

An aerial photograph of a lush green football pitch. Two prominent white curved lines, likely the center circle and the edge of the penalty area, are visible, intersecting in the upper left quadrant. The grass is a vibrant green, and the white lines are thick and clearly marked.

Alimov T. Ya

Futbol asoslari



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
TERMIZ DAVLAT UNIVERSITETINING PEDAGOGIKA
INSTITUTI
JISMONIY MADANIYAT KAFEDRASI

ALIMOV T. Y

FUTBOL ASOSLARI

"Lesson Press"
Toshkent-2022

UO'K: 796.332(075).

KBK: 75.578ya7

ALIMOV T. Y

FUTBOL ASOSLARI. O'quv qo'llanma. T.: "Lesson Press" MCHJ nashriyoti, 2022. –131 bet.

Tuzuvchi:

Alimov Tojiddin Yaxshibaevich, Termiz davlat universitetining pedagogika instituti, Jismoniy madaniyat kafedrası o'qituvsi

Taqrizchilar:

Daminov Ilhomjon Ashiralievich, Termiz davlat universitetining pedagogika institutining Jismoniy madaniyat kafedrası mudiri, dotsenti

Mirzayev Abdulhamid Marifovich, O'zbekiston Milliy universiteti "Taekvando va sport faoliyati" kafedrası dotsenti, xalqaro toifadagi sport ustasi.

Mazkur o'quv qo'llanma oliy o'quv yurtlarimizning barcha ta'lim yo'nalishlari talabalariga mo'ljallangan bo'lib "Jismoniy tarbiya va sport" fanidan nazariy va amaliy ma'lumotlar berilgan. O'quv qo'llanmada Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi mutaxassislar va talabalari uchun ham "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" fanining futbol bo'limida muhim bo'lgan ma'lumotlar berilgan.

O'zbekiston Respublikasi oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2022 yil "02" avgust "257" sonli buyrug'iga asosan nashr etishga ruxsat berilgan.

ISBN: 978-9943-8815-6-3

© "Lesson Press" MChJ nashriyoti, 2022

KIRISH

Mamlakatimizda ta'lim - tarbiya tizimini islohotiga favqulodda muhim ahamiyat berilganligi, ma'naviy - ma'rifiy islohotlar davlat siyosatining ustuvor yo'nalishi deb e'lon qilinganligining boisi ham ana shunda. Aslida, ya'ni o'tmishda ta'lim tizimimiz jahon tamaddunining ilg'or yutuqlaridan va talqinlarining tarixiy ildizlaridan ajralib qolgan edi.

Hozirda mamlakatimizda ta'lim islohoti jadal sur'atlarda ketmoqda. Maktab, oliy va o'rta maxsus ta'lim muassasalari ana shu zamonaviy talablar muvofiq qayta qurilmoqda, qayta tayyorlanmoqda va jihozlanmoqda. Endi o'quvchi va talaba - yoshlar zamonaviy axborot kommunikatsiya texnik vositalari orqali bilimning sohlayon bilim darajasi va manbalariga ulanish hamda muloqot qilish imkoniyatiga ega. O'quv dasturlari, o'quv qo'llanma va darsliklarida milliy qadriyatlar hamda milliy tarixiy meros munosib o'rin olgan. O'quv jarayoni asosan yangi pedagogik texnologiyalarga tayanmoqda.

Yoshlar o'ziga milliy istiqlol g'oyalari chuqur singdirilmoqda. Shu o'rinida mamlakatimiz, jumladan, bizning viloyatimizda ham zamonaviy yangi talim darajalarining qurilishiga katta e'tibor berilayotganligini alohida ta'kidlab o'tilish lozim. Bu yangi qurilgan muhtasham binolar, zamonaviy texnik jihozlar, ulashuvchilar bilan ta'minlanmoqda.

Vatanimiz mustaqilligining ma'naviy asoslarini mustahkamlash, yosh avlod qalbiga va ongiga o'n yulga muhabbat, istiqlolga sadoqat tuyg'ularini chuqur o'qitish, ongini yuksaltirish, dunyogarashini va bilim doirasini kengaytirish, barhamd tashvish qilib voyaga etkazish masalasi bugungi kunda talim darajasi ahamiyat kash etmoqda. Shuning uchun ham Respublikamizda ta'lim tizimida tubqayta o'zgarish, ta'limning samimiyatini oshirish borasida jiddiy islohat ko'zga ko'rinishi ishlar amalga oshirilmoqda.

Bugungi kunda Yer yuzida shunday sport turi bor ki bu sport turini yoshlar birlashtirib o'tirib, muvaffaq qilish va shug'ullanish turadi. Dunyo xalqlarini o'ziga o'ziga hurmat va ahillikka chorlovchi futbol sporti O'zbekistonda ham katta o'ringa ega bo'lib, yuksalib borayotgan sohalaridan biri xisoblanadi.

O'zbekiston futbolchilari o'zlarining sabr va madonatlari bilan mamlakatimizning muhtasham o'shishiga, xalqimizning sport sohasidagi orzu-muhtashalarini ro'yobga chiqarishda alohida xizmat qilib kelmoqdalar. Vatanimizning mustaqillik yillarida o'zbek futbolchilari jahon arenalarida O'zbekiston bayrog'ini yuksaklikka ko'tarib shon-shuhratlarga erishmoqdalar.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh. Mirziyoyevning bevosita tashabbusi va rahbarliklari ostida O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 4 dekabrda PF-5887-son O'zbekistonda futbolni rivojlantirishning mutloqo yangi bosqichga olib chiqish chora tadbirlari to'g'risida farmonida yoshlarni futbol sportiga bo'lgan jismoniy kamolotini yanada oshirish hamda jahon futbol arenalarida chinakam mardlik, jasurlik ko'rsatib yuqori natijalarga erishishlari uchun hamma shart-sharoitlar yaratilib berilmoqdalar. O'zbekistonda futbol sporti o'zining halolligi, qadriyatlarga boyligi, kamtarligi va raqibga nisbatan vijdonan munosabatda bo'lishi hamda uning hurmatini joyiga qo'yishi bilan alohida ajralib turadi. Xususan O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 2017 yil PQ-3031-sonli qarori, jismoniy tarbiya va sport sohasida boshqarish tizimini takomillashtirish, ommaviy sportni rivojlantirish iqtidorli sportchilarni tanlash va tarbiyalash, sohani malakali kadrlar bilan mustahkamlash hamda zamonaviy sport inshootlarini barpo etish masalalariga bag'ishlangan yig'ilish o'tkazildi. Yig'ilishda mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish ijtimoiy siyosatning muhim yo'nalishlaridan biri etib belgilangan. Bunga sabab shu ki: sport aholi salomatligini mustahkamlash, yosh avlodni sog'lom va barkamol etib tarbiyalash orqali jamiyatda sog'lom turmush tarzini qaror toptirishi natijasida turli kasalliklarning oldi olinadi.

I BOIL FUTBOL O'YININING TARIXI

I.1. Futbol tarixi.

Futbol eng qadimiy o'yinlardan biri bo'lib, inglizlarning e'tirof etilishlarida o'z o'ziga to'p o'ynashdir. Futbol Britan orollarida IX asrdayoq jadal muhojir bo'lganligi bayon qilinadi. 1863 yil 26 oktyabrda Londonda Angliya futbol uyushmasining tashkil etilishi paytida bu o'yinning 13 muhojir iborat bo'lgan ilk rasmiy qoidalari tasdiqlangan. Keyinchalik bu muhojir boshqa barcha milliy uyushmalar uchun futbol o'yinining asosi bo'lib qoldi.

Futbol o'yinining ilk qoidalarida belgilanishicha, maydon uzunligi 200 yard (183 metr)dan, kengligi 100 yard (91 metr)dan oshiq bo'lmasligi kerak. Darvozalar ikki ustundan iborat bo'lib, ular orasida to'sin bo'lmagan va ustundar orasidagi masofa 8 yard (7,32 m) bo'lgan. 1866 yilda balandlikni cheklash uchun ustundar orasiga arqon tortib qo'yilgan. Yana 10 yil o'tib, bu arqonni yop'och to'shiga almashtirishgan.

Darvozadaning 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. Darvozadaning jarmu maydoni ichida ham qo'l bilan o'ynash huquqiga ega bo'lish uchun 30 yildan ko'proq vaqt kerak bo'ldi (1902 yil). Uzoq vaqt muhojirida na jarmu to'pi, na 11 metrlik zarba bo'lgan. Qoidabuzarlik uchun 11 metrlik zarba bilan chegaralanib qolinaverardi. Nihoyat, 1891 yil eng qat'iy qoidadardan biri - 11 metrlik zarba kiritildi, uni inglizcha so'z bilan «penalti» deb atadilar.

Futbol shakllanayotgan davrlarda jamoa sardorlari o'yin qoidalariga rioya qilishlarini kuzatib turadilar. Futbol maydonida hakam 1880 yilda paydo bo'ldi. 1 yildan so'ng esa hakam ikkita yordamchisi bilan maydonga chiqa boshladi. 1878 yilda xushak muomalaga kiritildi, bunga qadar hakam to'sin to'pni o'stind qayta boshlash uchun ovozdan yoki qo'l harakatlaridan foydalanar edi. O'sha yillarda barcha milliy futbol uyushmalari uchun qoidalar bir xil yoki majburiy bo'lmagan. Har bir uyushma o'z xohishiga ko'ra bu qoidalarga turli o'zgartirishlar kiritishi mumkin edi. Bu vaziyat xalqaro uchun turli o'zgarish yoki xalqaro musobaqalar tashkil etishda qiyinchiliklar tug'dirdi. 1882 yili to'p mustaqil futbol ittifoqlari, ya'ni Angliya, Shotlandiya, Uels va Irlandiya ittifoqlarining birlashuvi bo'lib o'tdi. Bunda

yagona qoidalar qabul qilindi va futbol qoidalarida u yoki bu o'zgarishlarni amalga oshirish xuquqiga ega bo'lgan xalqaro Kengash tasdiqlandi.

1871 yilda Angliyada mamlakat Kubogining yo'nalishi tasdiqlandi. Bu kubok uchun hozirda ingliz futbol klublari kurash olib boradilar xalqaro miqyosdagi ilk futbol uchrashuvi Angliya va Shotlandiya jamoalari o'rtasida 1873 yilda bo'lib o'tdi. O'yinchilar soni 11 kishidan ortiq bo'lsa, ularning jamoadagi joylashishi hozirgidan boshqacharoq bo'lgan. Angliya jamoasida 7 ta o'yinchi hujumda, 1 tasi yarim himoyada bo'lgan, shuningdek, 2 ta himoyachi va 1 ta darvozabon bo'lgan. Shotlandiya jamoasi tarkibida esa 6 ta hujumchi, 2 ta yarim himoyachi bo'lgan edi.

XIX asrning 80-yillarida futbol o'yini Evropa qit'asidagi mamlakatlarga yoyila boshladi. 1875 yilda futbol Gollandiyaga, keyinroq esa Daniyaga kirib keldi. 1882 yildan boshlab Shveytariyada, 1890 yildan Chexiyada, 1897 yildan esa Rossiyada futbol o'ynay boshladilar.

1882 yilda xalqaro uyushmalar boshqarmasiga asos solindi. Nihoyat, 1904 yil 21 mayda Fransiya tashabbusiga ko'ra hozirda 200 dan ortiq davlatlar a'zo bo'lgan Xalqaro Futbol Uyushmasi – FIFA tashkil etildi. FIFA bilan bir qatorda 1954 yildan boshlab Evropa Futbol ittifoqi – UEFA ham faoliyat ko'rsata boshladi.

1930 yildan boshlab har 4 yilda futbol bo'yicha jahon chempionati, 1958 yildan boshlab esa milliy terma jamoalar qatnashadigan Evropa chempionatlari o'tkazilib kelmoqda. 1900 yilda futbol olimpiya sport turiga aylandi, ammo rasmiy jihatdan u Olimpiya o'yinlari dasturiga 1908 yilda kiritilgan. Osiyo Futbol konfederatsiyasi (O'FK) 1954 yili tuzilgan bo'lib, hozirgi vaqtda 40 dan ortiq mamlakatlarni birlashtiradi.

O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 yildan FIFA va OFK ga a'zo bo'lgan, hozirda FIFA va OFK tomonidan o'tkaziladigan barcha rasmiy musobaqalarda qatnashib kelmoqda. Futbol (FIFA) - (ing. foot — oyoq, ball — to'p) — sport o'yini, 2 darvoza (7,32x2,44 m) li maxsus maydon (90—120 x 45— 90) da to'p bilan jamoa bo'lib o'ynaladi. Futbol to'pining og'irligi 410—450 g, aylana diametrining uz. 68—70 sm, o'yinning asosiy vaqti 90 minut. (45 minutdan 2 bo'lim, 12—15 minut tanaffus). Maydonda ikkala jamoada 11 kishidan bo'ladi. O'yindan maqsad raqib darvozasiga to'pni oyoq yoki gavda qismlari bilan (qo'ldan tashqari) kiritishdan iborat. Faqat darvozabonlarga qo'l bilan o'ynashi mumkin (jarima maydonchasida). Futbol Braziliya, Germaniya, Italiya, Argentina, Buyuk Britaniya kabi

shaharlarda keng rivojlangan. Pele, Maradona, F. Bekkenbauer, I. Yashin, 3. Zidan, D. Kanchela va boshqa futbolchilar bu o'yinning jahonda nomini oshirishga hissa qo'shishdi.

1.1. O'zbekistonda futbolning rivojlanish tarixi

O'zbekiston Respublikasida zamonaviy futbol o'tgan asrning boshlarida paydo bo'lib, u tezda mashhur o'yinga aylanib, dastlab, Farg'ona, Toshkent, Andijon, Qo'qon va Samarqand shaharlarida shakllanib boshlagan.

Ik futbol o'yini Farg'ona shahrida bo'lib o'tgan bo'lib, shu erda 1911 yilning oxirida birinchi futbol jamoasi tashkil topgan. Farg'ona shahrida tashkil topilgan futbol jamoalari sent 1912 yil avgustida «Futbolchilar jamoasi»ga birlashtiribga yul topdi. Bir oz vaqt o'tgach, Toshkent shahrida ham futbol o'yini boshladilar. Toshkentlik futbol ishqibozlari orasida eng mashhur jamoa bu - TSIJ (Toshkentskoe obshchestvo lyubiteley sporta, TSIJ - Toshkent sport ishqibozlari jamiyati) edi. Bu jamiyat 1912 yilda tuzilgan bo'lib, juda qisqa vaqt ichida futbol bo'yida boshqa sport turlarining rivojlanishi uchun ko'p xizmat qilgan. 1913 yilning ikkinchi yarmida O'zbekistonda futbol aytarli darajada rivojlanib boshladi. Futbol o'yiniga Qo'qon, Andijon va Samarqand shaharlarida ham qiziqish osha boshladi. Shu yillardagi eng qiziqarli bosqich allahda Farg'ona, Toshkent, Andijon, Samarqand futbolchilarining uchrashuvi bo'ldi. Toshkentga beshikt inayurgan ilk futbolchilar Samarkand futbolchilar to'g'risi 1913 yil 29 avgustida ular TSIJ futbolchilari bilan uchrashuv o'tkazildi. Yaxshi inyyonirlik ko'rgan Toshkent jamoasi 5:0 hisobida ularni g'alaba qozondi.

