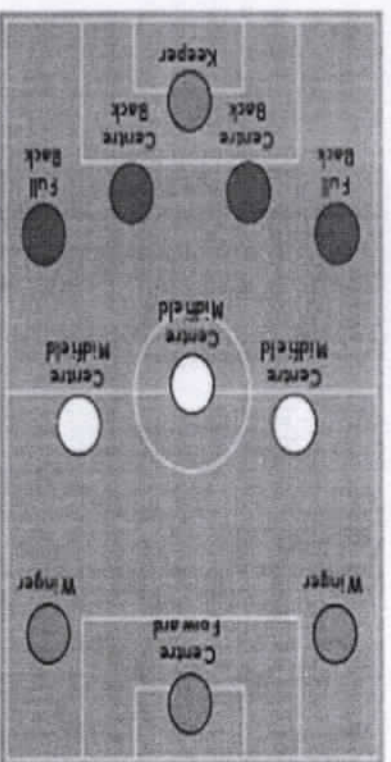
1-4-4-2 taktik tizimi zamonaviy futbol o'yinida jamoalar tomonidan eng ko'p qo'llaniladigan taktik usuldir. Ushbu taktik tizim jamoaning hujumkor taktikada harakatlanishidan darak beradi. Ushbu taktik tizimda ikkita hujumchi bir birlari bilan tandem hosil qilib hujumni yanada samarali ijro etilishini ta'minlaydi. 1-4-4-2 taktik tizimini yevropaning M.Yunayted, Arsenal, Bavariya, Yuventus kabi klublari deyarli har o'yinda qo'llashadi.



1-4-5-1 taktik tizimi

Ushbu taktik tizim ham futbol jamoalarining raqib ustidan g'alaba qozonishida ishlatiladigan samarali usuldir. 1-4-5-1 taktik tizimida Chelsi jamoasi ko'pgina uchrashuvlarida muvaffaqiyatli o'yin ko'rsatib kelmog'da. Aynan shu taktik tizim o'qali Chelsi klubi so'nggi vaqtlarda xalqaro musobaqalarda g'olib bo'lib, dunyoning yetakchi klublar ro'xatidan o'rin olgan. 2012 yildagi Yevropa chempionlar ligasi musobaqasining bosh sovrini Chelsi klubiga nasib etdi. Mutaxassislar e'tiroficha Chelsi klubi yarim himoyachilari F. Lempard, F. Maluda va markaziy hujumchi D. Droga ushbu taktik tizimini samarali, mazmunli ijro etilishni ko'rsatishgan.

Toshkentning "Bunyodkor" futbol jamoasi ham aynan 1-4-5-1 taktik tizimida harakatlanadi. Taktik tizim o'qali o'siyoning etakchi klublarini mag'lubiyatga uchrata olgan.



1-4-3-3 taktik tizimi

**1-4-3-3 taktik tizimi** hujumkor o'yin taktikasini nomoyon etadi. Bu taktik tizimda Barcelona jamoasi samarali harakatlanib so'ngi yillarda barcha raqib jamoalarni mag'lubiyatga uchrata olmoqda. Mutaxassislar e'tiroficha maydon markazida yatim himoyachilar Xavi, Inesta, Pedrolar har bir hujumni tashkil etishda hujumchilar Messi, Vil'ya, Fabregaslar bilan birgalikda qisqa to'p uzatishlarda har qanday raqib himoya chizig'idan o'ta olishlarni ko'rsatishmoqda. Ushbu taktik tizimda harakatlanish orqali Barcelona jamoasi 2006-2012 yillar oralig'ida deyarli barcha musobaqalarda sovrinlarga ega bo'lishdi.

## 6.2. Dars konspektini tuzish

**Darsning mavzusi:** Futbolning umum texnik asosi, futbol texnikasi haqida tushuncha.

**Darsning maqsadi:** Sog'lomlashtirish, jismoniy rivojlantirish, talabalarning harakat malaka va ko'nikmalarini shakllantirish.

**Darsning vazifasi:** Futbolning umum texnik asosi, futbolning jismoniy tarbiyasi bir vositasi sifatidagi vazifasi, futbol texnikasi haqida tushunchalar berish va o'rgatish. **Dars olib borilayotgan joy:** Andijon Davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti, suzish havzasi

**Dars davomiyligi:** 1 soat 20 minut

**Foydalanilgan o'quv jihozlari:** maydon, futbol kiyimi.

| Dars qismi va vaqt davomiyligi    | FAOLIYAT MAZMUNI: Dars mazmuni                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Metodik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Darsning tayyorlov qismi (20 min) | <p>1.1. Salomlashish.</p> <p>1.2. Talabalar haqida axborot olish.</p> <p><b>Saf mashqlarini bajarish:</b></p> <p>Yurish, Sportcha yurish, yengil yugurish, yurish, natfas rastlovchi mashqlar.</p> <p><b>Umumiy rivojlantiruvchi mashqlarni bajarish.</b></p> <p>tayyorlov va yo'llanna beruvchi mashqlar.</p> <p><b>Maxsus futbol mashqlar.</b></p> <p>a) yurish va yugurish mashqlar.</p> <p>b) maydonda sirpanish mashqlari.</p> <p>s) maydon bo'ylab sakrash.</p> <p>1.3. Mavzuning mazmun mohiyati bilan tanishtirish hamda o'quv mashg'ulotidan kutilayotgan natijalar ma'lum qilindi.</p> | 1.1. Eshitadi, yozib oladi.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Darsning asosiy qismi (35-45 min) | <p>2.1. Futbolning umum texnik asosi</p> <p>A) Gavda holati. B) Oyoqlar harakati.</p> <p>S) Nafas. Qo'llar harakati.</p> <p>D) Harakatlarning umumiy uyg'unlashuvi.</p> <p>2.2. Futbol texnikasi haqida tushuncha.</p> <p>1. Futbol maydoniga maxsus kiyimlar bilan tushishni tushuntirish.</p> <p>2. Eng yaxshi futbolchilarning o'yin texnikasini kuzatish.</p> <p>3. Futbol o'yinashi mahoyida qo'l va oyoq harakatiga e'tibor berish</p> <p>4. Maydonda oyoqlarni tez harakatlantirish.</p> <p>5 Maydonda qo'llarni tez harakatlantirish.</p>                                                | <p>2. Eshitadi, tasavvur hosil qiladi o'rganish jarayonida shug'ullanuvchilar.</p> <p>Barcelona suzish mashqlarini o'rganuvchilar</p> <p>avvaliga yakka-yakka bajaradilar, trener esa texnikaga taalluqli berib turadi, texnika to'g'ri o'zlashtirilgan sari mashqlar guruh bo'lib bajariladigan bo'la boradi.</p> <p>Tezlanishini yugurishda asta sekin tezlikni oshira borish kerak, sekin suzuvining harakati siqilq bo'lishiga yo'l qo'yimaslik zarur.</p> |

| Darsning yakuniy qismi (10 min) | 3.1. Qayta saqlantirish, nafas oluvchi mashqlarni bajaritirish, organizmni dastlabki holatiga qaytarish. Mavzuga yakun yasaydi va talabalar e'tiborini asosiy masalalarga qaratadi.<br>Faol ishtirok etgan talabalarni rag'batlantiradi. Mustaqil ish uchun vazifa, uyga vazifa, darsga yakun yasash uyushgan holda mashg'ulot joyidan ketish. | 3.1. Eshitadi, aniqlashdiradi.<br>3.2. Topshiriqni yozib oladi. |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|