1913 yil iyunda Andijon shahrida «Andijon futbolchilar klubi» tashkil etildi. 1914 yilning 23 mayda Toshkent shahrida O'zbekistonning eng birinchi ikki jamoasining markaziy uchrashuvi bo'lib o'tdi. Bunda Toshkent va Farg'ona futbolchilari to'g'risi o'ynaldi. Toshkentliklar o'yinda 3:2 hisobida Andijonliklarga yutubildi. O'zbekistonda futbol rivojlanishining boshlang'ich davri davrida shunday qilib, futbol maydonlari va o'quv mashg'ulotlarining bo'linishiga qaratib, qisqa vaqt ichida Farg'ona, Toshkent, Qo'qon, Andijon va Samarqand shaharlarida o'zbek futbolining rivojiga ulkan hissa qo'shgan birinchi futbolchilar paydo bo'ldi.

Shunday qilib ta'kidlab o'tish lozimki, Farg'ona, Toshkent va Samarqand shaharlarida yoki O'zbekistonning boshqa shaharlarida futbolning rivojlanishi bilan bog'liq qurilmay, uning rivojlanishida o'zi bo'larchilik

kuzatilar edi. Jamoalarni o'rgatish tizimi bo'lmagan, mashg'ulotlar o'ta sodda va vaqti-vaqti bilan o'tkazilib, hech bir shaharda futbol birinchiliklari tashkillashtirilmagan bo'lib, hatto o'ndan ortiq jamoa mavjud bo'lgan Toshkent shahrida ham bironta rasmiy musobaqa o'tkazilmagan edi.

O'zbekistonda 20-asr boshlaridan zamonaviy futbol qoidalari asosida o'yinlar o'tkazilgan. 1912 yilda Qo'qonda birinchi futbol jamoasi tuzildi. Keyinroq Farg'ona, Samarqand, Toshkent, Andijon, Namangan shaharlarida ham futbol jamoalari paydo bo'ldi. 20-asrning 20-yillaridan mamlakatimizda turli toifadagi musobaqalar (1937 yildan O'zbekiston birinchiligi) muntazam ravishda o'tkazila boshlandi.

1956 yilda Toshkentda «Paxtakor» jamoasining tashkil etilishi va shu nomdagi stadion qurilishi respublikada futbolning rivojlanishiga turtki bo'ldi. 20-asrning 80-yillaridan O'zbekistonda futbolchilarning yangi avlodini tarbiyalashga kirishildi. M. Qosimov, I. Shkvirin, A. Abduraimov, M. Shaskix O'zbekistondagina emas, Osiyo va boshqa qitalarda ham nom qozondilar.

1959 yilda tashkil etilgan O'zbekiston futbol federatsiyasi 1992 yilda (keyin 2001 yilda) qayta ro'yxatdan o'tdi. 1992 yildan futbol bo'yicha O'zbekiston milliy chempionati va kubogi, turli toifadagi musobaqalar o'tkazib kelinyapti, futbol jamoalarining xalkaro uchrashuvlarda ishtirok etishi ta'minlanayapti. Vazirlar Mahkamasining «O'zbekiston Respublikasida futbolni yanada rivojlantirish tadbirlari to'g'risida» (1993 yil 18 mart) hamda «O'zbekistonda futbolni rivojlantirishning tashkiliy asoslari va prinsiplarini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» (1996 yili 17 yanvar) gi qarorlari futboldagi yutuklarga zamin yaratdi. Farg'onaning «Nefchi» klubi MDH kubogining finaliga chiqdi (1994), «Paxtakor» klubi Osiyo chempionlar ligasi yarim finalida o'ynadi (2003, 2004), mamlakat yoshlar terma jamoasi jahon chempionati final bosqichida qatnashdi (2003), O'zbekiston milliy terma jamoasi Osiyo o'yinlari (1994) va Afrika Osiyo o'yinlari (2003) g'olibi bo'ldi.

Hozirgi kunda O'zbekistonda 36 ta (oliy va birinchi ligada) professional klub bor. 2 ligada 196 ta jamoa shunday maqomga erishish uchun mamlakat birinchiligida qatnashyapti. Futbol klublari qoshida 18 ta futbol internat maktablari, kollejlari faoliyat ko'rsatyapti, ularda 2000 dan ziyod o'quvchi shug'ullanadi. Shuningdek, futbolga ixtisoslashgan bolalar-o'smirlar sport maktablari ishi yaxshilandi.

Futbol "Universiada", «Barkamol avlod» va «Umid nihollari» musobaqalari dasturlaridan o'rin olgan. Bolalar-o'smirlar o'rtasida

O'zbekistonda futbol 1910 yillardan rivojlana boshladi. 1904 yili Xalqaro futbol federatsiyasi (FIFA) tuzildi. 1954 yildan beri Yevropa futboli Olimpiya dasturiga kiritildi. 1980 yildagina u rasman Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritiladi. UEFA rahbarligida quydagi kubok o'yinlari o'tkazilmoqda; 1956 yilda Yevropa chempionlari kubogi 1961 yildan; Kubog egalari kubogi 1969 yildan beri UEFA kubogi o'tkazilmoqda. Futbol bo'yicha I-jahon chempionati 1930 yilda Urugvayda bo'lib o'tgan unda 1 Urugvay, 2 Argentina, 3 AQSh, 4 Yugoslaviya, 1934 yil 2-chempionat Italiyada 1 Italiya, 2 Chexoslovakiya, 3 Germaniya, 4 Avstriya, 1938 yilda 3-chempionat Fransiyada 1 Italiya, 2 Vengriya, 3 Braziliya, 4 Shvesiya.

II jahon urushi vaqtida bu musobaqa o'tkazilmadi. 1950 yilda IV jahon chepionati boshlanib hozirgi kungacha har 4 yilda o'tkazilmoqda.

Yevropa chempionati ham har 4 yilda 1 marta o'tkaziladi. Futbol Olimpiya o'yinlari 1 marta 4 Olimpiya o'yinlarida 1908 yili Angliyada kiritildi. II jahon urushi yillarida o'tkazilmadi. Urushdan keyin 1948 yildan boshlab har 4 yilda o'tkazilmoqda.

1991 O'zbekiston Respublikasi mustaqil bo'lgandan keyin futbolga yanada katta e'tibor berildi. Vazirlar Mahkamasining 1996 yil 17 yanvardagi 27 sonli O'zbekiston futbolini rivojlantirishning tashkiliy asoslari va prinsiplarini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risidagi qaror, hamda Respublika xalq ta'limi vazirligining 26 yanvar 1996 yildagi 11 sonli qaroriga asosan yurtimizda futbolni rivojlantirish uchun ko'p ishlar qilinmokda.

Futbol maktablari maxsus sport-maktablari ochilishi fikrimizning dalilidir.

O'zbekiston Respublikasi mustaqil bo'lgandan keyin O'zbekiston milliy chempionati o'tkazilmoqda. 1-chempionat 1992 yili bo'lib, unda 1 o'rin Farg'onaning «Neftchi» jamoasi egallagan. 2 o'rinni Namanganning «Navbahor» 3 o'rinni Buxoroning «Nurafshon» jamoalari egallashdi.

O'zbekiston Respublikasi mustaqil bo'lgandan so'ng Osiyo futbol federatsiyasi tomonidan o'tkaziladigan hamma musobaqalarda qatnashib Osiyo chempionlari kubogida, kubok egallari kubogi Osiyo kubogi, Osiyo o'yinlarida, Jahon chempionati saralash bahslarida qatnashdilar.

O'zbekiston futbol milliy terma jamoasi va klublari bu musobaqalarda yaxshi qatnashib kelishmoqda.

U klubning terma jamoasi 1994 yilda o'tkazilgan Osiy o'yinlarida Yamanning Shabab shababdan Osiyo o'yinlarida chempion bo'lib qaytib, 1995 yil kattaroq futbol musobaqasiga qatnashish huquqini qo'lga kiritildi. Ushbu Afrika klub chempionl Nigeriya terma jamoasi bilan bahslarida bahslarda 1:2 va Nigeriyada 1:0 Xisobida o'yinni boy berdilar. 1996 yilda Fransiyada bo'lib o'tgan Jahon chempionatiga saralash bahslarida 4 bosqichga chiqib final bosqichiga chiqq olmadilar. 1996 yil dekabr oyida Ushbu klubni musobaqalarida yoshi qatnasha olishmadi. 1998 yil dekabr oyida Yamanida 80 Osiy o'yinlarida chorak finalda Eron terma jamoasiga 1:2 hisobida boy berdilar

II BOB. JAHON FUTBOLINING UMUMIY BOSHQARUVI

2.1. Futbolning umumiy tavsifi

Futbol – haqiqiy atletik o'yindir. U tezlik, chaqqonlik, chidamlilik, kuch va sakrovchanlik kabi xususiyatlarning rivojlanishiga yordam beradi. O'yin davomida futbolchi o'ta yuqori yuklamadagi ishini bajaradi va bu narsa, o'z navbatida, insonning funksional imkoniyatlari darajasini oshiradi, aqliy-irodaviy sifatlarni tarbiyalaydi.

O'zbekistonda futbol jismoniy tarbiya vositasi sifatida tarqalgan. Futbol bilan maktab, kollej, institut, ishlab chiqarish tashkilotlari va armiyada shug'ullanishadi.

O'yin jamoaviy kurashning murakkab vaziyatida o'tadi. Bunda har bir jamoa eng yaxshi natijaga erishish uchun barcha bilim va imkoniyatlarini ishga soladi. O'yin negizida o'yinchilar yagona g'alaba maqsadida birlashgan ikki jamoaning kurashi yotadi. Futbol o'yini davomida har bir o'yinchi o'zining shaxsiy fazilat (sifat)larini ko'rsatish imkoniyatiga ega, lekin shu bilan bir qatorda o'yin har bir futbolchining shaxsiy intilishlarining umumiy maqsadga bo'ysunishini talab etadi.

Futbolchi texnik usullarni mukammal darajada bilishi, murakkab o'yin vaziyatlari texnik usullarni qo'llay olishi va jamoaning barcha a'zolari bilan kelishgan holda harakat qilishi lozim.

2.2. Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilmasi

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

O'zbekiston futbol federatsiyasi 14 ta xududiy va viloyat futbol federatsiyalarini, 200 dan ortiq usta jamoalar, futbol klublari, sport maktablari,

hukumatlar va boshqa jamoa tayyorlash markazlarini birlashtiradi, O'zbekiston Respublikasi Madaniyat va sport ishlari vazirligi va viloyatlar madaniyat va sport ishlari boshqarmalari bilan hamkorlik qiladi.

O'zbekiston futbol federatsiyasi nizamiga asoslangan holda hududiy futbol federatsiyalari o'z ish sharoitlariga muvofiq nizam ishlab chiqadi va shu nizamga muvofiq o'z faoliyatini olib boradi.

O'zbekiston futbol federatsiyasining eng yuqori organi anjuman bo'lib, har yili 1 yil muddatga prezident saylanadi. Ijroiya qo'mitasi ish organi bo'lib xizmat qiladi. Futbolni rivojlantirish masalalari bo'yicha, qabul qilingan qararlarning o'z vaqtida o'tilishini nazorat qilish uchun ijroiya qo'mitaga quyidagilar kiritilgan: futbol va o'smirlar, o'quv-uslubiy, hakamlar va boshqa bo'limlar tashkil etiladi.

O'zbekiston futbol federatsiyasi 1994 yil 21 mayda tuzilgan va ayni paytda 100 dan ortiq milliy federatsiyalarni birlashtirib turgan xalqaro futbol federatsiyalari uyushmasi (FIFA) bilan yaqindan hamkorlik olib boradi. Futbolni joylashuv jihatidan O'zbekiston futbol federatsiyasi Osiyo futbol konfederatsiyasi (OFC) tarkibiga kiradi.

FIFAning tashkiliy negizini 6 qit'aning tashkilotidan iborat. Bular: UEFA – Yevropa futbol federatsiyasi, KONKAKAF – shimoliy va markaziy Amerikada mamlakatlari hamda Karib dengizi havzasi mamlakatlarining futbol konfederatsiyasi, KONMEBOL – janubiy Amerika mamlakatlari futbol konfederatsiyasi, KAF – Afrika futbol konfederatsiyasi, AFK – Osiyo futbol konfederatsiyasi, KFD – Okaniniy futbol konfederatsiyasidir.

1.1. Futbolning oliy organi.

FIFAning joriy faoliyatini ijroiya ko'mita bilan bir qatorda yana bir necha masala qo'mitalari boshqarib boradi. Ular quyidagilardir: favqulodda holatlar, milliy va jamoa kengligi o'tkazish bo'yicha, Olimpiya turnirlari, o'smirlar chempionatlari, futbolni, texnika, intizom, tibbiy va h.k. qo'mitalardir.

FIFAning asosiy vazifasi hududlarda futbol rivojlanishini nazorat qilish va maddiy va ma'rifiy yordam ko'rsatish, nizam va qarorlar, o'yin qoidalarining bajarilishini nazorat qilish bo'yicha kerakli choralar ko'rish, irqiy, diniy va etnik talimlarga asosan kamsitilishga yo'l qo'ymaslikdir.

1.1.1. Jamoaviy futbol tashkili

Adolatli o'yin sharoitida futbol o'yinlari bizga o'yinchilarning to'p bilan va to'psiz harakatlarining tajribasi va mahorati haqida ma'lumot olishga imkon berdi.

Aniqlandiki:

- o'yinning sof vaqti 60-65 daqiqani tashkil etadi.
- 90 daqiqa o'yin davomida bir o'yinchi 12-15 km masofani chopib o'tadi. Shundan 1000-2000 m. masofani maydonda tezkorlik bilan bosib o'tadi.

- to'p o'rta qator o'yinchilari eng ko'p (170 soniya), markaziy himoyachilar eng kam (130 soniya) olib yuradilar.

- yaxshi o'ynaydigan jamoalar match davomida o'rtacha 900 tagacha texnik usullarni bajaradilar, shulardan taxminan 60%i xujum harakatlariga yo'naltirilgan bo'ladi.

- hozirgi zamon futbolida himoyachilar o'z zonalarida 850 soniyagacha va maydonning o'rta qismida 350 soniyagacha miqdorda o'zlarining asosiy vazifalarini bajaradilar.

- darvozaga urilgan zarbalarning ko'pchiligi yon tomondan oshirib beriladi (hamma zarbalarning 65% i).

Zamonaviy futbol o'zining yuqori darajadagi faol harakatchiligi hamda texnik-taktik harakatlarning xilma-xilligi bilan ajralib turadi.

Zamonaviy futbol o'yin taktikasi quyidagilar bilan ifodalanadi:

- maydonning har bir qismida hujumning tez tashkil qilish bilan. Himoyachilar, o'rta qator o'yinchilari, kerak bo'lgan taqdirda xujum qatori o'yinchilari bilan himoya chizig'ini mustahkamlash;

- match yaxshi yakunlashida iqtidorli o'yinchilarning rolini oshirish;

- yuqori tempdagi o'yinni pauzalar bilan birga olib borish;

- o'yinning har bir holatida (o'yinning boshida, uning davomida va hujumni yakunlashda) markaziy himoyachilarning rolini oshirish;

- qanotdan xujum uyushtirishda qanot yarim himoyachilari va himoyachilarning rolini oshirish;

- standart holatlardan (jarima to'plari, burchakdan to'pni o'yinga kiritish va boshqa standart holatlar) unumli foydalanish.

Zamonaviy futbol o'yin texnikasi quyidagilar bilan ifodalanadi:

- harakat holatida, yugurib ketayotib to'pni o'ziga bo'ysundira olish;

- har xil vaziyatlarda to'pni imkon qadar aniq uzatib berish.

Jismoniy tayyorgarlikda:

- maydonning har bir qarich erida yuqori darajadagi texnika bilan harakatlanish va to'pga egalik qilish, aldamchi harakatlarni qo'llay bilish;

futbolchilarning o'yin davomida umumiy yugurish harakatlari har bir o'yinda bajarilganadi 45 marta dan 78 gacha (umumiy masofa 1000-2000 metrga ega). Ko'proq uchun kurashda otkrash harakatlari, kurashlar 11 tadan 42 gacha, har bir masofaga tezlik bilan yugurish 40 tadan 60 tagacha (umumiy vaqti 1-3 daqiqaga ega), tekis yugurish 224 tadan 367 gacha (umumiy vaqti 18-19 daqiqaga).

tezlik - kuch shifatlari va tezlikka chidamlilikning yuqori darajasi;

oqib bilan kurashda muhim bo'lgan shiddat va qat'iylikning yuqori darajasi;

jamoa o'yin potentsialining muntazam oshib borishining ta'minlanishi;

Quyidagi joylarda futbolchilarning sezilarli darajada o'yinlardagi harakatlantirish tezligi oshadi, o'yin faolligining judalligi (samaradorligi) oshdi va ular sportchilarning organizmiga bo'lgan yuklamani ancha oshirdi.

Ular bir o'yin davomida turli quvvatdagi ish yuzaga kelishi mumkin. Shu sababli mashqlar futbolchilarda airoh va unneroh sifatlarning unumdorligini rivojlanishiga bo'ladigan ta'tirlarni ta'minlash bo'lishi lozim.

O'yin davomida futbolchilarning kattagina energiyani (ya'ni bir daqiqada 1000-1200 kkal) sarflashi, 100-120 bo'lishi, 2-3 kg og'irligining 2-3 kg og'irligini va quvvatining 1000 kkal ga) sarflashi, futbolchilarning organizmida sport darajada tayyorgarlikka ega bo'lishini ta'kidlash kerak.

Futbolchilarning sog'lig'ini mustahkamlashda ularning gigienik talablarga rioya qilishlari va ko'proq toza havoda mashq qilishlari katta ahamiyatga ega. Futbolchilarning bunday amallarga rioya qilishlari organizmida moddalar almashinuvi yaxshilanishi, tayanch harakat a'zolar, muskul, airoh tizimlarining mustahkam va sog'lom bo'lishini ta'minlaydi.

2.4. Jahon sporti

Jahon futbol salohiyatlariga nazar solsak, sport tinchlik elchisi, xalqlarni o'zaro hamkorlikka, bog'rikenglikka, hamjihatlikka chorlovchi, xalqlar o'rtasida muhim a'yoqlik aloqalarini tiklash hamda yuqori ijobiy yutuqlarga olib chiqishga xizmat qilish kelmoqda. Ushbu sport musobaqalari o'zining nufuzi, o'zaro hamkorlik, olijanob hamkorlikdagi xislatlari bilan ma'lum va mashhur bo'lib bormoqda. Sport musobaqalarning qaysi mamlakatda o'tkazilishidan qat'i nazar, sportchilarni g'alabaga undovchi davlat bayroqlari, madhiyalari, g'amlar milliy iftixor, g'urur sifatida qabul qilingan.

Jahon sportning ommalashuvi mamlakatlar o'rtasida iqtisodiy-madaniy va siyosiy aloqalarning dastlabki o'zaro hamkorlik rishtalarni shakllantirdi. Natijada sport mamlakatlararo do'stlik ko'prigini paydo bo'lishiga asosiy tayanch bo'lib xizmat qildi. Xalqaro sport musobaqalarni tashkil etish, uni sport qonunlari asosida o'tkazishda har bir davlatning ishtirokini ta'minlash uchun zaruriy qonun qoidalarini amaliy dasturini yaratish maqsadida yagona markazlashgan sport uyushmasi boshqaruvni tuzish taklifi paydo bo'ldi. Ushbu markazning maqsadi davlatlardan keladigan sportchilarning xavfsizligini ta'minlash, ularning hayotini qonuniy himoya qilish, sport musobaqalarini o'tkazish va sportchilarga shart-sharoitlar yaratib berish, sport natijalarini moddiy va ma'naviy qo'llab-quvvatlash masalasi kun tartibdagi asosiy masalaga aylandi. 1984 yil 23 iyunda jahon miqyosidagi dastlabki sport tashkiloti – Parijda baron Per de Kuberten tashabbusi bilan Xalqaro Olimpiya Komiteti (XOK) tashkil qilindi. Komitetning dastlabki prezidenti grek Demetrius Vikelas tayinlandi. Har yili 23 iyunda xalqaro olimpiya kuni bayrami jahon bo'yicha nishonlanadi. Mustaqillik yillarida berilgan katta e'tibor tufayli 2012 yilda XOK tarkibiga 204 milliy komitetlar kirgan bo'lib, unga O'zbekiston Respublikasi ham qilib qabul qilindi. Yer yuzidagi 5 qit'aning alohida olimpiya komitetlari mavjud: Afrika (ANOCA), Amerika (PASO), Osiyo (OSA), Yevropa (EOS), Okeaniya (ONOC)].

Jahonda sportni xalqlar do'stligiga aylantirish, yangi sport g'oliblarini aniqlash, sportning yangi turlarni xalqaro musobaqalarga kiritish, dunyo xalqlari urf-odatları, an'analari va marosimlarini hurmat qilgan holda Xalqaro Olimpiya Komitetining xizmatlari beqiyosdir. Ushbu tashkilot nufuzli sport musobaqalarini tashkil etishda xalqaro qonunlarga amal qilish, har bir mamlakatning sportchilari manfaatlarini himoya qilishda qonuniylikka alohida e'tibor qaratib kelmoqda. Eng muhimi, ushbu tashkilotni tashkil etish va uning obro'-e'tiborini saqlashda qo'yidagi tashkilotchi va tashabuskor insonlar Xalqaro Olimpiya Komitetlari Prezidentlari bo'lib xizmat qildilar: Demetrius Vikelas (Gresiya; 1894-1896), baron Per de Kuberten (Fransiya; 1896-1916 va 1919-1925), baron Godfrua de Blone (Shveysariya; 1916-1919; v.b.), graf Anri de Baye-Latur (Belgiya; 1925-1942), Zigfrid Edstryom (Shveysiya; v.b.; 1942-1946; 1946-1952), Everi Brendej (AQSh; 1952-1972), lord Maykl Morris (Irlandiya; 1972-1980), markiz Xuan Antonio Samaranch (Ispaniya; 1980-2001), graf Jak Rogge (Belgiya; 2001-2013), Tomas Bax (Germaniya; 2013 yildan) lari tahsinga sazovardir.

Jahon sport musobaqalarini tashkil etish osonlikcha kechmadi, olib borilgan mashg'ulotlarni tashkil etish, davlatlar o'rtasidagi qarama-qarshiliklarni bartaraf etish, o'zaro bir-birlari o'rtasidagi siyosiy jarayonlardagi ziddiyatlarni hal etish tufayli, ayniqsa hukmron kuchlarni sportga va uning musobaqalarini tashkil qilishdan manfaat topishi mumkinligiga ishonirish natijasida shakllantirildi. Bu masalani amalga oshirishda tashabbuskor, tashkilotchi insonlarning (tashabbuskorlar) mehnatlari, sport musobaqalari uchun zarur mablag'larni topish, uni sport natijalariga yo'naltirish sohasidagi zahmatli ishlarni ijodiy harakatlarni tufayli 1896 yil 6-15 aprel Afina (Gresiya)da I yozgi Olimpiada o'yinlari o'tkazildi. Zamonaviy olimpiya harakatining asoschisi, fransiyalik jamoat arbobi Per de Kuberten tomonidan Olimpiada o'yinlari qayta tiklandi.

Jahon sportning ommalashib borishi albatta yangi qonunlarni, qoidalarini yaratishga asos bo'ldi. Har bir o'tkazilgan sport musobaqalari o'zining barqarorligi, umumiyliklari hamda amalga oshirilishi zarur bo'lgan turlari bilan yangi bo'ladigan musobaqalarga imkoniyat yaratib berdi. Jahon Olimpiadalarida yangi sportchilarni, sportning yangi turlariga asos solgani kabi, yangi sportga bo'lib davlatlarni kashf etib bordi. Natijada Jahon Olimpiadalarida o'tkazish bo'yicha raqobatlar paydo bo'lib, undan manfaat bo'ladigan davlatlar o'z mavqelarni oshirish uchun sportga e'tibor qaratdilar. Bu tufayli tartibli manbalarga izoh beradigan bo'lsak, qo'yidagi davlatlar buni sa'y-kuş bo'ldilar.

Jumladan,

Yozgi Olimpiada o'yinlari: I – 1896 (Afina), II – 1900 (Parij), III – 1904 (Sent-Luis, AQSh), IV – 1908 (London), V – 1912 (Stokgolm), VII – 1920 (Antverpen, Belgiya), VIII – 1924 (Parij), IX – 1928 (Amsterdam), X – 1932 (Los-Anjeles; AQSh), XI – 1936 (Berlin), XIV – 1948 (London), XV – 1952 (Helsinki), XVI – 1956 (Melburn; Avstraliya), XVII – 1960 (Rim), XVIII – 1964 (Tokio), XIX – 1968 (Mexiko), XX – 1972 (Myunxen; GFR), XXI – 1976 (Montreal, Kanada), XXII – 1980 (Moskva), XXIII – 1984 (Los-Anjeles; AQSh), XXIV – 1988 (Seul), XXV – 1992 (Barselona), XXVI – 1996 (Atlanta; AQSh), XXVII – 2000 (Sidney), XXVIII – 2004 (Afina), XXIX – 2008 (Pekin), XXX – 2012 (London); XXXI – 2016 (Rio-de Janeyro), XXXII – 2020 (2021) (Tokio) shaharlarida bo'lib o'tdi.

Chimmonchi, Olimpiyalarda futbol bo'yicha Olimpiya g'oliblari: 1900, Parij (mezbon) – Buyuk Britaniya (champion); III. 1904, Sent-Luis - Kanada; IV. 1908, London-Buyuk Britaniya; V. 1912, Stokgolm - Buyuk Britaniya;

VII. 1920, Antverpen - Belgiya; VIII. 1924, Parij - Urugvay; IX. 28, Amsterdam - Urugvay; XI. 1936, Berlin - Italiya; XIV. 1948, London - Shvesiya; XV. 1952, Xelsenki - Vengriya; XVI. 1956, Melburn - SSSR; /II. 1960, Rim-Yugoslaviya; XVIII. 1964, Tokio-Vengriya; XIX. 1968, Mexiko - Vengriya; XX. 1972, Myunxen - Polsha; XXI. 1976, Monreal - GDR; Sh. 1980, Moskva - Chexoslovakiya; XXIII. 1984, Los-Anjeles - Fransiya; XXIV. 1988, Seul - SSSR; XXV. 1992, Barselona - Ispaniya; XXVI. 96, Atlanta - Nigeriya; XXVII. 2000, Sidney - Kamerun; XXVIII. 2004,) Afina - Argentina; XXIX. 2008, Pekin - Argentina; XXX. 2012, London - Meksika; XXXI. 2016 yil, Rio-de Janeyro-Braziliya,), XXXII – 2020 (2021) (Tokio)-Braziliya .

2.5. Futbol millionlar o'yini

Jahon sportining millionlarcha ishqibozlariga ega bo'lgan futbol bugungi kunda dunyoning hamma mintaqalarni egalladi. Futbol sport turi qadimiy bo'lib, uning mashhurligi shundaki, futbol jangovar harakatlar usulida shakllanib, jismoniy baquvvatlik, tez ilg'ash, harakat tezligini muntazam to'xtovsiz davom ettirish, raqibga yuzma-yuz borish, uni ixtiyoridagi narsani qupollik qilmasdan, raqibga tan jarohati etkazmasdan, harakat tezligini pasaytirmasdan undan tortib olish o'yinidir. O'z navbatida, ixtiyoridagi narsani oyoq orqali mo'ljalga olib, nishonga puxta zarb berish orqali egallash, uzoq masofani bir joydan turib raqibni mag'lubiyatga uchratish yoki yaqin masofada turib raqibni lol qoldirib g'alabani ta'minlash. Futbol turlari qadimiy O'rta Osiyoda ilk bor shakllangan sport turlaridan biri bo'lib, dastlab, qo'l bilan uloqtiriladigan mol terisidan tayyorlangan, dumaloq shakldagi jismoniy kuchni sinab ko'rish maqsadida tayyorlangan buyum bo'lgan. Keyinchalik ot vositasida sport turi sifatida ko'pkari usulida uloq o'yinlari musobaqalarida ishlatish uchun tayyor holga keltirilgan charmdan iborat dumaloq jism bilan o'ynaladigan sport turi paydo bo'ldi. Ot ustida qo'lda maxsus tayoq olinib, to'p o'sha tayoq vositasida harakatga keltirilgan. Keyinchalik ilk o'rta asrlarda to'p o'yin usuli oyoq vositasi orqali amalga oshiriladigan bo'ldi.

O'rta Osiyoga islomning kirib kelishi natijasida futbol turi man etildi. Faqatgina 1920 yildan boshlab O'zbekistonda futbol yana o'z mavqeini tikladi. 1950 yillardan boshlab mamlakatimizda futbol musobaqalari sport turi sifatida ommalashib bordi. Jahon mamlakatlari futbolni millionlar o'yiniga aylantirish uchun butun chora-tadbirlarni ishga solib, uni "sport qiroli" darajasiga ko'tardi. Natijada futbol o'yinchilarni tayyorlash davlat darajasidagi asosiy

shakllandi. Millonlab yoshlar futbol qiroli bo'lish orzusi bilan o'zining
 o'zini kuchli ayratib o'tirishga o'tdi. Futbol davlatlar, ya'ni millatlar
 o'zlarini kuchli ayratib o'tirishga aylanib, jahon mamlakatlari yangi futbol
 sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari asos solindi. Dunyoda
 futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.

Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.

Jahon futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.
 Futbol sport maktablari shakllandi, futbol sport maktablari shakllandi.

1. 1951. Yangi Dehli (Hindiston) [mezbon] - (Hindiston) [g'olib].

2. Manila (Filippin) - Xitoy.

3. 1958. Tokio (Yaponiya) - Xitoy.

4. Jakarta (Indoneziya) - Hindiston.

5. 1966. Bangkok (Tailand) - Iroq.

6. 1970. Bangkok (Tailand) - Janubiy Koreya.

7. 1974. Tel Aviv (Eron) - Hindiston.

8. 1978. Bangkok (Tailand) - Janubiy Koreya.

9. 1982. Yangi Dexdiston) - Iroq.

10. 1986. Seul (Janubiy Koreya) - Janubiy Koreya.

11. Pekin (Xitoy) - Eron.

12. 1994. Xiroshima (Yaponiya) - O'zbekiston.

13. 1998. Bangkok (Tailand) - Eron.

14. 2002. Pusan (Janubiy Koreya) - Polestin

15. 2006. Doha (Qatar) - Qatar.

16. 2010. Guanchjou (Xitoy) – Yaponiya

17. 2014. Inchxon (Janubiy Koreya) - Janubiy Koreya.

18. 2018. Djakarta va Sumatra Palembang (Indoneziya)- Janubiy Koreya.

19. 2022 Xitoy Hangzhou

Futbol o'yinlari jahon miqyosini egallab borishi tufayli, yangi futbol uyushmalari, tashkilotlari shakllanib, futbolning nufuzi yanada oshib bordi. Xalqaro futbol o'yinlarni tashkil qilish va nazoratga olish bo'yicha Osiyo qit'asida o'yinlarni yangi talablar asosida tashkil qilish maqsadida 1954 yil 8 may Osiyo Futbol Konfederatsiyasi (OFK) tashkil kilindi. Qarorgohi Malayziya poytaxti Kuala-Lumpurda joylashgan. OFK tarkibiga Osiyo qit'asidan 46 davlat va Avstraliya a'zo. Konfederatsiya geografik va etnomadaniy jihatdan 5 mintaqaga bo'linadi. Ushbu tashkilotga O'zbekiston 1992 yilda OFKga a'zo bo'ldi hamda Markaziy Osiyo mintakasi tarkibi ga kirdi. Rasmiy tillari – ingliz, arab, xitoy, koreys, rus, fors, yapon. OFK futbol bo'yicha har to'rt yilda Osiyo chempionatini hamda klublar o'rtasida har yili Osiyo chempionlari ligasi, OFK kubogi, OFK prezidenti ta kubogi (2005 - 2014) musobaqalarini o'tkazalib kelmoqda.

Jahon futbolini shuhrat topishi albatta uning shakl va mazmunini tashkil etuvchi qonun-qoidalarga amal qiluvchi o'yinchilarga bog'liqdir. Futbol qiroli bo'lish esa har bir yosh yigitning orzu umidiga aylanib bordi. Albatta, har bir o'yinchi o'zining tug'ma qobiliyat, jismoniy tayyorgarligi, mashg'ulotlarda tinimsiz shug'ullanishi, o'z zimmasiga og'ir mashqlarni bajarishni olgandagina orzusiga erishish mumkinligini seza oladi. Yillar davomida olib borilgan og'ir, mashaqatli sinovlar tufayli o'yinchi bosqichma-bosqich pillapoyalardan o'tib, o'z oldiga qo'ygan maqsadlari sari intilib boradi. Eng muhimi, har qanday orzu ham futbolda omad keltirmaydi. Chunki mashqlar jarayonidagi sinovlarga bardosh bera olmaslik yoki mashqlarda jismoniy jihatdan zaiflik bunga to'squinlik qiladi. Shuningdek, raqiblarni zarbalari, yiqilish vaqtidagi badanga shikast etishi, raqibning qo'polligi har qanday futbolchini orzusini yo'qqa chiqarib qo'yishi tabiiy hol hisoblanadi. Shuning uchun ham futbol qiroli bo'lish o'yinchidan katta aqlni, tafakkurni charxlashni, har qanday vaziyatga tayyor turishni talab etadi. Eng muhimi, futbolchi psixologik jihatdan tayyor, aqliy jihatdan mukammal bilimga ega bo'lishi talab etiladi. Tarixiy manbalarga e'tibor berilsa, jahon futbolini millionlar o'yinga aylanishiga munosib hissa qo'shgan qo'yidagi futbolchilarning nomi

tarixida futbol qiroli sifatida muhurlangan. Jahon futbolida Osiyoning eng mashhur futbolchilari Ahmad Rudxi (Iroq, 1988), Kim Ju Son (Koreya Respublikasi, 1989), Kim Ju Son (Koreya Respublikasi, 1990), Kim Ju Son (Koreya Respublikasi, 1991), Kadzuyosi Miura (Yaponiya, 1993), Said al-Davayon (Saudiya Arabistoni, 1994), Masami Ixara (Yaponiya, 1995), Saidal Azizi (Eron, 1996), Xidetosi Nakata (Yaponiya, 1997), Xidetosi Mabata (Yaponiya, 1998), Ali Daci (Eron, 1999), Navaf al-Temyat (Saudiya Arabistoni, 2000), Fan Chiji (Xitoy, 2001), Sindzi Ono (Yaponiya, 2002), Al-ali Masdavikiy (Eron, 2003), Ali Karimiy (Eron, 2004), Xamad al-Muntashari (Saudiya Arabistoni, 2005), Xalfan Ibrohim (Qatar, 2006), Yassir al-Ostomiy (Saudiya Arabistoni, 2007), Server Jeparov (Uzbekiston, 2008), Yassir al-Ostomiy (Yaponiya, 2009), Sasha Ognenovski (Avstraliya, 2010), Server Jeparov (O'zbekiston, 2011), Li Keyun Xo (Janubiy Koreya, 2012), Fan Chiji (Xitoy, 2013)lar shular jumlasidandir.

Osiyo Futbol Konfederatsiyasi prezidenti Shayx Salmon bin Ibrohim al-Salmonning tashabbusi bilan 1954 yil 15 iyun Yevropa futbol assotsiatsiyalari ittifoqi (UEFA) Bazel (Shveysariya)da tashkil qilindi. U FIFA tarkibiga kiradigan 6 qit'a konfederatsiyalaridan biri hisoblanadi. Tashkilotga Yevropa va Janubiy Osiyodan 54 milliy assotsiatsiya a'zo bo'ldi. Qarorgohi Non (Shveysariya) shahrida joylashib, rasmiy tillari – ingliz, nemis, fransuzlar hisoblanadi. UEFA futbol bo'yicha Yevropa chempionatini (1960 yildan), klublar o'rtasida UEFA Chempionlar ligasining dastlabki uchrashuvi va musobaqalar tashkil etildi, UEFA Yevropa ligasi va UEFA superkubogini o'tkazib qolgan musobaqasi yangi futbol o'yinchilarni yulduzlarni kashf eta boshladi. Birinchi Kubok egalari kubogi 1960-1999 yillarda, Intertoto kubogi esa 1995-2007 yillarda turnirlari futbol musobaqalarini tashkil etib, kuboklar va yangi yangi futbol qirollari dunyoga tanildi. 2007 yildan boshlab kuboglar o'tkazish to'xtatildi.

Jahon futbolining shon-shuhrati o'zining eng yuqori nufuzini UEFA klublari atrofida mustahkamlab, jahonni larzaga keltiradigan futbol jamoalarni paydo bo'lishga imkoniyat yaratib bera boshladi. UEFA Prezidentlari Ebbe Bivara (Daniya, 1954-1962), Gustav Viderker (Shveysariya, 1962-1972), Artemio Franki (Italiya, 1972-1983), Jak Jorj (Fransiya, 1983-1990), Lennart Yonsson (Shveysiya, 1990-2007), Mishel Platini (Fransiya, 2007-2015), Angel Marlyn Vilyar (2015-2016), Aleksandr Geferin (2016 dan) lar bu futbol klublari rivoj topishiga mukammal rahbarlik qilib keldilar.

UEFA Bosh kotiblari bo'lib ishlagan Anri Delone (1954-1955), Per Delone (1955-1960), Xans Bangerter (1960-1989), Gerxard Aygner (1989-2003), Lars-Krister Olsson (2003-2007), Devid Teylor (2007-2009), Janni Infantino (2009 yil 1 oktyabrdan) yangi musobaqalarni tashkil etish va o'tkazishda alohida namuna ko'rsatdilar. UEFA zaminda olib borilgan izlanishlar, yangi zamonaviy futbol o'yinlarni namoyish qiladigan futbol yulduzlarini aniqlash, futbol ixlosmandlariga o'ta shiddatli o'yinlarni namoyish etish maqsadida 1955 yil yanvar oyida Yevropadagi futbol klublari o'rtasida UEFA chempionlari kubogini yanda nufuzini oshirish uchun 1992-1993 yillardan UEFA Chempionlari ligasiga asos solindi.

Shu maqsadda tashkil etilgan 1956 yil may oyida Parij shahrida o'tkazilgan futbol bo'yicha Yevropa chempionlari kubogi dastlabki finalida Ispaniyaning «Real Madrid» klubi g'olib chiqdi. Hozirgacha bu musobaqada «Real Madrid» 10 marta, «Milan» 7 marta, «Bavariya», «Liverpul», «Barselona» 5 martadan, «Ayaks» 4 marta g'olib chiqishdi.

UEFA Chempionlar ligasi g'oliblari va finalchilaridan qo'yidagilarni futbol ixlosmandlariga taqdim etamiz: 1955-1956 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Reyms» (Fransiya) - 4:3; 1956-1957 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Fiorentina» (Italiya) - 2:0; 1957-1958 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Milan» (Italiya) - 3:2; 1958-1959 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Reyms» (Fransiya) - 2:0; 1959-1960 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Ayntraxt F» (Germaniya) - 7:3; 1960-1961 - «Benfika» (Portugaliya) - «Barselona» (Ispaniya) - 3:2; 1961-1962 - «Benfika» (Portugaliya) - «Real Madrid» (Ispaniya) - 5:3; 1962-1963 - «Milan» (Italiya) - «Benfika» (Portugaliya) - 2:1; 1963-1964 - «Inter» (Italiya) - «Real Madrid» (Ispaniya) - 3:1; 1964-1965 - «Intern» (Italiya) - «Benfika» (Portugaliya) - 1:0; 1965-1966 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Partizan» (Yugoslaviya) - 2:1; 1966-1967 - «Seltik» (Shotlandiya) - «Inter» (Italiya) - 2:1; 1967-1968 - «Manchester Yunayted» (Angliya) - «Benfika» (Portugaliya) - 4:1; 1968-1969 - «Milan» (Italiya) - «Ayaks» (Gollandiya) - 4:1; 1969-1970 - «Feyenoord» (Gollandiya) - «Seltik» (Shotlandiya) - 2:1; 1970-1971 - «Ayaks» (Gollandiya) - «Panatinaikos» (Gresiya) - 2:0; 1971-1972 - «Ayaks» (Gollandiya) - «Inter» (Italiya) - 2:0; 1972-1973 - «Ayaks» (Gollandiya) - «Yuventus» (Italiya) - 1:0; 1973-1974 - «Bavariya» (Germaniya) - «Atletiko» (Ispaniya) - 1:1, 4:0; 1974-1975 - «Bavariya» (Germaniya) - «Lids» (Angliya) - 2:0; 1975-1976 - «Bavariya» (Germaniya) - «Sent-Etenn» (Fransiya) - 1:0; 1976-1977 - «Liverpul» (Angliya) - «Borussiya

«Liverpul» (Angliya) — «Bryug ge» (Angliya) - 1:0; 1978-1979 - «Nottingem forest» (Angliya) - «Malmyo» (Angliya) - 1:0; 1979-1980 - «Nottingem Forest» (Angliya) - «Gamburg» (Angliya) - 1:0; 1980-1981 - «Liverpul» (Angliya) - «Real» (Ispaniya) - 1:0; 1981-1982 - «Aston Villa» (Angliya) - «Bavariya» (Germaniya) - 1:0; 1982-1983 - «Gamburg» (Germaniya) - «Yuventus» (Italiya) - 1:0; 1983-1984 - «Liverpul» (Angliya) - «Roma» (Italiya) - 1:1 (pen.b. - 5:3); 1984-1985 - «Yuventus» (Italiya) - «Liverpul» (Angliya) - 1:0; 1985-1986 - «Styaua» (Germaniya) - «Barselona» (Ispaniya) - 0:0 (pen.b. - 2:0); 1986-1987 - «Portu» (Portugaliya) - «Bavariya» (Germaniya) - 2:1; 1987-1988 - «PSV» (Gollandiya) - «Benfika» (Portugaliya) - 0:0 (pen.b. - 6:5); 1988-1989 - «Milan» (Italiya) - «Styua» (Ruminiya) - 4:0; 1989-1990 - «Milan» (Italiya) - «Benfika» (Portugaliya) - 1:0; 1990-1991 - «Srvena Zvezda» (Yugoslaviya) - «Mansel» (Fransiya) - 0:0 (pen.b. - 5:4); 1991-1992 - «Barselona» (Ispaniya) - «Mansel» (Fransiya) - 1:0; 1992-1993 - «Marsel» (Fransiya) - «Milan» (Italiya) - 1:0; 1993-1994 - «Milan» (Italiya) - «Barselona» (Ispaniya) - 4:0; 1994-1995 - «Ayaks» (Gollandiya) - «Milan» (Italiya) - 1:0; 1995-1996 - «Yuventus» (Italiya) - «Ayaks» (Gollandiya) - 1:1 (pen.b. - 5:3); 1996-1997 - «Barselona» (Ispaniya) - «Yuventus» (Italiya) - 3:1; 1997-1998 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Yuventus» (Italiya) - 1:0; 1998-1999 - «Manchester Yunayted» (Angliya) - «Bavariya» (Germaniya) - 2:1; 1999-2000 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Valensiya» (Ispaniya) - 3:0; 2000-2001 - «Bavariya» (Germaniya) - «Valensiya» (Ispaniya) - 1:1 (pen.b. - 5:4); 2001-2002 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Bayer L.» (Germaniya) - 2:1; 2002-2003 - «Milan» (Italiya) - «Yuventus» (Italiya) - 0:0 (pen.b. - 3:2); 2003-2004 - «Portu» (Portugaliya) - «Monako» (Fransiya) - 3:0; 2004-2005 - «Liverpul» (Angliya) - «Milan» (Italiya) - 3:3 (pen.b. - 3:2); 2005-2006 - «Barselona» (Ispaniya) - «Arsenal» (Angliya) - 2:1; 2006-2007 - «Milan» (Italiya) - «Liverpul» (Angliya) - 2:1; 2007-2008 - «Manchester Yunayted» (Angliya) - «Liverpul» (Angliya) - 1:1 (pen.b. - 6:5); 2008-2009 - «Barselona» (Ispaniya) - «Manchester Yunayted» (Angliya) - 2:0; 2009-2010 - «Inter» (Italiya) - «Bavariya» (Germaniya) - 2:0; 2010-2011 - «Barselona» (Ispaniya) - «Manchester Yunayted» (Angliya) - 3:1; 2011-2012 - «Chelsi» (Angliya) - «Bavariya» (Germaniya) - 1:1 (pen.b. - 4:3); 2012-2013 - «Bavariya» (Germaniya) - «Horussiya D» (Germaniya) - 2:1; 2013-2014 - «Real Madrid» (Ispaniya) - «Atletiko» (Ispaniya) - 4:1; 2014-2015 - «Barselona» (Ispaniya)

- «Yuventus» (Italiya) -3:1; 2015-2016- «Real Madrid» (Ispaniya) g'olib, 2016-2017 «Real Madrid» (Ispaniya) g'olib, 2017-2018 «Real Madrid» (Ispaniya) g'olib, 2018-2019 «Liverpool» (Angliya) g'olib, 2019-2020 Bavariya» (Germaniya), 2020-2021 «Chelsi» (Angliya), 2021-2022 «Real Madrid» (Ispaniya) g'olib, bo'lishgan.