### 6.3. Darsni tashkillashtirishda noan'anaviy o'qitish metodlaridan foydalanish

Noan'anaviy o'qitish usullaridan foydalanishdan maqsad nima uning afzalliklari darsning samaradorligini oshirish tamoyillari nimadan iborat degan savolga quyidagicha hosilalar asosida javob berish mumkin.

1. Noan'anaviy o'qitish eng sodd qulay usul.
2. Mustaqil fikrlashni o'rgatadi.
3. Ko'p tarmoqli.
4. Sodda va oson.
5. Bilim boyligini oshiradi.
6. Vaqtdan yutadi.
7. Qiziqarli o'tadi.
8. Darsning samaradorligini oshiradi.
9. Dunyog'arashni kengaytiradi.
10. Tafakkurni rivojlantiradi.
11. O'quvchilarning diqqat e'tiborini tortadi.
12. Har bir o'quvchi bilan individual munosabatda bo'ladi.
13. Xo'irani kuchaytiradi.
14. Izlanishga chorlaydi.
15. O'quvchilarni o'z ustida ishlashga chorlaydi.

Dars jarayonida yangi bilimlarni berish nazariy darsning dastlabki 20 daqiqasida amalga oshirilishi lozim. Shundan so'ng bahs-munozara, kichik guruhlarda ishlash, loyihalash, tadqiqot va boshqa shu kabi interfaol metodlarni amalga oshirib, ta'lim oluvchilarning bilimlarini mustahkamlash kerak. Har qanday holatda ham nazariy dars jarayonida ma'ruza o'qiladigan vaqt taxminan 20 daqiqadan oshmasligi kerak. Chunki o'rganishning dastlabki 20 daqiqasi eng samarali, 20 daqiqadan keyin esa o'rganishni davom ettirish motivatsiyasi pasaya boshlaydi.

Shu bois ta'lim oluvchilarning faolligi, qiziqishlarini saqlash va oshirish maqsadida interfaol metodlarni mavzuni takrorlash yoki mustahkamlash bosqichlarida qo'llash maqsadga muvofiq.

Agar bilimlarni idrok qilishda bir nechta sensorik kanallar birgalikda ishlaga solingan bo'lsa, ma'lumotlarning qisqa xotiradan uzoq xotiraga o'tish jarayoni tezlashadi, bu esa bilishning asosi bo'lib hisoblanadi. Yuqoridagi ma'lumotlardan shunday qoida kelib chiqadi:

➤ O'quv vaziyatini tayyorlashda interfaol metodlar va audio-vizual vositalarni samarali ishlatish lozim. Shunda birdaniga ko'pgina sensorik kanallar jalb etiladi.

➤ O'quv materiali to'g'risida bahs-lashtirishga doim imkoniyat berish lozim.

Davra subhatlari, guruhliy bahs-munozaralar tavsiya etiladi, chunki bu metodlar ta'lim oluvchilarni faollikka jalb qiladi.

Yuqoridagi ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, dars jarayonida an'anaviy metodlar qo'llanilganda, ta'lim oluvchilarning ma'lumotni eslab qolish ko'rsatkichining eng yuqori darajasi 30%ni tashkil etar ekan. An'anaviy dars shaklini saqlab qolgan holda unga ta'lim oluvchilar faolligini oshiradigan turli-tuman metodlar bilan boyitish orgali ta'lim oluvchilarning o'zlashtirish darajasini ko'tarishga olib keladi. Buning uchun suzish dars jarayoni oqilona tashkil etilishi, ta'lim beruvchi tomonidan ta'lim oluvchilarning qiziqishining o'ttirilishi, ularning faolligi doimo rag'batlantirib turilishi, o'quv materialini kichik bo'laklarga bo'lib, ularning mazmunini ochilda turli faollashtiruvchi metodlarning qo'llanilishi va amaliy mashqlarni mustaqil bajarishga yo'naltirilishi talab etiladi.

Bu metodlar "interfaol metodlar" deb ataladi. Interfaol metodlar ta'lim oluvchilarni faollashtiruvchi, mustaqil fikrlashga undovchi va ta'lim jarayonining markazida ta'lim oluvchi bo'ladigan metodlar tushuniladi. Bunday metodlarni qo'llashda, ta'lim beruvchi ta'lim oluvchilarni faol ishtirok etishga chorlaydi. Ta'lim oluvchilar butun jarayon davomida ishtirok etadi. Interfaol metodlarga aqliy hujum, kichik guruhlarda ishlash, muammoli vaziyat, yo'naltiruvchi matn, charxpalak, rolli o'yin, ishbilarmonlik o'yini va shu kabi boshqa metodlar kiradi.

Interfaol metodlardan foydalanish afzalliklari quyidagilardan iborat:

- o'qitish mazmunini yaxshi o'zlashtirishga olib kelishi;
- o'z vaqtida qaytar aloqaning ta'minlanishi;

- motivatsiyaning yuqori darajada bo'lishi;
- o'tilgan materialning yaxshi eslab qolinishi;
- muloqotga kirishish ko'nikmasining takomillashishi;
- o'z-o'zini baholashning o'sishi;
- mustaqil fikrlay oladigan ta'lim oluvchining shakllanishiga yordam berishi;

➤ faqat mazmunini o'zlashtirishga yordam bermay, balki tanqidiy va mantiqiy fikrlashning ham rivojlanishi.

Har qanday ta'limning maqsadi bilimni va uni amalda qo'llay olish ko'nikmalari va malakalarini hamda zaruriy shaxs sifatlarini shakllantirishdan iborat.

O'quv faoliyati harakatida maqsadning barcha komponentlari amalga oshar ekan, turli metodlarni birgalikda qo'llash zarur. Shuning uchun metod tanlashda eng asosiy omil bo'lib, o'quv mashg'ulotining didaktik vazifasi xizmat qiladi.

Bugungi pedagogika an'anaviy yo'sindagisidan pedagogikadan milliy demokratik xarakterdagi, ya'ni muayyan texnologik jarayonda ijtimoiy munosabatlarni, tuyg'u va ruhiy kechimmalar pedagogikasiga aylantirib borayotganligiga asosiy e'tiborni qaratish lozim.