Yevropaning eng yaxshi futbolchisiga berilgan Oltin tup unvoni sohiblari (Parijda chiqadigan «France Football» gazetasi talqini bo'yicha): 1956, Stenli Metyuz («Blekpul»; Angliya); 1957, Alfredo di Stefano («Real Madrid»; Ispaniya); 1958, Raymon Kopa («Real Madrid»; Fransiya); 1959, Alfredo di Stefano («Real Madrid»; Ispaniya); 1960, Luis Suares («Barselona»; Ispaniya); 1961, Omar Sivori («Yuventus»; Italiya); 1962, Yozef Masopust («Dukla»; Chexoslovakiya); 1963, Lev Yashin («Dinamo» (Moskva); SSSR); 1964, Denis Lou («Manchester Yunayted»; Shotlandiya); 1965, Eysebio («Benfika»; Portugaliya); 1966, Bobbi Charlton («Manchester Yunayted»; Angliya); 1967, Florian Albert («Ferens-varosh»; Vengriya); 1968, Jorj Best («Manchester Yunayted»; Shimoliy Irlandiya); 1969, Janni Rivera («Milan»; Italiya); 1970, Gerd Myuller («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1971, Yoxan Kroyf («Ayaks»; Niderlandiya); 1972, Frans Bekkenbauer («Bavariya» (Myunxen); FRG); 1973, Yoxan Kroyf («Ayaks», «Barselona»; Niderlandiya); 1974, Yoxan Kroyf («Barselona»; Niderlandiya); 1975, Oleg Bloxin («Dinamo» (Kiev); SSSR); 1976, Frans Bekkenbauer («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1977, Allan Simonsen («Borusiya» (Myonxengladbax); Daniya); 1978, Kevin Kigan («Gamburg»; Angliya); 1979, Kevin Kigan («Gamburg»; Angliya); 1980, Karl-Xayns Rummenigge («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1981, Karl-Xayns Rummenigge («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1982, Paolo Rossi («Yuventus»; Italiya); 1983, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1984, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1985, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1986, Igor Belanov («Dinamo» (Kiev); SSSR); 1987, Ruud Gullit («PSV», «Milan»; Niderlandiya); 1988, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1989, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1990, Lotar Matteus («Inter» (Milan); Germaniya); 1991, Jan-Per Papen («Olimpik» (Marsel); Fransiya); 1992, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1993, Roberto Badjo («Yuventus»; Italiya); 1994, Xristo Stoichkov («Barselona»; Bolgariya); 1995, Jorj Vea («PSJ», «Milan»; Liberiya); 1996, Mattias Zammer («Borussiya» (Dortmund); Germaniya); 1997, Ronaldo («Barselona», «Inter-natsionale»; Braziliya); 1998, Zinedin

1999, Rivaldo («Barselona»; Braziliya); 2000, Luis Figo («Barselona»/«Real Madrid»; Portugaliya); 2001, Maykl Ouen («Liverpul»; Angliya); 2002, Ronaldo («Inter» (Milan)/«Real Madrid»; Italiya); 2003, Pavel Nedved («Yuventus»/«Real Madrid»; Chexiya); 2004, Andriy Shevchenko («Milan»; Ukraina); 2005, Ronaldino («Barselona»; Braziliya); 2006, Pablo Kurnavaro («Yuventus»/«Real Madrid»; Italiya); 2007, Zaka («Milan»; Braziliya); 2008, Krishtianu Ronaldu («Manchester Yunayted»; Portugaliya); 2009, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2010, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2011, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2012, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2013, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»); 2014, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»); 2015, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2016, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»); 2017, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»); 2018, Luka Modrich («Real Madrid»); 2019, Virdjil Van Deyk (Niderlandy).

Ishlarning eng yaxshi futbolchisiga berilgan Brilliant to'p unvoni shulardan 1956, Stenli Mettyuz («Blekpub»; Angliya); 1957, Alfredo di Stefano («Real Madrid»; Ispaniya); 1958, Raymon Kopa («Real Madrid»; Fransiya); 1959, Alfredo di Stefano («Real Madrid»; Ispaniya); 1960, Luis Suarez («Barselona»; Ispaniya); 1961, Omar Sivori («Yuventus»; Italiya); 1962, Venzel Masopust («Dukla»; Chexoslovakiya); 1963, Lev Yashin («Dinamo» (Moskva); SSR); 1964, Denis Lou («Manchester Yunayted»; Shotlandiya); 1965, Lyublio Di Silva Parreyra («Benfika»; Portugaliya); 1966, Bobbi Charlton («Manchester Yunayted»; Angliya); 1967, Florian Albert («Parshevarod»; Vengriya); 1968, Jorj Best («Manchester Yunayted»; Shimoliy Irlandiya); 1969, Janni Rivera («Milan»; Italiya); 1970, Gerd Muller («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1971, Yoxan Kruiff («Ayaks»; Niderlandiya); 1972, Frans Bekkenbauer («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1973, Yoxan Kruiff («Ayaks»/«Barselona»; Niderlandiya); 1974, Yoxan Kruiff («Barselona»; Niderlandiya); 1975, Oleg Bloxin («Dinamo» (Kiev); SSR); 1976, Frans Bekkenbauer («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1977, Allan Simonsen («Homuslyu» (Myonxengladbax); Daniya); 1978, Kevin Kigan («Gamburg»; Angliya); 1979, Kevin Kigan («Gamburg»; Angliya); 1980, Karl Xayns Hummenigge («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1981, Karl Xayns Hummenigge («Bavariya» (Myunxen); GFR); 1982, Paolo Rossi («Yuventus»; Italiya); 1983, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1984, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1985, Mishel Platini («Yuventus»; Fransiya); 1986,

Igor Belanov («Dinamo» (Kiev); SSSR); 1987, Ruud «Gul-lit» («PSV»/«Milan»; Niderlandiya); 1988, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1989, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1990, Lotar Matteus («Inter» (Milan); Germaniya); 1991, Lotar Matteus («Inter» (Milan); Germaniya); 1992, Marko van Basten («Milan»; Niderlandiya); 1993, Roberto Badjo («Yuventus»; Italiya); 1994, Romario («Barselona»; Braziliya); 1995, Jorj Vea («Milan»; Liberiya); 1996, Ronaldo («Barselona»; Braziliya); 1997, Ronaldo («Barselona»/«Inter» (Milan); Braziliya); 1998, Zinedin Zidan («Yuventus»; Fransiya); 1999, Rivaldo («Barselona»; Braziliya); 2000, Zinedin Zidan («Yuventus»; Fransiya); 2001, Luis Figo («Real Madrid»; Portugaliya); 2002, Ronaldo («Inter» (Milan)/«Real Madrid»; Braziliya); 2003, Zinedin Zidan («Real Madrid»; Fransiya); 2004, Ronaldino («Barselona»; Braziliya); 2005, Ronaldino («Barselona»; Braziliya).

2006 yildan bu sovrinni berish to'xtatildi. 2010 yildan boshlab Oltin to'p va Brilliant to'p unvonlari birlashtirilib, u FIFA Oltin to'pi unvoniga aylantirildi.)

FIFA Oltin to'p sohiblari: 2010, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2011, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2012, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2013, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»; Portugaliya); 2014, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»; Portugaliya); 2015, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2016, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»; Portugaliya); 2017, Krishtianu Ronaldu («Real Madrid»; Portugaliya); 2018, Luka Modrich («Real Madrid»); 2019, Lionel Messi («Barselona»; Argentina); 2021 Lionel Messi («Barselona»; Argentina);

UEFA tarkibiga kiruvchi mamlakatlardagi milliy chempionatlarning eng yaxshi to'purarlariga berilgan Oltin butsa sohiblari: 1968, Eysebio - 42 ta gol («Benfika»); 1969, P.Jekov - 36 ta gol («SSKA», Sofiya); 1970, G.Myuller - 38 ta gol («Bavariya»); 1971, I.Skoblar - 44 ta gol («Marsel»); 1972, G.Myuller - 40 ta gol («Bavariya»); 1973, Eysebio - 40 ta gol («Benfika»); 1974, Elzalde - 46 ta gol («Sporting»); 1975, D.Jorjesku - 33 ta gol («Dinamo Buxarest»); 1976, S.Kaifas - 39 ta gol («Omoniya»); 1977, D.Jorjesku - 47 ta gol («Dinamo Buxarest»); 1978, I.Krankl - 41 ta gol («Rapid»); 1979, K.Kist - 34 ta gol («AZ-67»); 1980, E.Vandenberg - 39 ta gol («Lers»); 1981, G.Slavkov — 31 ta gol («Trakiya»); 1982, V.Kift - 32 ta gol («Ayaks»); 1983, F.Gomesh - 32 ta gol («Portu»); 1984, Ian Rash - 32 ta gol («Liverpul»); 1985, F.Gomesh - 39 ta gol («Portu»); 1986, Marko van Basten - 37 ta gol («Ayaks»);

1987, H.Koncelan - 44ta gol («Dinamo Buxarest»); T.Polster - 39 ta gol («Austriya»); 1988, T.Cholak - 39 ta gol («Gala-tasaroy»); 1989, D.Mateus - 38 ta gol («Dinamo Buxarest»); 1990, X.Stoichkov - 38 ta gol («SSKA», «Galiya» va «Sanches - 38 ta gol («Real Madrid»); 1991, D.Panchev - 34 ta gol («Sloveniya»); 1992 - 1996 yillarda sovrin o'z egalariga topshirilmagan; 1997, Romulo - 34 ta gol («Barselona»); 1998, N.Maxlas - 34 ta gol («Vinsan»); 1999, M.Jardel - 36 ta gol («Portu»); 2000, K.Fillips - 30 ta gol («Sunderlend»); 2001, X.Larsson - 35 ta gol («Seltik»); 2002, M.Jardel - 42 ta gol («Sporting»); 2003, R.Maakaay - 29 ta gol («La Korunya»); 2004, T.Anri - 30 ta gol («Arsenal»); 2005, T.Anri - 25 ta gol («Arsenal»); D.Forlan - 25 ta gol («Vilyareal»); 2006, L.Toni - 31 ta gol («Fiorentina»); 2007, F.Torri - 26 ta gol («Roma»); 2008, K.Ronaldu - 31 ta gol («Manchester Yunayted»); 2009, D.Forlan - 32 ta gol («Atletiko»); 2010, L.Messi - 34 ta gol («Barselona»); 2011, K.Ronaldu - 40 ta gol («Real Madrid»); 2012, L.Messi - 50 ta gol («Barselona»); 2013, L.Messi - 46 ta gol («Barselona»); 2014, K.Ronaldu - 31 ta gol («Real Madrid») va L.Suares - 31 ta gol («Liverpool»); 2015, K.Ronaldu - 48 ta gol («Real Madrid»), 2016, L.Suares («Barselona»); 2017, L.Messi («Barselona»); 2018, L.Messi («Barselona»); 2019, L.Messi («Barselona»).

1956 yil Gonkongda futbol bo'yicha birinchi Osiyo chempionati o'tkazildi.

Futbol bo'yicha Osiyo chempionati o'tkazilgan mamlakatlar va Osiyo chempionlari: 1. 1956, Gonkong (mezbon) - Janubiy Koreya (champion); 2. 1960, Janubiy Koreya - Janubiy Koreya; 3. 1964, Isroil - Isroil; 4. 1968, Eron - Eron; 5. 1972, Tailand - Eron; 6. 1976, Eron - Eron; 7. 1980, Kuvayt - Kuvayt; 8. 1984, Singapur - Saudiya Arabistoni; 9. 1988, Qatar - Saudiya Arabistoni; 10. 1992, Yaponiya-Yaponiya; 11. 1996, Birlashgan Arab Amirliklari - Saudiya Arabistoni; 12. 2000, Liviya - Yaponiya; 13. 2004, Xitoy - Yaponiya; 14. 2007, Vetnam, Indoneziya, Malayziya va Tailand - Iroq; 15. 2011, Qatar - Yaponiya; 16. 2015, Avstraliya - Avstraliya; 2019, Birlashgan Arab Amirliklari - Qatar.

1957 yil Sudanda futbol bo'yicha dastlabki Afrika millatlari kubogi o'tkazildi. Futbol bo'yicha Afrika millatlar kubogi o'tkazilgan mamlakatlar va ularning g'oliblari (Afrika chempionlari): 1. 1957, Sudan (mezbon)-Misr (champion); 2. 1959, Birlashgan Arab Respublikasi- Birlashgan Arab Respublikasi; 3. 1962, Efiopiya-Efiopiya; 4. 1963, Gana - Gana; 5. 1965, Tailand-Gana; 6. 1968, Efiopiya-Kongo Demokratik Respublikasi; 7. 1970,

Sudan-Sudan; 8. 1972, Kamerun-Kongo; 9. 1974, Misr-Zoir; 10. 1976, Efiopiya-Marokash; 11. 1978, Gana-Gana; 12. 1980, Nigeriya-Nigeriya; 1982, Liviya-Gana; 14. 1984, Fil suyagi qirg'og'i-Kamerun; 15. 1986, Misr-Misr; 16. 1988, Marokko-Kamerun; 17. 1990, Jazoir-Jazoir; 18. 1992, Senegal-Kot-D'Ivuar; 19. 1994, Tunis-Nigeriya; 20. 1996, Janubiy Afrika Respublikasi-Janubiy Afrika Respublikasi; 21. 1998, Burkina-Faso-Misr; 22. 2000, Gana, Nigeriya-Kamerun; 23. 2002, Mali-Kamerun; 24. 2004, Tunis-Tunis; 25. 2006, Misr- Misr; 26. 2008, Gana-Misr; 27. 2010, Angola-Misr; 28. 2012, Gabon, Ekvatorial Gvineya-Zambiya; 28. 2013, Janubiy Afrika Respublikasi-Nigeriya; 29. 2015, Kot-D'Ivuar; 30. 2019, Aljir-Sineral.

1960 yil 6-10 iyul Parij (Fransiya)da futbol bo'yicha dastlabki turnir - Yevropa millatlar kubogi o'tkazildi (U 1968 yildan futbol bo'yicha Yevropa chempionati deb nomlandi). SSSR terma jamoasi Yevropaning dastlabki chempioni bo'ldi. Hozirgacha Germaniya va Ispaniya 3 marta, Fransiya 2 marta, SSSR, Italiya, Chexoslovakiya, Gollandiya, Daniya, Gresiya bir martadan futbol bo'yicha Yevropa chempioni bo'lishdi.

Futbol bo'yicha Yevropa chempionatlari o'tkazilgan mamlakatlar va Yevropa chempionlari: 1. 1960, Fransiya (mezbon) - SSSR (champion); 2. 1964, Ispaniya - Ispaniya; 3. 1968, Italiya - Italiya; 4. 1972, Belgiya - GFR; 5. 1976, Yugoslaviya - Chexoslovakiya; 6. 1980, Italiya - GFR; 7. 1984, Fransiya - Fransiya; 8. 1988, GFR - Niderlandiya; 9. 1992, Shvesiya - Daniya; 10. 1996, Angliya-Germaniya; 11. 2000, Belgiya va Niderlandiya - Fransiya; 12. 2004, Portugaliya - Gresiya; 13. 2008, Avstriya va Shveysariya - Ispaniya; 2012, Polsha va Ukraina - Ispaniya; 15. 2016, Fransiya. 16. 2020 pandemiya munosobati bilan 2021 yil Londonda bo'lib o'tdi va Italiya golib bo'lgan.

2.6. O'zbekiston futbolida yilning eng yaxshilari aniqlandi

2017 yil 14 dekabr kuni Alisher Navoiy nomidagi Davlat akademik katta teatrida futbol bo'yicha 2017 yilning "Eng yaxshilari"ni taqdirlash marosimi bo'lib o'tdi. Toshkentning "Lokomotiv" klubi O'zbekistonning 2017 yildagi eng yaxshi jamoasi sifatida e'tirof etildi. Shuningdek, "Yilning eng yaxshi ayol futbolchisi" deb Bekobodning "Metallurg-W" jamoasi a'zosi Lyudmila Karachik, "Yilning eng yaxshi yosh futbolchisi" sifatida "Paxtakor" vakili Igor Chikrizov, "Yilning eng yaxshi futzalchisi" sifatida "Olmaliq" futzalchisi Konstantin Sviridov, "Yilning eng yaxshi muxlislar jamoasi" sifatida "Qo'qon - 1912", "Eng yaxshi futbol akademiyasi" "Nasaf" akademiyasi, "O'zbek

Butun dunyoda eng yaxshi chet ellik murabbiy" sifatida tanilgan Arveludze, "Yoshlar ligasining g'olibi sifatida "Bunyodkor" nomini qo'lga kiritganlar.

O'zbekiston yoshlar terma jamoasi Tailandning Buriram shahrida bo'lib o'tgan "M - 150 Sup" musobaqasi finalida Yaponiya U - 23 terma jamoasiga qarshi maydonga tushdi va penaltilar seriyasida g'oliblikni qo'lga kiritdi. Yakshanba, dastlab, guruhda Myanmaga qarshi uchrashuvda 2:2 hisobida durang qayd etiladi. Ikkinchi uchrashuvda esa, Vetnam terma jamoasini 2:1 hisobida mag'lubiyatga uchratishdi. Guruhda birinchi o'rinni qo'lga kiritgan terma jamoamiz finalga yo'l oldi. Terma jamoa sardori Zabihillo O'rincev final uchrashuvining eng yaxshi o'yinchisi deb topildi. Shuningdek, u to'rtta gol bilan "M - 150 Sup" musobaqasining eng yaxshi to'purari ham bo'ldi.

Yurtuluzning mard va jasur fidoyi o'g'lonlari, haqiqiy qahramonlari

Mamlakatimizda olib borilayotgan xalqchil, adolatli, inson manfaatlariga qaratilgan siyosat ko'plab sohalarda o'zining ijobiy natijalarini ko'rsatib bermoqda. Birgina Sport misolida aytsek, o'zbek futbolida yangi davr boshlandi. Huni hayotga katta kuch bo'lib kirib kelayotgan yoshlarimiz talabalik berishdi. Joriy yilning 9-27 yanvar kunlari Xitoyda 23 yoshgacha bo'lgan futbolchilar o'rtasida o'tkazilgan Osiyo chempionatida O'zbekiston yoshlar terma jamoasi eng yuksak natija ko'rsatib oltin medalni qo'lga kiritishdi. Erishilgan muvaffaqiyatning salmog'ini bu raqalardan bilishimiz mumkin. Osiyo hududi jihatdan ham, aholisining soni jihatdan ham Yerning eng katta qit'asi chempionatida yosh futbolchilarimiz "A" guruhida O'zbekiston, Xitoy xalq respublikasi jamoalari bilan bellashdi. Olimpiya terma jamoamiz finalda Vetnam futbolchilari bilan ro'paro kelishdi. "Qorlari" deb atalgan ushbu uchrashuvda 2:1 hisobida Osiyo chempioni bo'lishdi.

Baxtiyor Nomozov OFK ning maxsus sovriniga sazovor bo'ldi. Bangkok shahrida Osiyoning eng yaxshilarini aniqlashga bag'ishlangan "AFK ANNUAL AWARDS 2017" marosmi bo'lib o'tdi. Osiyoning hakamlar uchun maxsus sovrini O'zbekistonlik FIFA referesi, plyaj futboli hakami Baxtiyor Nomozbekovga beriladi.

III BOB. FUTBOL QOIDALARI VA XAKAMLIK QILISH

3.1 Maydon va jihozlar

O'yin o'tkaziladigan maydon to'rtburchak holatda bo'lishi zarur

- Bo'yiga: minimum 90 m, maksimum 120 m.
- Eniga: minimum 45 m, maksimum 90 m.
- Xalqaro o'yinlar uchun:
- Bo'yiga: minimum 100 m, maksimum 110 m.
- Eniga: minimum 64 m, maksimum 75 m.

Maydondagi chiziqlar

O'yin o'tkaziladigan maydon chiziqlar bilan belgilanadi va ushbu chiziqlar ham maydon tarkibiga kiradi.

Ikkita uzun maydonni ajratuvchi chiziqlar – yon chiziqlar, ikkita kichkina chiziqlar esa – darvoza chizig'i deb ataladi. Maydon markazidagi chiziq o'yin o'tkaziladigan maydonni teng ikkiga ajratib turadi. Ushbu markazdagi chiziqning o'rtasida markaziy belgi mavjud. Ushbu markaziy belgidan radiusi 9,15 m bo'lgan aylana chiziladi.

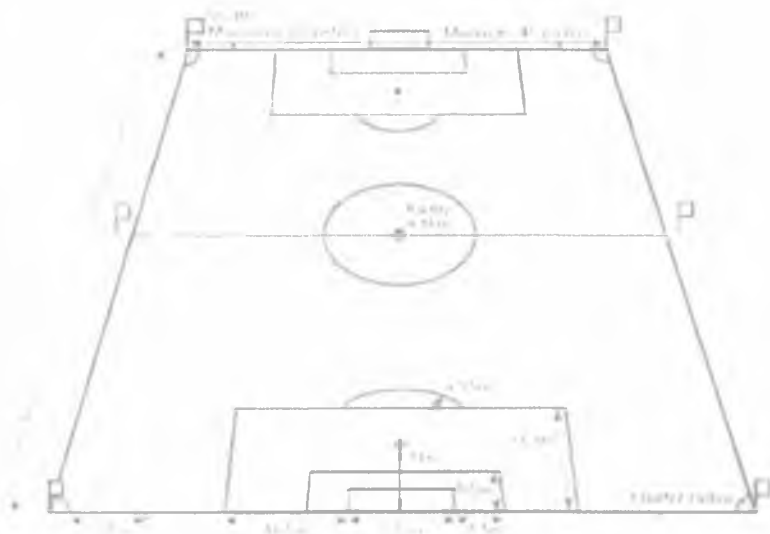
3.2. Maydondagi chiziqlar

O'yin o'tkaziladigan maydon chiziqlar bilan belgilanadi va ushbu chiziqlar ham maydon tarkibiga kiradi. Ikkita uzun maydonni ajratuvchi chiziqlar – yon chiziqlar, ikkita kichkina chiziqlar esa – darvoza chizig'i deb ataladi. Maydon markazidagi chiziq o'yin o'tkaziladigan maydonni teng ikkiga ajratib turadi. Ushbu markazdagi chiziqning o'rtasida markaziy belgi mavjud. Ushbu markaziy belgidan radiusi 9,15 m bo'lgan aylana chiziladi.

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

Jarima maydoni. Maydonning har ikki tomonida jarima maydoni mavjud bo'lib, u quyidagicha joylashgan: darvoza chizig'idan 16,5 metr masofada darvozani har bir ustunining ichki tomonidan parallel chiziq tortiladi. Bu kesmaning uzunligi ham 16,5 metr bo'ladi. Bu uzunlikdagi chiziqning oxiri

perpendikulyar tarzda darvoza chizig'i bilan tutashadi. Shu shakldagi to'rtburchak jarima maydoni deb ataladi.



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

Maydon burchagidagi bayroqlar. O'yin o'tkaziladigan maydonning har bir burchagiga uzunligi 1,5 metrdan oshmagan ustunlar o'rnatiladi. Bu ustunning tepa uchi o'tkir bo'lmasligi va ustunga qalin matoli bayroq ilingan bo'lishi shart. Ushbu bayroqlar yana maydon markazini ajratib turuvchi chiziqning oxirlariga, maydondan tashqariga va yon chiziqdan 1 metr uzoqlikkacha o'rnatilishi ham mumkin.

Burchak sektori. Har bir maydon burchagidagi bayroq asosida oysimon chiziq o'tkaziladi, ushbu chiziq burchakdagi bayroqdan 1 metr radiusdagi o'lchamda chiziladi.

Darvoza. Har ikki darvoza chizig'ining o'rtasiga darvoza o'rnatiladi. Darvoza ikki vertikal ustundan iborat bo'lib, maydon burchagidagi

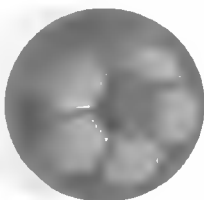
bayroqlardan teng masofada joylashgan. Ushbu ikki ustunni bitta gorizontal joylashgan to'sin birlashtirib turadi.

Darvoza ustunlarining orasi 7,32 metr, darvoza to'sini erdan 2,44 metr masofada joylashgan bo'lishi kerak.

Ikkala ustun va to'sin ham bir xil kenglikda (12 sm.gacha) bo'lishi zarur. Darvoza ichida chiziqli ham ustunlar va to'sinning kengligida chizilgan bo'lishi zarur. Darvozaga va darvoza ichiga darvozabonlarga xalaqit qilmaydigan qilib darvoza to'rlarini o'rnatish kerak. Darvoza ustunlari va to'sin oq rangda bo'lishi zarur.

Maydon. Tabiiy chim bosgan, hajmi 90 x 110m, chiziqlar qalinligi 8 sm, futbol maydoni himoya, hujum va darvozabon maydonlariga bo'linadi.

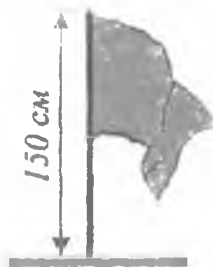
Darvoza. Futbol darvozasi uzunligi 732 sm gorizontal va balandligi 244 sm ikkita vertikal ustunlardan iborat. Darvoza ustunlarining diametri 12 sm.ni tashkil qiladi. Darvoza erga o'rnatilgan/vertikal ustunlari ko'milgan. Darvozaning orqasida vertikal ustunlarda mustahkamlanib to'pni ushlab qoluvchi to'r 60-100 sm nariga tortiladi.



To'p. Futbol to'pi – bu o'yinda qo'llanadigan sport anjomi. U qattiq dumaloq shaklda bo'lib, yuqori sifatli charmdan tayyorlanadi. To'pning vazni 410 g – 450 g. Uning aylanasi 68-70 sm. Har bir rasmiy o'yin oldidan hakam to'p vaznini qolip orqali aylanasining to'g'riligini tekshiradi.

Maydon burchagidagi bayroqlar. Futbol maydonining burchaklarida va yon chiziqlarining markazida bayroqlar o'rnatiladi. Ular 4

burchakdagi bayroqlarni va yon chiziqlarning markazidan 1 m oralig'ida 2 bayroqdan iborat. Bayroq yog'ochining balandligi 1 m 50 sm. Bayroq rang-barang yoki jamoa sport emblemasi bilan tayyorlanishi mumkin.



3.3. Musobaqa nizomi

Musobaqa nizomida quyidagilar bo'lishi lozim.

O'tkazilayotgan musobaqaning maqsadi va vazifalari.

Musobaqani kim o'tkazishi (federatsiya, tashkiliy qo'mita va hokazolar).

Musobaqa o'tkazish muddatlari va shartlari.

Musobaqaga qo'yiladigan jamoalar soni va nomi, talabnoma (zayavka)ga berilgan qatnashchilarning maksimal miqdori.

Musobaqa o'tkaziladigan o'yin sistemasi (davrali – bir yoki ikki davrasi, musobaqa tadbiridan keyin o'yindan chiqib ketiladigan aralash sistema).

O'yin o'linsh sistemasi va komandalarning hamda jismoniy tarbiya jamoalarining (natijalari klublar bo'yicha hisoblaganda) egallagan o'rinlarini aniqlash tartibi.

Musobaqaning alohida shartlari (qanday hollarda o'yinda qo'shimcha vaqt belgilanishi va uning davomiyligi, o'yin durang bilan tugallanganda yoki o'tkazilgan musobaqa natijasida ochkolar soni teng bo'lganda g'olibni aniqlash usullari, o'yin qoidalarida ko'rsatilganidan tashqari nechta zaxira o'yinchi almashtirish mumkinligi va hokazo).

Jamoularni va musobaqa qatnashchilarini rasmiylashtirish tartibi, formasi, o'yinchilarning talabnoma (zayavka)lar berish va qayta talabnoma berish muddati

Musobaqalarni olib boradigan sudyalarning jamoasining nomi.

O'tkazilgan o'yinga norozilik bildirish va uni ko'rib chiqish, shuningdek, o'yinchilarni maydondan chiqarib yuborish yoki ularni ogohlantirish bilan bog'liq bo'lgan intizom masalalarini qarab chiqish tartibi.