Pedagogik tadqiqotlarda bugungi kunda shaxs va uning taqdiriga munosabat masalasi turadi. Shunga ko'ra oqibati sababga zid qo'yimlik lozim. Ta'lim va tarbiyada oqibatga bo'lgan sabab o'zining to'g'ri va jolib yotishini olsa, oqibat samarali bo'ladi.

Pedagogik texnologiyalar oqimi deyarli barcha rivojlangan mamlakatlarda tez tarqaldi va hozirgi kunda ko'pgina mamlakatlarda muvaffaqiyatli o'zlashtirilmoqda. Ta'limni texnologiyalashtirishning asosini ta'lim jarayoni va uning samaradorligini oshirish hamda ta'lim oluvchilarning berilgan sharoitlarda va ajratilgan vaqt ichida loyihalashtirilayotgan o'quv natijalarga erishishlarini kafolatlash maqsadida to'liq boshqarish g'oyasi tashkil etildi.

Ta'lim texnologiyasining predmeti ta'lim tizimining kontseptual asoslariga dalil keltirishdan, maqsadlarini qo'yishdan, natijalarni shakllantirishdan, o'quv materiallarini tanlash va strukturallashtirishdan, ta'lim modulini tanlashdan ularning optimallik va samaradorlik darajasini baholashgacha bo'lgan tizimni loyihalashtirishdan tarkib topgan.

Pedagogik texnologiyalardan dars jarayonida foydalanganda ta'lim metodlarini tanlash va samarali qo'llash alohida ahamiyatga ega ekanligi

aniqlanadi. An'anaviy ta'lim metodlari bilan bir qatorda pedagogikada ilmiy asosini topgan interfaol ta'lim metodlarini qo'llash ehtiyoji tug'ildi. Chunki pedagogik texnologiyalar bilim oluvchilarni ta'limning asosiy ishtirokchisi, bilim berruvchilar (o'qituvchilar) esa hamkorlik qituvchi to'g'ri yo'nalish ko'rsatuvchi *Noan'anaviy ta'lim texnologiyasi*.

**Hamkorlikda o'rganish modeli** - o'quvchilarning mustaqil guruhlarida ishlashi evaziga ta'lim olishini ko'zda tutadigan metodlardan iborat.

**Fikrni soddada tilda bayon etish:** O'z fikrini soddada ifodalash - yaxshi o'qituvchining eng muhim fazilatlaridan biridir. O'z fikrini murakkab tilda ifodalash - ziyolilik va professionalizm belgisi hisoblanmaydi. O'z fikrini soddada tilda ifodalash - tinglovchibop gapirish demakdir.

Soda tilda gapirishga quyidagilar vositasida erishiladi:

- aytilgan fikrni ko'rgazmali qilib yetkazish;
- fikrni qisqa gaplar vositasida ifodalash;
- oddiy so'zlarni ishlatish;
- dars jarayonida ishlatilgan terminlar ma'nosini tushuntirib o'tish.

**Fikrlarni qisqa va lo'nda ifodalash:** Fikrlarni qisqa va lo'nda ifodalash deganda, ma'ruza mazmunining ortiqcha vaqt ketmasdan, lo'nda, aniq va to'g'ri ifodalanishi tushuniladi:

- butunlay o'quv maqsadga qaratilgan;
- asosiy mazmunga qaratilgan;
- to'g'ri (behato) ifodalardan iborat;
- muhim va kerakli izohlar bilan cheklangan.

**Rag'batlantirish (stimullar).** Rag'batlantirish deb ma'ruza tarkibidagi shunday qo'shimchalar tushuniladi, ular ma'ruza mazmunini tinglovchilarga jonliroq qilib beradi va shu orqali ularning e'tibori va qiziqishini ta'minlaydi. Stimulyatsiyaga quyidagilar yordamida erishiladi:

Ma'ruza mazmunlarini turli qiziqarli omillar, gines rekordlari, shunga o'xshash misollar yordamida aniqlashtirish:

- taassurotli gapirish;
- aytilayotgan fikrlarni ko'rgazmali tarzda yetkazish (vizuallashtirish);
- qiyoslarda raqamlar va faktlarni ishlatish;
- tinglovchilarni qiziqarli ifodalarni tanlash;
- shaxsiy fikrni bildirish;

➤ tinglovchilarning fikr-mulohazalaridan foydalanish.

**Ma'ruza**ning tuzilishi (strukturasi). Ma'ruza odatda uch qismdan: kiritish, asosiy va yakuniy qismdan iborat bo'ladi.

Kiritish qismi:

- qutlash;
- mavzu;
- maqsad;
- tashkiliy savollar;
- motivatsiya, qiziqishni o'yg'otish.

Asosiy qism:

- asosiy fikr 1
- asosiy fikr 2
- asosiy fikr 3 va hokazo.

Yakuniy qism:

- natija va xulosasi;
- umumlashtirish;
- umumiy lashtirish;
- keyingi mavzuga nazar tashlash.

## MARUZACHIGA QO'YILGAN TALABLAR

**Gavdani tutish:** Tik, tinglovchilarga qaratilgan, erkin, ikki oyoqqa mahkam tayangan, boshi ko'tarilgan, ammo burun ko'tarilmagan holatda.

**Qo'llar:** Bo'sh holatda, ikki yonda osilib turgan yoki kamardan yuqorida ikki qo'l bir biriga ulangan; kamardan yuqoridagi harakatlari, tasavvuri (ifodal) hatti harakatlari – gapirish tezligida emas balki, sokin, asta-sekin va xotirjam.

**Yuz:** Tinglovchilarga qaratilgan, xotirjam.

**Ko'z qarashlari:** Hadeb bir kishiga tiklimasdan, auditoriyadagi har bir kishiga 3-5 sekund davomida qarash, samimiy

**Harakatlari:** Maqsadga muvofiq tarzda bir joydan boshqa joyga o'tish, «o'tirib-turishlar» emas, xotirjamlik bilan yordamchi vositalarni qo'lga olish va ishlatish, xotirjam harakatlari, onda-sonda tinglovchilar tomoniga o'tish. **Ovoz:** Tanaffuslar bilan (ayniqsa harakatlari paytida), sekin tezlikda va baland ovozda gapirish.

**Namoyish etish usulini qo'llashga doir ko'rsatmalar:**

Ma'lum bir topshiriqni qanday bajarish kerakligini namoyish etish san'atiga quyidagi bosqichlarni amalga oshirmasdan turib erishish ehtimoldan yiroq.

• Namoyish etish uchun o'z materiallaringizni tayyorlang.

Siz uchun kerak bo'lgan barcha jihozlar, asbob-uskunalar va boshqa narsalar avvaldan tayyor holga keltirilishi lozim.

• O'quvchilarni namoyish etish jarayoni bilan tanishtiring.

O'quvchilarga topshiriq nimadan iborat ekanini aytib va ularning qiziqishlarini e'tiborga olishga harakat qiling. Ularni mashg'ulot boshlashga va tinglashga tayyor ekanliklariga amin bo'lish maqsadida ularning onglariga kirib borishga harakat qiling. O'quvchi uchun sodda bo'lgan narsa o'quvchi uchun o'ta murakkab bo'lishi mumkin.

• O'quvchilarni sizning namoyishingizni oson ko'ra olishlari uchun ularni to'g'ri joylashtiring.

Umuman olganda, o'quvchilar murabbiyning orgasidan kuzatishlari maqsadga muvofiq, bu o'z navbatida ular topshiriqni o'zlariga bajarayotgan vaqtlarida qanday holatda bo'lishlarini kuzatishga sharoit yaratadi.

• Topshiriqni bajarishni muvofiq tezlikda namoyish eting.

O'quvchilarga topshiriq nimalardan iborat ekanini ko'rsatish

maqsadida uni normal tezlikda o'rgatishga harakat qiling. Bu kabi namoyish etish jarayoni bir daqiqadan oshmasligi lozim, agar topshiriq uzoqroq cho'ziladigan bo'lsa, uni to'xtatib va bosqichma-bosqich namoyish etish kerak.

- Topshiriqni sekini bilan takrotan ko'rsatish va har bir bosqichda nimalar sodir bo'lishi haqida aniq qilib ehtiyotkorlik bilan tasvirlab berish. Tayanib nuqtalarga alohida e'tibor qaratiladi.

Sekin bajarish imkonini bo'lmagan topshiriqlar normal tezlikda lekin alohida-alohida bajarilishi lozim. Bu bilan asosiy nuqtalarga e'tibor berib o'tish imkonini yaratiladi.

- Har bir o'quvchini o'qituvchi bilan birgalikda topshiriqni bajarishga harakat qiling.

Har bir o'quvchini topshiriqni bajarayotganda o'qituvchi yordami bilan o'zini «ish» jarayonidagidek his qilishlariga erishing. Har qanday savolga javob berish va har qanday xatoni o'sha zahotiyoq to'g'irlang. O'quvchi egallashi qiyin bo'lgan har qanday nuqtalarni qaytadan ko'rsatib berish, bu jarayon qachonki o'quvchi uni to'g'ri bajarayotguncha davom etadi.

- Har bir o'quvchini topshiriqni amalda bajarishga erishing.

Har bir o'quvchini topshiriqni amalda normal tezlikda bajara o'lgunlariga qadar davom ettirishlariga erishing. Shu bilan bir qatorda, amaliy faoliyat davomida o'quvchilarni to'g'ri usuldan foydalanayotganlariga amin bo'lishingiz muhimdir. Noto'g'ri usuldan foydalanish oqibatida to'g'ri usuldan foydalanish orqali o'rganish qiyinchiliklar bilan kechadi.

## CLASSARY

### Futbolda ishlatiladigan terminlar

**Bo'sh joy** - (свободный зона) maydonda o'yinchilar harakatlaniishi to'g'ri oshirishi mumkin bo'lgan joy. **futbol** - futbol bu inglizcha so'z bo'lib «fut-o'y» bo'lib to'p» ma'nosini anglatadi.

**Zaxira** - maydondagi o'yinchining o'tmiga tushirish mumkin bo'lgan jamoa a'zosi.

**Murabbiy** - jamoani sport tayyorgarligi va musobaqalarda ishtirokini ta'minlovchi mas'ul shaxs

**Maydon** - bu 120-90 hajmdagi to'g'ri to'rtburchakli, yassi tekislikdagi hudud. **To'p** - bu yunalish shakldagi o'yin jihozi hisoblanib, devart barcha sport o'yinlarida (futbol, voleibol, basketbol, qo'l to'pi) qo'llaniladi.

**Texnika** - sportchilarning oldiga qo'yilgan vazifalarni qisqa vaqt ichida, aniq va mohirona bajara olishi.

**Taktika** - tadbirni mag'lub etish usuli.

**Joni devor** (стенка) - jangima to'pni terilayotgan vaqtda 6 yoki 7 o'yinchidan iborat to'pni

**Tez hujum** - bu juda tez bajariladigan hujum usuli. Bunda hujumchi turli holatlarda hujum vaqtida va hujumoldi tayyorgarlik holatida bo'ladi.

**To'sik** - jangima to'pni terilayotgan vaqtda 2 yoki undan ortiq yonmayotgan turishi.

**Arbitr** - hakam

**Hakam** - bu ma'lum sport turi bo'yicha ishlab chiqilgan qonun-qoidalarini musobaqa va musobaqadan so'ng amalda nazorat qiladigan shaxs.

**Golkeeper** - darvozabon ingliz tilidan tarjima qilinsa "Nishon soqchisi" degan ma'noni bildiradi. **"Gol"** - nishon, ya'ni darvoza **"kiner"** qorovul, soqchi.

**Laton** - chim (mayza)

**Дисквалификация** - chetlatish

**Жеребьевка** - qur'a tashlash

**Жонглирование** - to'pni yerga tushitmagun holda o'yinlash

**Жребий** - qur'a

**оперативка** - qarshi hujum

Пас - pas, to'p oshirish  
 Перенгровка матча - o'yinni qayta o'tkazish  
 Спорный мяч - bahsli to'p  
 Симуляция - mug'ombrilik  
 Свисток - hushtak  
 Флажок - baytoqcha  
 Жесты - imo-ishoralar  
 Система игры - o'yin tizimi  
 Свободный удар - erkin zarba  
 Стоппер - oldingi himoyachi  
 Рывок - otilib chiqish  
 Резаный удар - butab berilgan zarba  
 Травама - jarohat  
 Угловой удар - burchakdan to'p tepilishi  
 Угловые флажки - burchak baytoqchalari  
 Усик - burchak baytoqchasidan 9 metrdaqi belgi  
 Форвард - hujumchi  
 Флигранная техника - o'ta pozik texnika  
 Флагшток - baytoq ilinadigan taytoqcha  
 Флаг - baytoq  
 Хронометраж - vaqt o'lchovi  
 Хавбек - uatim himoyachi  
 Шины - butsi tishlari  
 Сентрфорвард - markaziy hujumchi  
 Екс-чемпион - sobiq chempion  
 Емблема - belgi - nishon

## FANGA OID TESTLAR

№1

Futbol maydoni qanday kattalik (razmer) da bo'ladi?

- \*90-120 m
- 69-105 m
- 145-90 m
- 95-100

№2

Maydon markazining aylanasi (radiusi) necha metr?