O'yinchilar intizomini buzganligi uchun komandalarning javobgarligi haqida stadion va klublar ma'muriyatining o'yin o'tkazish vaqtida tartib saqlanishi uchun javobgar bo'lishi.

Musobaqa o'tkaziladigan joylar va ularga qo'yiladigan talablar.

G'oliblarni mukofotlash hamda oxirgi o'rinlarni egallagan jamoaning yoki jamoalarning keyingi xuddi shunday musobaqada qatnashish shartlari.

3.4. Musobaqa turlari

Musobaqalarning asosiy turi – kalendar musobaqalar bo'lib, ular sport tadbirlarining tasdiqlangan kalendar rejasida nazarda tutiladi va tasdiqlangan tartibga muvofiq ravishda o'tkaziladi:

Birinchi yoki chempionatlar: – kubok musobaqalari; – saralash musobaqalar.

Birinchi yoki chempionatlar – eng mas'uliyatli musobaqalar bo'lib, ularning natijalari bo'yicha g'olib komandaga chempionlik nomi beriladi. Musobaqalarni tashkil etishning bu turi jamoalar kuchini obyektiv baholashga,

olib borilayotgan o'quv-mashg'ulot ishining sifatini taqqoslashga imkon beradi.

Kubok musobaqalari musobaqalarga juda ko'p jamoalar jalb etish va g'olibni nisbatan qisqa muddatlarda aniqlash maqsadida o'tkaziladi. Kubok musobaqalari eng yaxshilarni izchillik bilan tanlab olish prinsipi bo'yicha o'tkaziladi.

Saralash musobaqalari musobaqaning keyingi bosqichida qatnashish uchun eng kuchli jamoalarni aniqlash maqsadida o'tkaziladi.

Musobaqalarning yordamchi turlari

— Kontrol chrashuvlar;
— o'rtoqlik uchrashuvlari;— namunali uchrashuvlar; — qisqartirilgan musobaqalar.

O'rtoqlik uchrashuvlari o'quv-mashg'ulot maqsadlarida yoki an'anaviy musobaqalar rejasida o'tkaziladi.

Qisqartirilgan musobaqalar bir necha soat mobaynida o'tkaziladi. Ular, odatda, bayram kunlariga va sport mavsumining ochilish yoki yopilish kunlariga rejalashtiriladi. Namunali uchrashuvlar futbolni ommalashtirishga va sport mahoratini ko'rsatishga xizmat qiladi.

3.5. O'yin qoidalari va ularga rioya qilish

Hakamlarning futboldagi ishoralari ko'plab muxlislar uchun ham, yangi boshlanuvchilar uchun ham sirlidir. Ammo ularning bilimlari saytga kirish uchun zarurdir, chunki hakamni eshitish deyarli mumkin emas. Arsenalda faqat hushtak va qo'llar mavjud bo'lib, hakamning futboldagi harakatlari bir necha o'nlab harakatlar bilan cheklangan.

Texnik sabablar. Agar to'p o'yin paytida o'z holatini yo'qotsa, unda: birinchidan, uchrashuvni to'xtatish zarur, to'p almashtirilgandan so'ng o'yin to'xtagan nuqtadan "bahsli to'p" orqali davom ettirish zarur.

Agar to'p o'z holatini: maydon tashqarisiga chiqib ketganda, jarima to'pi belgilanganda, burchak to'pi tepilayotganda, 11 metrli jarima to'pi tepilayotganda, yon chiziqdan o'yinga kiritilayotgan paytda yo'qotsa, unda to'p almashtirilgandan so'ng o'yin to'p kiritilishi bilan davom ettirilishi ko'zda tutiladi. O'yin paytida hakamning ruxsatisiz to'pni almashtirish mumkin emas.

O'yinchilar. O'yinda ikki jamoa har birida 11 tadan oshiq bo'lmagan o'yinchi qatnashadi. 11 o'yinchidan bittasi darvozabon bo'lishi kerak. Agar

jamoalardan 7 tadan kam o'yinchi bo'lsa, unda uchrashuvni boshlash mumkin.

Asosiy uchrashuvlar. FIFA, qit'a konfederatsiyalari yoki milliy assotsiatsiyalar tomonidan o'tkaziladigan uchrashuvlarda uchtagacha o'yinchi almashtirishga ruxsat etiladi. Agar musobaqa reglamentida ko'proq o'yinchi almashtirish mumkin bo'lsa, unda ettitagacha o'yinchi almashtirish mumkin.

Boshqa uchrashuvlar. Boshqa uchrashuvlarda quyidagi shartlarga asosan 3 tagacha o'yinchi almashtirish mumkin:

Ikki uchrashadigan jamoa maksimal darajada o'yinchi almashtirishga kelishganda, bosh hakam ushbu kelishuv haqida uchrashuv boshlanguniga qadar ogoh etilsagina; agar uchrashuv hakami kelishuv haqida o'yin boshlanguniga qadar ogohlantirilmasa yoki ikki jamoa maksimal darajada o'yinchi almashtirishga kelisha olmasa, uchrashuvda 3 tagacha o'yinchi almashtirish mumkin; barcha uchrashuvlarda o'yin boshlanguniga qadar zarur o'yinchilari ism-shariflari uchrashuv bayonnomasidagi ro'yxatga kiritilgan bo'lishi lozim. Uchrashuv bayonnomasidagi ro'yxatga kiritilmagan futbolchi o'yinda qatnasha olmaydi.

O'yinchining asosiy kiyimi. Futbolka yoki ko'ylak Short (agar shortning ichida ichki kiyim bo'lsa, bu ham shortning rangida bo'lishi zarur). Getralar himoya vositalari (Shitki).

Darvozabon kiyimi. Darvozabon kiyimi rangi maydondagi u'yinchilardan, bosh hakam va bosh hakam yordamchilari kiyimi rangidan ajralib turishi kerak.

Hakam. Uchrashuvda qonun-qoidalarini nazorat qilish; uchrashuvni yon hukamlar va 4-hakam bilan birgalikda nazorat qilish;

2-qoida talablariga asosan to'pni nazorat qilish;

4-qoida talablariga asosan o'yinchilarning kiyimlarini nazorat qilish; uchrashuvni qayd etib borish; har qanday qoida buzilishlarda uchrashuvni to'xtatish, uzib qo'yish yoki butunlay to'xtatish o'yindagi bosh hakam qaroriga bog'liq.

Bosh hakam uchrashuvni har qanday tashqi muhitning aralashuvida to'xtatishi yoki butunlay tugatishi mumkin.

Bosh hakam fikriga ko'ra maydondagi o'yinchi qattiq jarohat olganda yoki o'yinchilarni maydondan evakuatsiya qilish zarur bo'lganda uchrashuvni vaqtincha yoki butunlay to'xtatishi mumkin. Shuningdek, o'yin bosh hakamiga bir nechta vakolatlar berilgan va bir quyida ularga to'xtatib o'tamiz.

Bosh hakam fikriga ko'ra, o'yinchi engil jarohat olganda, to'p maydondan chiqib ketmaguncha uchrashuv davom ettiriladi. Har qanday o'yinchining jarohatidan qon chiqsa, ushbu o'yinchining maydon tashqarisiga chiqishini ta'minlash hamda ushbu o'yinchi maydonga qaytayotganda qon oqishi to'xtaganiga ishonch hosil qilgandan so'nggina unga ruxsat beradi.

O'yin qoidasini buzgan jamoa darvozasi tomon hujum bo'layotgan bo'lsa, o'yinni to'xtatish zarur emas, hujum tugagandan so'ng yoki to'p maydondan tashqariga chiqqanda qoidabuzarni ogohlantirish zarur. Qoidabuzar yoki ogohlantirilgan o'yinchi yana bir bor qoidani buzsa, o'yinchi shu zahoti qattiq ogohlantirilish bilan jazolanishi kerak.

Agar uchrashuvda qoida buzilsa, hakam to'p maydonni tark etgandan so'ng qoidabuzarni albatta ogohlantirishi zarur. Jamoalardagi o'zini tuta olmayotgan rasmiy vakillarga nisbatan maydondan, zaxira o'rindig'idan chetlatishi yoki ularga jazo qo'llashi mumkin.

Bosh hakam yo'l qo'yilgan qoidabuzarlikni ko'rmay qolgan vaziyatlarda uning yordamchisi etkazgan ma'lumotlar asosida jazo qo'llashi mumkin.

Maydonga futbolchilardan boshqalarni tushirmaslikni nazorat qiladi.

O'yin to'xtatilganda davom ettirishga ruxsat beradi.

O'yin bayonnomasi (bayonnomaga uchrashuv atrofida, uchrashuv boshlanishiga qadar, uchrashuv davomida, uchrashuvdan so'ng bo'lib o'tgan barcha voqealarni yozma ravishda)ni to'ldirish va uchrashuv tashkilotchilariga taqdim etish zarur.

Hakam qarori. Har qanday o'yin holatida faqat bosh hakam yakuniy qaror chiqara oladi.

Agar hakam yordamchilari bilan maslahatlashib, noto'g'ri qaror qabul qilganini tan olsa, unda faqat o'yin to'xtatilgan vaziyatda o'z qarorini o'zgartirishi mumkin.

Bo'limlar orasidagi tanaffus. O'yinchilar bo'limlar orasida tanaffusga chiqish huquqiga ega.

Bo'limlar orasidagi tanaffus 15 daqiqadan ko'p bo'lmasligi zarur.

Bo'limlar orasidagi tanaffus musobaqa reglamentida belgilangan bo'lishi zarur.

Bo'limlar orasidagi tanaffus vaqtini faqatgina hakam bilan kelishgan holda o'zgartirishi mumkin.

Yo'qotilgan vaqtlar uchun qo'shimcha vaqt.

Hur bir bo'limga quyidagi hollarda yo'qotilgan vaqtlarga qo'shimcha vaqt qo'shish mumkin:

o'yinchilar almashtirilganda;

o'yinchi jiddiy jarohat olgandagi vaqt uchun;

jarohat olgan o'yinchini maydon tashqarisiga tibbiy yordam ko'rsatish uchun olib chiqqan vaqt uchun; o'yin vaqtini ataylab cho'zganda;

va boshqa sabablar uchun.

Yo'qotilgan vaqtga qo'shimcha vaqtни faqat bosh hakam qo'shishi mumkin.

11-metrli jarima to'pi. Bo'limning so'nggi daqiqalarida yoki qo'shimcha vaqtning oxirida belgilangan 11 metrli jarima to'pini bajarish uchun vaqt berilishi shart.

Qo'shimcha bo'limlar. Musobaqa reglamentiga ko'ra, kerakli vaziyatlarda qo'shimcha yana 2 ta bo'lim o'tkazilishi mumkin. Ushbu bo'limlarda 8-qoidaga rioya qilgan holda o'tkazish ko'zda tutilgan.

Bundan boshqa barcha vaziyatlarda, boshlang'ich zarba qayta tepiladi.



Bahsli to'p. O'yin qoidalarida ko'rsatilmagan hollar qoida buzilsa va uchrashuv vaqtinchalik to'xtatilsa, uchrashuvni "bahsli to'p" orqali davom ettirish kerak. "Bahsli to'p" quyidagicha amalga oshiriladi: bosh hakam to'p tashlab bergan holda uchrashuv to'xtatilgan joydan "bahsli to'p"ni amalga oshiradi.

To'p erga tegishi bilan o'yin qayta boshlandi, deb hisoblanadi.

G'olib jamoa. Uchrashuv davomida ko'proq to'p kiritgan jamoa g'olib jamoa deb topiladi. Agar ikkala jamoa ham o'yin davomida bir xil to'p kiritsa yoki umuman to'p kirita olmasa, o'yin durang deb hisoblanadi.

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

"O'yindan tashqari" holatni aniqlash. O'yinchining "o'yindan tashqari holat"da qolishi o'yin qoidalarining buzilishidir. O'yinchi "o'yindan tashqari" holatda deb topiladi, agar:

o'yinchi raqib darvoza chizig'iga raqibning so'nggi o'yinchisidan yaqinroq holatda tursa, unda ushbu o'yinchi o'yindan tashqari holatda deb hisoblanadi.

O'yinchi "o'yindan tashqari" holatga tushmaydi, agar:

o'z jamoasining yarim maydonida bo'lsa, raqib jamoasining so'nggi o'yinchisi bilan bir xil darajada bo'lsa, raqib jamoasining so'nggi va so'nggisidan bitta oldin turgan o'yinchisi bilan bir xil darajada bo'lsa.



Qoidabuzarlik. O'yindan tashqari holatda qolgan futbolchini hakamning fikriga ko'ra, jamoadoshlaridan birona sherigi to'pga teginish vaqtida o'yinga faol tarzda xalaqit qilsa, jazolash mumkin, ya'ni:

- to'p bilan harakat qilishda bevosita ishtirok etsa;
- raqib harakatlariga xalaqit qilsa;
- o'zining egallab turgan pozitsiyasidan yaxshiroq vaziyatga chiqishga urinsa.

Qoidabuzarlik yo'q. O'yindan tashqari holatda qolgan o'yinchini jazolash kuzatilmaydi, agar u bevosita to'pni quyidagi holatlarda qabul qilib olsa:

Darvozadan erkin to'p tepilgandan so'ng; yon chiziqdan tashlab berilganda; burchak to'pi tepilganda.

Agar o'yinchi quyidagi 7 qoida buzilish holatlarining birini sodir etsa, hakam tomonidan sariq kartochka ko'rsatish orqali ogohlantiriladi:

- sport qoidalariga xilof ravishda harakat qilsa;
- so'zlari yoki harakatlari orqali hakamning qaroriga norozilik bildirsa;
- o'yin qoidalarini doimiy ravishda buzsa;
- sun'iy ravishda o'yinning davom etishiga xalaqit qilsa; burchak, jarima to'pi yoki erkin zarba amalga oshirilayotgan paytda masofaviy joylashishni buzsa;

- hakamning ruxsatisiz maydonga chiqsa yoki maydonga qaytsa; hakamning ruxsatisiz ongli ravishda maydonni tark etsa.

Maydondan chetlatish bilan jazolanuvchi qoida buzilish holatlari.

Agar o'yinchi quyidagi 7 qoida buzilish holatlarining birini sodir etsa, hakam tomonidan qizil kartochka ko'rsatish orqali ogohlantiriladi.

Shuningdek:

- o'ta qo'pol va xavfli harakatni amalga oshirsa; o'zini juda betartib holda tutsa; raqib o'yinchisi yoxud boshqa kimsaga nisbatan tupursa;

to'pni tayin qo'li bilan ushlab qolish orqali raqib jamoa o'yinchilarining to'pni darvozaga kiritishiga xalaqit qilsa (darvozabon o'z jarima maydonchasi to'rtinchi to'pni qo'li bilan o'ynashi bundan mustasno);

• erkin zarba, jarima to'pi yoki 11 metrli jarima to'pi belgilash bilan jazolanuvchi qoida buzilishi holatini sodir etgan holda zarba berish holatiga shubhayotgan raqib o'yinchisini to'xtatib qolsa;

• haqoratli, odobsiz so'z va iboralarni ishlatga; bir o'yinda ikki marta sariq kartochka bilan ogohlantirilsa. Bunday holatlarda ham o'yinchiga qizil kartochka ko'rsatiladi.