- \*9,15 m
- 8,15 m
- 9,20 m
- 8,20 m

№3

Burchak to'pi tepish uchun yoysimon belgilangan chiziqning radiusi necha metr?

- \*1 m
- 1,5 m
- 2 m
- 1,4 m

№4

Darvoza maydonining uzunligi necha metr?

- \*5,5m
- 5,4m
- 5,6m
- 5,4m

№5

Futbol darvozasiining balandligi necha metr?

- \*2m 44 sm
- 2m 35 sm
- 2m 30 sm
- 2m 40 sm

№6

Futbol darvozasi enining uzunligi necha metr?

- \*7 m 32 sm
- 7 m 31 sm

7 m 30 sm  
7 m 33 sm

№7

**Burchak bayrog'ining olchami necha sm?**

\*35-45 sm  
30-40sm  
25-30 sm  
35-40 sm

№8

**Jarima maydonidagi yarim oysimon chiziqning (radiusi) necha metr?**

\*9,15 m  
9,25 m  
8,20 m  
9,20 m

№9

**Futbol maydoni chizig'i enining olchami?**

\*12 sm  
10 sm  
9 sm  
5 sm

№10

**Futbol to'pining og'irligi necha gramm?**

\*410-450 gr  
440-445 gr  
350-400 gr  
410-480 gr

№11

**Topning ichidagi atmosfera bosimi qanchagacha mumkin?**

\*600-1100  
700-1000  
800-900  
500-8000

№12

**\*Futbol to'pining aylanasi necha sm?**

70-68 sm  
65-60 sm

71-67sm  
70-66 sm

№13

**Birinchi rasmiy o'yin qoidalari qachon tasdiqlangan?**

\*1863 y 26 sentabrda Londonda  
1864 y 20 avgustda Germaniyada  
1868 y 29 sentabrda Italiyada  
1860 y 30 avgustda Braziliyada

№14

**\*To'pni oyoqda o'yinash haqidagi ilk ma'lumot qayerdan olingan?**

Britaniya  
Germaniya  
Angliya  
Braziliya

№15

**\*11 - metrlik jarima to'pini tepish, ya'ni inglizchasiga "Penalti" qachon joriy etildi?**

1891 yili  
1860 yili  
1889 yili  
1892 yili

№16

**Futbol maydonida hakamlk qilish qachon joriy etildi?**

\*1880 yilda  
1881 yilda  
1889 yilda  
1884 yilda

№17

**Futbol o'yiniga xushhak qachon kiritildi?**

\*1882 yilda  
1883 yilda  
1800 yilda  
1881 yilda

№18

**Futbol bo'yicha jahon chempionati qachondan boshlab o'tkazilmoqda?**

\*1930 yildan

1929 yildan  
1935 yildan  
1925 yildan

№19

**Futbol o'yining asosiy qoidolari nechta?**

\*17 ta  
18 ta  
20 ta  
19 ta

№20

**Futbol kamandasida umumiy tarkibi nechta?**

\*23 ta  
11 ta  
15 ta  
17 ta

№21

**Musobaqaning yordamchi turlariga qaysi musobaqalar kiradi?**

\*Championat

Kubok musobaqalari  
Saralash musobaqalari  
Nazorat uchrashuvlari, o'rtoqlik uchrashuvlar

№22

**Universiada musobaqalari har necha yilda Respublika miqyosida**

**o'tkaziladi?**

\*3 yilda  
2 yilda  
5 yilda  
4 yilda

№23

**O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sport**

**to'g'risidagi qonun qachon tuzilgan?**

\*1992 yil 14 yanvar  
1990 yil 10 may  
1991 yil 2 fevral  
1993 yil 28 fevral

№24

**O'zbekiston Respublikasida 3 bosqichli sport Musobaqa tizimini tashkiliy nomlari.**

\*«Umid nihollari», «Barkamol avlod», «Universiada»  
Spartakiada, «Umid nihollari», «Barkamol avlod»  
Olimpiya Respublika Spartakiadasi  
Respublika o'yinlari

№25

**Respublikamizda Olimpiya shon-shuhratlar muzeyi qachon**

**ochildi?**

\*1995 yil  
1993 yil  
1994 yil  
1992 yil

№26

**Respublikamiz sportchilari mustaqillik tufayli birinchi marta qachon va qaysi davlatda bo'lgan Olimpiada o'yinlariga ishtirok etdi?**

\*1994 y. Atlanta  
1993 y. Germaniya  
1992 y. Braziliya  
1996 y. Avstraliya

№27

**O'zbekiston «Bolalar sportini rivojlantirish jamgarmasi»ni tuzish to'g'risidagi farmon qachon tuzildi?**

\*2002 yil 24 oktyabr  
2000 yil 31 oktyabr  
2002 yil 26 oktyabr  
2001 yil 30 oktyabr

№28

**O'zbekiston Futbol Federatsiyasi qachon tashkil topgan?**

\*1946 yil  
1935 yil  
1940 yil  
1945 yil.

№29

**O'zbekiston qachon va qayerda FIFA va OFK ga a'zo bo'ldi?**

\*1995 g. Chikago

**1996 g. Vashington**

1997 g. Angliya

1993 g. Shveysariya

№30

**Xalqaro Futbol Federatsiyasi qachon paydo bo'lgan (FIFA)?**

\*1904 g. 21 may

1900 g. 10 aprel

1903 g. 25 iyun

1902 g. 20 iyul

№31

**Futbol maydonining o'lchamlari?**

\*Uzunligi 90 m. 120 m., eni 45 m. 90 metr

Uzunligi 75 m. 100 m., eni 60 m. 90 metr

Uzunligi 90 m. 100 m., eni 45 m. 110 metr

Uzunligi 90 m. 110 m., eni 45 m. 100 metr

№32

**Futbol to'pining aylana diametri?**

\*68 sm 70 sm

70 sm 71 sm

66 sm 71 sm

71 sm 73 sm

№33

**Futbol to'pining og'irligi?**

\*410 gr. 450 gr.

395 gr. 453 gr.

398 gr. 460 gr.

396 gr. 458 gr.

№34

**Futbol bo'yicha jahon chempionati qaysi yildan boshlab o'tkazilmoqda?**

\*S 1930 yil

S 1927 yil

S 1929 yil

S 1926 yil

№35

**Vazirlar mahkamasining futbolni qo'llab quvatlash haqidagi qabul qilingan chora tadbirlar to'g'risidagi qarorlari?**

\*1993 y 18 mart, 1996 y 17 yanvar, 1998 g 6 iyul

1993 y 10 mart, 1996 y 12 iyun, 1997 y 5 mart.

1993 y 10 mart, 1996 y 10 yanvar, 1998 y 16 iyun

1993 y 10 aprel, 1994 y 5 aprel, 1998 y 2 sentyabr

№36

**Universiada 2004 chempioni?**

\*Toshkent-1

Samargand

Jizzax

Buxara

№37

**Mashxur O'zbekistonlik hakam?**

\*Ravshan Ermatov

Nail Lutfulin

Valentin Kovalyov

P.L.Kallina

№38

**«AFK» Osiyo futbol konfederatsiyasi qaysi yili tashkil topgan?**

\*1948

1945

1950

1947

№39

**«O'zbekiston ittixorlari» nishonri qaysi futbolchiga berilgan?**

\*Mirjalol Kosimov

Ulugbek Bakoev

Temur Kapadze

S.Shaparov

№40

**1963 yil darvozaga to'p o'tkazib yubormaslik bo'yicha rekord o'rnatgan darvozabon kim?**

\*Lef Yashin

Fabien Bartes

Rinat Dassayev

Devid Simm

№41

**Aut holatida to'pni o'yinga qanday kiritiladi.**

\*Ikki qo'llab yelkadan oshirib Oyoqlarni yerdan uzmag holata

To'pni tepib

Bir qo'llab yelkadan oshirib

Barcha javoblar to'g'ri

№42

**Darvozabon hujumchi sifatida raqib darvozasiga hujum qilishi mumkinmi?**

\*Mumkin

Erkin

Jarima to'p

Mumkin emas

№43

**Darvozabon maydoni o'lchami?**

\*5.5 metr

6 metr

7 metr

4 metr

№44

**Darvozadan raqib darvozasiga to'p tushurilsa «gol» hisoblanadimi?**

\*Gol hisoblanadi

Erkin to'p

Jarima to'p

Mumkin emas

№45

**Yevropa futbol federatsiyasi (U.E.F.A) qachon tashkil topgan?**

\*1954 yil

1960 yil

1965 yil

1970 yil

№46

**Yevropa chempionlar ligasi ilk bor nechanchi yilda utgan**

\*1956 y

1955 y

1950 y

1957 y

№47

**Yevropa chempionlari kubogi nechanchi yildan boshlab o'tkazilgan?**

\*1956 yil

1950 yil

1960 yil

1964 yil

№48

**Yevropaning eng yaxshi o'yinchisiga beriladigan sovrin.**

\*Oltin to'p

Oltin butsa

Brilliant to'p

Oltin xushlak

№49

**Yon tomondan to'pni kiritish metodikasi qanday bajariladi.**

\*Ikki oyoqga tayangan holda bajariladi

Faqat bir oyoqga tayangan holda bajariladi

Bir qo'lda tashlanadi

Oyoqda bajariladi

№50

**Sobiq Paxtakor jamoasi nechanchi yilda halokatga uchragan?**

\*1979 yil 11 avgust

1979 yil 1 sentyabr

1979 yil 11 sentyabr

1979 yil 20 avgust

№51

**Andijon futbol jamoasi nechanchi yili tashkil topgan?**

\*1964 yil

1970 yil

1966 yil

1971 yil

№52

**Jarima maydonlari o'lchamlari?**

\*16 m 50 sm

13 m 25 sm

14 m 50 sm  
15 m 30 sm

№53

**Jarima maydonidagi yoy nima uchun chizilgan?**

\*11 metr jarima tepish vaqtida 9 m masofaga tutish maqsadida chizilgan

Mayin korinishi uchun

Darvozabon jarima maydonidan chikmasligi uchun

11 jarima tepuvchi o'yinchi yoy ichidan chiqmasligi uchun

№54

**Jahon chempionati birinchi bor qaysi davlatda o'tkazilgan?**

\*Urugvay

Meksika

AQSH

Ispaniya

№55

**Jahonning eng yaxshi o'yinchisiga beriladigan sovrin**

\*Oltin to'p

Oltin butsa

Brilliant to'p

Oltin xushtak

№56

**Qaysi davlat terma komandasi 3 karta chempion bo'lgan?**

\*Italiya.Braziliya

Urugvay

Gollandiya

Braziliya

№57

**Komanda bir kunda necha o'yin o'ynashi mumkin?**

\*1 marta

2 marta

3 marta

4 marta

№58

**Maktabda sport o'yinlari darsi paytida qaysi usuldan ko'p foydalaniladi?**

\*Ko'rsatish usuli

Gapirib berish usuli

Mashq usuli

Pastki yon

№59

**Musobaqa qatnashchilari musobaqadan oldin qanday ko'rikdan**

**o'tishlari shart**

\*Tibbiy ko'rikdan

Testdan

Formalarni tekshirish

Hakamlar ko'rigidan

№60

**Musobaqa nizomining sunggi bandi?**

\*G'oliblarni taqdirlash

Musobaqa qatnashchilari

Maqsad va vazifalari

Musobaqaga rahbarlik qilish

№61

**Nechanchi yildan boshlab Yevropa chempionatlari o'tkazila boshlagan?**

\*1958 yil

1955 yil

1950 yil

1960 yil

№62

**Nechanchi yildan boshlab futbol bo'yicha jahon chempionatlari o'tkazila boshlagan?**

\*1930 yil

1920 yil

1935 yil

1950 yil

№63

**Olimpiada birinchi marta futbol o'yini nechanchi yili bo'lib o'tgan.**

\*1908 y

1910 y

1905 y

1915 y

№64

**Osiyo futbol konferensiyasi (O.F.K) qachon tashkil topgan?**

\*1954 yil

1950 yil

1960 yil

1964 yil

№65

**Osiyoning 2003 yildagi yil jamoasi kim?**

\*Paxtakor

Neftchi

Al-sadd

Al-ittizod

№66

**Oxirgi futbol Yevropa chempionati final uchrashuvi qayerda va qachon o'tkazilgan?**

\*2021 yil Angliya

2001 yil Angliya – Gretsiyada

2000 yil Italiya – Shvetsiyada

2002 yil Belgiya

№67

**Oxirgi futbol jahon chempionati qayerda va qachon o'tkazilgan?**

\*2018 y Rassiya

2004 y Belgiya

2014 y Angliya

2003 y Avstraliya

№68

**Qasidan o'yin qoidasi buzilganda hakam qanday jazo o'yinchiga belgilaydi?**

Jarima to'plari belgilanadi va hujum qilayotgan jamoa o'yinini yon tomondan boshlaydi.

Qizil kartochka qo'rsatiladi

O'yindan chiqarib yuboriladi

Yon tomondan o'yinga kiritiladi

№69

**Prezidentimizning «O'zbekistonda futbolni rivojlantirishga doir qo'shimcha chora – tadbirlar to'g'risida»gi qaror qachon chiqarilgan?**

\*2003 yil 1 aprel

2006 yil 1 may

2007 yil 30 mart

2008 yil 20 fevral

№70

**Tayota kubogi va chempionlar ligasi ilk bor g'olibi qaysi jamoa?**

\*Real Madrid

Barselona

Manchestr Yunayted

Milan

№71

**Tayota kubogi nechanchi yilda tashkil qilingan?**

\*1960 y

1964 y

1968 y

1970 y

№72

**O'zbekiston futbol federatsiyasi nechanchi yilda FIFA va O.F.K. a'zo bo'lgan.**

1997 yil

\*1994 yil

1971 yil

1999 yil

№73

**O'zbekistonda futbol qachon va qayerda paydo bo'lgan?**

\*1911 yil Fargonada

1910 yil Samarkand

1908 yil Toshkentda

1912 yil Namanganda

№74

**Futbol bo'yicha I-jahon chempionati qachon va qayerda o'tkazilgan?**

\*1930 y Urugvay

1934 y Braziliya

1925 y Italiya

1927 y Shvetsiya

№75

**Futbol o'yinini qachon va qayerda paydo bo'lgan?**

\*Angliyada 1863 yilda

Gretsiya 1930 yilda

Italiyada 1963 yilda

Italiyada 1903 yilda

№76

**Futbol bo'yicha ayollar o'rtasida birinchi jahon chempioni kim bo'lgan?**

\*Daniya

Shvedsiya

Braziliya

Germaniya

№17

**Futbol va uni o'qitish metodikasi fanida taktika necha turkumgan bo'linadi?**

\*Hujum taktikasi va himoya taktikasiga ajratiladi

Himoya taktikasidan iborat

Hujum taktikasidan iborat

Jamoa bo'lib himoyalash

№78

**U 23 O'zbekiston Yoshlar terma jamoasi sardori kim?**

\*Z.O'rincev

D.Xamdamov

J.Siddiqov

O.Xamrobekov

№79

**Futbol va uni o'qitish metodikasida chalg'itish qanday bajariladi?**

\*To'p bilan bajariladi

To'psiz bajariladi

To'p bilan va to'psiz bajarish mumkin

To'p bilan chalg'itishlar uzatish

№80

**Futbol qachon olimpiada dasturiga kiritilgan?**

\*1908 yil

1905 yil

1900 yil

1910 yil

№81

**Futbol qiroli kim?**

\*Pele

Mishel Platini

Yoxin Kroef

Marko Vanbasten

№82

**Futbol to'pining og'irligi?**

\*410 gr - 450 gr

390 gr - 450 gr

400 gr - 450 gr

450 gr - 460 gr

№83

**Futbol o'yini necha daqiqadan iborat bo'ladi.**

\*90 minut

80 minut

100 minut

115 minut

№84

**Futbol o'yiniga qaysi yili qizil kartochka joriy etilgan?**

\*1970 y

1964 y

1967 y

1960 y

№85

**Futbol o'yiniga qaysi yili sarig kartochka joriy etilgan.**

\*1970 y

1967 y

1964 y

1960 y

№86

**Futbolda nechanchi yildan boshlab 11 metrlik jarima to'pi belgilangan?**

\*1891 yil

1890 yil

1892 yil

1899 yil

№87

**Futbolda nechanchi yildan boshlab hakamlar maydonga tushishgan?**

\*1880 yil

1879 yil

1878 yil

1881 yil

№88

**Xalqaro musobagalar uchun maydon o'lchamlari?**

\*Uzunligi 100-110m eni 64-75m.

Uzunligi 90-120m eni 45-90m.

Uzunligi 80-90m eni 45-50m.

Uzunligi 100-105m eni 50-55m.

№89

**Xalqaro futbol federatsiyasi Fifa qachon tashkil etilgan?**

\*1904 yil

1804 yil

1905 yil

1800 yil

№90

**Italiya "A" seriyasi qaysi yilda tashkil topgan?**

\*1898 yil

1818 yil

1820 yil

1899 yil

№91

**Maydon burchaklaridagi bayroqlar balandligi?**

\*1 m 50 sm

90 sm

100 sm

80 sm

№92

**Maydonda hakamlar nechta bo'ladi?**

\*3

4

2

6

№93

**U.E.F.A kubogi musobagalari qachon o'tkazila boshlagan?**

\*1958 yil

1950 yil

1968 yil

1978 yil

№94

**O'zbekiston terma jamoasi nechanchi yil va qayerda osiyo o'yinlari g'olibi bo'lgan?**

\*1994 yil Yaponiyada

1992 yil Koreya

1993 yil Eronda

1991 yil Malayziya

№95

**U 23 Olimpiya Yoshlar terma jamoasi murabbiyi kim?**

\*R.Xaydarov

M.Qosimov

A.Abduraimov

D.Nuraliev

№96

**Paxtakor jamoasi nechanchi yil tashkil topgan?**

\*1956 yil

1958 yil

1960 yil

1962 yil

№97

**U 23 Olimpiya Yoshlar terma jamoasi nechanchi yil Osiyo chempioni bo'lgan?**

\*2018 yil

2017 yil  
2016 yil  
2015 yil

№98

2014 yilgi jahon chempionligini qaysi davlat qo'lga kiritgan?

\*Germaniya

Argentina

Braziliya

Ispaniya

№99

2016 yilgi Yevropa chempionligini qaysi davlat qo'lga kiritgan?

\*Portugaliya

Frantsiya

Italiya

Galandiya

№100

FIFA tomonidan dunyoning eng yaxshi o'yinchisiga beriladigan

o'lin to'p sovrinini 5 martadan qo'lga kiritgan futbolchi kimlar

\*K.Ronaldo, L.Messi

Z.Zidan, K.Ronaldo,

L.Messi, Pele

K.Ronaldo, Maradona

## FOYDALANILGAN VA TAVSIYA ETILADIGAN

### ADABIYOTLAR

1. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib intizom va shaxsiy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik har bir rahbar faoliyatining kundalik qoydasi bo'lishi kerak. O'zbekiston Respublikasi prezidenti SH.M.Mirziyoev 2017y
2. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O'zbekiston Respublikasi prezidenti .M.Mirziyoev 2017y
3. Karimov I.A. Sog'lom xalq, sog'lom millatgina buyuk ishlarga qodir bo'ladi. Konstitutsiyaning 12 yilligida so'zlangan nutq. "Xalq so'zi", 2004 yil 8 dekabr".
4. Karimov I.A. Barkamol avlod-mamlakatimizning mustahkam tayanchi. O'zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasi Homiylik kengashida so'zlangan nutq. "Xalq so'zi", 2012 yil 11 fevral
5. Vazirlar Mahkamasining "Jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora – tadbirlari to'g'risida"gi Qarori 1999 y.
6. Vazirlar Mahkamasining "Jismoniy tarbiya va sport yanada rivojlantirish chora – tadbirlari to'g'risida"gi Qarori 1999 y.
7. Uzbekiston Respublikasi "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni, 1997 y.
8. Verxoshanskiy YU.V. Sportchining maxsus jismoniy tayyorgarligini asoslari. M.: Jismoniy tarbiya va sport, 1988.-331 b., (Fan sportga)
9. Uzbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonuni, 1992 y
10. "Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi" 1997 y.
11. O'zbekistonda bolalar sportini rivojlantirish jamg'armasini tuzish to'g'risidagi qaror. 2002 yil 24 oktyabr.
12. Nurimov R.I.Iseev P. – futbolchilarni tayyorlashda pedagogik nazorat (Pedagogik tavsiyalar) T. 1990.
13. Nurimov R.I., Sergeev G.M. – Jismoniy tarbiya institutining pedagogika fakulteti uchun dastur (ixtisoslashtirish kursi) T.1995.
14. Sergeev G.M., Nurimov R.I. – futbol bo'yicha bolalar va o'smirlar sport maktabi olimpiya o'rindoshlari, bolalar va o'smirlar maxsus maktabi, olimpiya o'rindoshlari bilim yurti o'quv-mashq qilish va sport komolotiga erishish guruhlarini uchun dastur T. 1997.
15. Akramov R.A. – Yosh futbolistlarni tanlab olish va tayyorlash T.1989.

16. Акрамов Р.А., Talibjanov A. – Yuqori malakali futbolchilarni tayyorlash. O'quv qo'llama.
17. Акрамов Р.А. – Yosh futbolchilarni tanlab olish va tayyorlash T.1989
18. Nurimov R.I., Akmalov R.A., Abduraxmanov F.A.-Opredelenie. Model' trudnosti studentov-praktikantov UzGIFK, spetsializirovannaya ro futbolu i tushnogo tusha v period prokhorideniya praktiky T. 1987
19. Акрамов Р.А. Отбор и подготовка юных футболистов. Алжир 1990
20. Акрамов Р.А., Тихонов В.М., Исеев Ш., Нуриманов Р.И., Сергеев Г.М.- Планирование и организация учебно-тренировочного процесса в командах мастеров. Т. 1997
21. Акрамов Р.А. Чемпионат мира 2002-контроль-анализ-тренировка. Т-та, 2003.
22. Нуриманов Р.И. – Совершенство тактических действий футболистов высокой квалификации. Т. 2000
23. Сергеев Г.М.- физическое воспитание в школе для учащихся 4-10 классов " медицина " УзССР 61 1987
24. Акрамов Р.А., Сергеев Г.М. Нуриев Р.И. Г. Исаев.Т., - завершение подготовки футболистов в командах мастеров в Узбекистане т.1985



## MUNDARIJA

|                                                                                  |     |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>KIRISH</b> .....                                                              | 3   |
| <b>1-BOV. FUTBOL O'YININING RIVOJLANISH TARIXI</b> .....                         | 5   |
| 1.1. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi .....                             | 10  |
| 1.2. Futbolning rivojlanishi va musobaqalar tartibi. ....                        | 12  |
| 1.3.O'zbekistonga futbolning kiritib kelishi va rivojlanishi.....                | 14  |
| <b>2-BOV. FUTBOL O'YIN TEXNIKASI</b> .....                                       | 21  |
| 2.1. Futbolda harakatlanish texnikasi.....                                       | 22  |
| 2.2. Maydon o'yinchisining texnikasi .....                                       | 27  |
| 2.3. To'rga zarba berish texnikasi tasnifi .....                                 | 27  |
| 2.4. Bosh bilan zarba berish tasnifi .....                                       | 33  |
| 2.6. To'pni olib yurish tasnifi.....                                             | 40  |
| 2.7. Futbolda aldash harakat texnikalari .....                                   | 43  |
| 2.8. To'pni olib qo'yishning tasnifi .....                                       | 46  |
| <b>3-BOV. DARVOZABON TEXNIKASI TASNIFI</b> .....                                 | 50  |
| 3.1. To'pni tib olish .....                                                      | 52  |
| 3.2. To'pni qaytarib yuborish.....                                               | 56  |
| 3.3. To'pni tashlab berish.....                                                  | 58  |
| 3.4. O'yin takikasi tasnifi.....                                                 | 61  |
| 3.5. O'yinchilarning vazifalari .....                                            | 64  |
| <b>4-BOV. FUTBOL O'YIN TEXNIKASINI O'RGATISH<br/>METODIKASI</b> .....            | 66  |
| 4.1. Harakatlanish texnikasini o'rgatish metodikasi.....                         | 66  |
| 4.2. To'rga zarba berishni o'rgatish metodikasi .....                            | 67  |
| 4.3. To'pni to'xtatishni o'rgatish metodikasi.....                               | 68  |
| 4.4. To'pni tashlashni o'rgatish metodikasi .....                                | 68  |
| 4.5. Darvozabonning texnik usullarini o'rgatish metodikasi .....                 | 69  |
| 4.6. Taktik tayyorgarlik .....                                                   | 70  |
| <b>5-BOV. FUTBOL MAYDONINING O'LSHAM VA O'YIN<br/>QOIDALARI</b> .....            | 72  |
| 5.1. Texnik zona .....                                                           | 99  |
| 5.2. Mini futbol .....                                                           | 101 |
| 5.3. Nazariy mashg'ulotlarni olib borish usuliyati va<br>uni tashkil etish ..... | 102 |
| 5.4. Yosh futbolchilarning taktik tayyorgarligi .....                            | 106 |

## 6. BOB. YOSH FUTBOLCHILARDA O'YIN TAKTIKALARINI TARBIYALASHDA, O'YIN QOIDALARINI O'ZLASHTIRISH ..... 109

|                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 6.1. Futbol o'yinida taktik tuzimlarning qo'llanilishi .....                           | 114 |
| 6.2. Dars konseptini tuzish .....                                                      | 116 |
| 6.3. Darsni tashkillashtirishda noan'anaviy o'qitish<br>metodlaridan foydalanish ..... | 118 |
| Ma'ruzachiga qo'yilgan talablar .....                                                  | 123 |

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| Glossariy .....                                       | 125 |
| Fanga oid testlar .....                               | 127 |
| Foydalanilgan va tavsiya etiladigan adabiyotlar ..... | 145 |

Muharrir: X. Tahirov

Texnik muharrir: S. Meliqzuyeva

Musabih: M. Yunusova

Sahifalovchi: A. Muhammad

Nashr. lits № 2244. 25.08.2020.

Bosishga ruxsat etildi 29.11.2022.

Bichimi 60x84 1/16. Offset qog'ozi. "Times New Roman"  
gamitulasi. Hisob-nashr tabog'i. 7.5.  
Adadi 100 dona. Buyurtma № 143.

«ZEBO PRINT» MCHJ bosmaxonasida chop etildi.

Manzili: Toshkent sh., Yashnobod tumani, 22-harbiy shaharcha.