Majburiy ishora. Erkin zarba berilishi oldidan hakam qo'lini boshi uzra ko'tarib, zarba berilgach, to'p o'yinchilardan biriga tekkuncha yoki maydonni tark etguncha qo'lini tushirmaydi.



Erkin zarba yo'llangandan keyin faqatgina to'p o'yinchilardan biriga tegib, darvozaga borib tushgan holdagina gol inobatga olinadi.

Agar erkin zarbadan so'ng, to'p hech kimga tegmasdan raqib darvozasi to'riga borib tushsa, gol hisoblanmaydi va to'p darvoza maydonchasidan o'yinga kiritiladi.

Agar erkin zarba ijro etilgandan so'ng to'p hech bir o'yinchiga tegmasdan, o'z darvozasi to'riga borib tushsa, raqib komanda foydasiga burchak to'pi belgilanadi.

Burchak to'plari quyidagi hollarda belgilanadi: to'p darvoza chizig'idan erkin yoki havoda to'liq kesib o'tgan bo'lsa va bu to'pga so'nggi bo'lib himoyalalanayotgan futbolchi tekkan bo'lsa. Bundan oldin 10-qoidaga ko'ra, to'p darvozaga kirmagan bo'lsa.

Burchak to'pini amalga oshirish tartibi. To'p burchak sektori ichiga bayroqli ustunning atrofida joylashtiriladi hamda darvoza chizig'iga yaqinroq nuqtaga qo'yiladi.

Zarba berayotgan paytda bayroqli ustunga tegish taqiqlanadi.

To'p o'yinga kiritilguncha, raqib jamoa futbolchisi to'pdan 9,15 metrdan yaqin bo'lmagan masofada turishi lozim.

Burchak to'pi hujum qilayotgan jamoa a'zosi tomonidan oyoq bilan o'yinga kiritiladi.

To'p oyoq bilan joyidan siljishi bilan o'yinga kiritilgan deb hisoblanadi.



Burchak to'pini kiritayotgan o'yinchi birinchi bor to'pga tegishgandan so'ng ketmaket ikkinchi bor tegina olmaydi, ya'ni to'pga ikkinchi marta uning jamoadoshi kelib teginadi.

Texnik maydoncha. Rasmda ko'rib turganingizdek, maydonda bo'ladigan uchrashuvlarda zaxira futbolchilari uchun maxsus o'rindiqlik va jamoa rahbariyati uchun mo'ljallangan 3-qoida va 2-qarordagi kabi texnik maydoncha bo'ladi.

To'rtinchi hakam. Musobaqa reglamentiga ko'ra, har bir o'yinga to'rtinchi hakam tayinlanishi mumkin. Agar maydonda harakat

qilayotgan 3 hakamdan birontasi o'zining vazifasini bajara olmaydigan darajadagi vaziyatga tushib qolsa, unda 4-hakam uning o'rniga almashtiriladi.

Agar hakam o'z vazifasini bajara olmaydigan darajadagi vaziyatga tushib qolsa, unda hakamlarni almashtirish tartibi musobaqa reglamenti asosida amalga oshiriladi.

Bosh hakam ko'rsatmasiga binoan to'rtinchi hakam o'yingacha, o'yin paytida va o'yindan keyin bosh hakamga barcha tashkiliy ishlarda yordam berishi mumkin.

3.6. Hakamlar harakati (JEST) imo-ishoralari



Erkin zarba.



Jarima zarbasi.



O'yinni davom ettirish.

Ogohlantirish. Chetlatish.

Hukm hukam yordamchilarining ishoralari.



Substitution

O'yinchi almashtirish. O'yindan tashqari holat.



Throw-in

Yon chiziqdan to'pni o'yinga kiritish



Offside on the near side of the field

O'yindan tashqari chiziq'i



Offside on the far side of the field

O'yindan tashqari holat

IV BOB. FUTBOL O'YINI TEXNIKASI

4.1 O'yin texnikasi

Qo'yilgan maqsadga erishmoq uchun o'yinda xilma-xil tarzda uyg'unlashtirib qo'llaniladigan maxsus usullar to'plami futbol texnikasini tashkil etadi.

Texnik usullar — bu futbol o'yinini vujudga keltirish vositasi demak. Yuqsak 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 turli holatlarda ularni qanchalik mohirlik bilan, samarali qo'llay bilishga bog'liq. Futbol texnikasini yaxshi bilish futbolchining har tomonlama tayyorgarlik ko'rishi va mutanosib kamol topishi jarayonining ajralmas qismidir.

O'yin taraqqiyotining yuz yildan ortiq tarixi mobaynida futbol texnikasida muayyan o'zgarishlar bo'ldi. Bu evolyusiyaning asosiy yo'nalishlari quyidagilardan iborat: boshning chakka qismi va orqasi bilan zarba berish, to'pni beldir bilan to'xtatish singari nomaqbul usul va usullarni qo'llash ancha kamayib ketdi; oyoq yuzi bilan zarba berish, to'pni son va ko'krakda to'xtatish, to'pni qo'l bilan tashlash (darvozabon texnikasi) kabilardan foydalanish koeffitsienti oshdi, aldash harakatlari (fintlar) ko'paydi.

Hozirgi futboldagi texnik usullar o'yin harakatlari tezligi va aniqligini oshirish uchun kuchdan etarlicha tejab foydalanish imkonini beradigan, biomexanika nuqtai nazaridan maqbul harakatlar tizimi bilan xarakterlanadi. Tezlik va ishonchlilik, soddalik va samaradorlik futbol texnikasini qo'llashga qo'yiladigan hozirgi kundagi talab ana shulardan iborat.

4.2 Futbol texnikasining tasnifi

Futbol texnikasining tasnifi texnik usullarni umumiy (yoki o'xshash) o'ziga xos belgilariga qarab guruhlariga bo'lishdan iborat. O'yin faoliyati ifodalanishiga qarab futbol texnikasi ikkita yirik bo'limga ajratiladi: maydon o'yinchisi texnikasi va darvozabon texnikasi. Har qaysi bo'lim esa harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi bo'linmalariga taqsimlanadi. Kichik bo'limlar turli usullarda ijro etiladigan muayyan texnik usullardan: harakatlanish texnikasi usullari va usullaridan iborat. Ulardan

maydon o'yinchilari va darvozabon foydalanadi. Ammo ayrim usul va usullar o'zining muayyan turlariga ega. Usul va turlarda harakatning asosiy masalanisi umumiy bo'lib, detallardagina farq bo'ladi. Har xil usul, usul va turlar iljro etish shartlari futbol texnikasini yanada turli-tuman qiladi.

Futbol texikasining tasnifi 1-rasmda ko'rsatilgan. O'rganilayotgan harakatni tizimlashtirish usul, usul turlarini tuzukroq tushunishga, ularni to'g'ri tahlil qilishga, olingan bilimlarni takomillashtirish vazifalarini muvaffaqiyatli hal qilishga yordam beradi. Futbol texikasining ifodalanishi maydon o'yinchisi va darvozabon uchun umumiy kichik bo'lim bo'lgan harakatlanish texikasidan boshlanadi.

4.3 Harakatlanish texikasi

Harakatlanish texikasi quyidagi usullar guruhini o'z ichiga oladi: yugurish, sakrash, to'xtash, burilish. Harakatlanish texikasining tasnifi 2-rasmda ko'rsatilgan.

O'yin vaqtida harakatlanish texikasi usullaridan xilma-xil tarzda qo'shib foydalaniladi. Masalan, futbolchining harakatlanish tezligi nihoyatda xilma-xil sekin yurishdan boshlab, startdagi tezlanishni maksimal tezlikka qadar ko'turish mumkin, yugurish maromi va yo'nalishi qo'qqisdan o'zgarib turadi. Yugurishning xilma-xil usullarini sakrash, to'xtash, burilish bilan birga qo'shib olib borish futbolchining harakatlanishiga xos xususiyat hisoblanadi.

Harakatlanish texikasining usullari maydon o'yinchilari va darvozabonning to'pni boshqarish san'ati bilan chambarchas bog'liq. Harakatlanish texikasi usullarini keragicha hamda kompleks tarzda qo'llash ko'p taktik vazifalarni (to'p olish uchun ochilish va raqibni chalg'itish, pozitsiya tanlash, o'yinchini to'sib olish va h.k.) samarali hal qilish imkonini beradi.

Yugurish. Futboldagi asosiy harakatlanish vositasi yugurishdir. To'pni boshqarmayotgan futbolchilar yugurish yordamida maydonda turlicha joylashib oladilar. Bundan tashqari, yugurish tarkibiy qism sifatida to'pni boshqarish texikasiga ham kiradi. Futbolda yugurishning quyidagi usullari qo'llaniladi: oddiy yugurish, tisarilib yugurish, chalishtirma qadam tashlab yugurish, juftlama qadam tashlab yugurish.

Oddiy yugurishdan asosan to'g'riga borayotgan o'yinchilar bo'sh joyga chiqish raqibni quvish va hokazolarda foydalanadi. Harakat sistemasi ham (bir oyoqqa tayanish va havoda uchish fazalariga bo'linishi) tuzilishi ham engil

atletika yugurishidan farq qilmagani uchun uni oddiy yugurish deyiladi. Qadam uzunligi, chastotasi va ritmida farq bor, xolos.

Yugurishda qadam uzunligi sprinterlarda 2-2,2 m ga teng bo'lsa, katta yoshli futbolchilarda o'rtacha 1,3-1,5 m ga teng. Qadamlar chastotasi sprinterlarda sekundiga 4-4,5bqadamga teng. Futbolchilarda chastota sal ortiqroq: sekundiga 5,1-5,5 qadam bo'ladi. Bu esa havoda uchish fazasi qisqaroq bo'lgani sababli tez to'xtashga yoki tez burilib olishga yordam beradi.

Tisarilib yugurishdan asosan to'pni olib qo'yishda va to'pni 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 o'nga xos xususiyatdir. Buning sababi siltanish oyog'i orqaga uzatilganda sonning yozilishi cheklanganligidadir.

O'yin sharoiti ko'pincha maksimal tezlikda tisarilib yugurishni talab qilib koladi. Bunda tezlik qadam chastotasini oshirish hisobiga o'ttirilib, bu ko'proq oyoqning orqaga faol harakat qilishiga bog'liq. Tisarilib yugurayotganda, o'yinchi ba'zan muvozanatni yo'qotib yiqilib tushadi. Tayanch oyoq vertikal turgan paytda gavdaning og'irlik markazi tayanch yuzasining tepasida turishi o'yinchi holatining 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, burilib olgandan keyin foydalaniladi. U harakatlanishning spesifik vositasi bo'lib, asosan boshqa yugurish turlari bilan birga qo'shib qo'llaniladi. Chalishtirma qadam tashlab yugurish yon tomonga ijro etiladigan yugurish qadamlari bilan ifodalanadi (3-rasm).

Qadam tashlash siklining birida (qo'shaloq qadam) siltanuvchi oyoq tayanch oyoqning oldiga chalishtirib o'tkaziladi. Yugurish paytida havoda uchish fazasi juda qisqa.

Juflama qadam tashlab yugurishdan taktik jihatdan zarur holatga o'tishda (masalan, o'yinchi oldini to'sib olishda) foydalaniladi. U dastlab harakatlanish fazasi sifatida qo'llaniladi. Keyinroq o'yindagi vaziyatga qarab, harakatlanish texnikasining turli usullari sifatida ijro etiladi.

Juflama qadam tashlab yugurish oyoqlarni sal bukib bajariladi (4-rasm). Birinchi qadamni harakat yo'nalishiga yaqin oyoqdan boshlab, yon tomonga tashlanadi. Ikkinchi qadamda oyoqlar juftlanadi. Depsinish va siltanish

harakatlarda zo'r berish yuqori tomonga emas, balki yon tomonga yo'naltiriladi.

Sakrashlar. To'xtash va burilish usullarining ba'zilarini ijro etishda sakrashdan foydalaniladi. Sakrash zarba berishning ayrim usullari, to'pni oyoqqa, ko'krakda, kalla bilan to'xtatib qolish va ba'zi fintlar texnikasining qatnashgan kundi. O'yindan oldin, yon tomonlarga, yuqoriga hamda shularga yaqin yo'nalishlarda sakraladi. O'yindagi vaziyat ko'pincha maksimal baland yoki maksimal uzun sakrashni talab qilmaydi. Bunda sakrashning muvaffaqiyatligi futbolchining koordinatsion qobiliyati bilan belgilanib, futbolchi turli dastlabki holatlardan fazo, vaqt va kuch xarakteristikalari qatnashgan bo'lgan harakatlar qilishi kerak bo'ladi.

Burcha xil sakrashlarda depsinish, havoda uchish va erga tushish fazalari bo'ladi.

Sakrashning ikki xil usuli bor: bir oyoqda depsinib sakrash va ikki oyoqda depsinib sakrash. Bir oyoqda depsinib sakrash oldinga, yon tomonlarga, yuqoriga bajariladi. Bunday sakrashda faol depsinib, ikkinchi oyoqni silkitib, gavda og'irlik markazining o'qi sakrash tomonga o'tkaziladi. Sakrashning traektoriyasi va kuchi o'yindagi vaziyatga bog'liq. Bir oyoqda yoki ikki oyoqda erga tushiladi. Qisqa masofali, qattiq amortizatsiya keyingi harakatlarga tezroq va samaraliroq o'tish imkonini beradi. Og'irlik markazi o'qlarning proeksiyasi tayanch yuzasining chegarasida yoki undan tashqarida bo'lishi ham shunga yordam beradi.

Sakrab to'pga bosh bilan 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'nqaygandan keyin yuqoriga yoki yuqorilab-oldinga tomon faol depsinish kerak bo'ladi, bunda qo'llarni ko'krak baravar silkitib ko'tarish depsinishning samarasini oshiradi. Ikki oyoqda depsinib sakrash. Bunday usul bilan oldinga, oldinlab yon tomonga va oraliq yo'nalishlarda sakraladi.

Turgan joydan sakraganda o'yinchi depsinish oldidan tezda salgina cho'nqayadi. Oyoqlarni faol to'g'rilash bilan birga gavda og'irlik markazining o'qi sakrash tomoniga o'tkaziladi va qo'llar silkitiladi. Yugurib kelib sakrayotganda so'nggi qadamda bir oyoqni taqqa to'xtaydigan qilib qo'yiladi. Cho'nqayish paytida ikkinchi oyoq birinchisi bilan tezgina juftlanadi. Depsinishda havoda uchish va erga tushish fazalari turgan joydan sakragandagi kabi bo'ladi.

To'xtashlar. Harakatlanish texnikasida to'xtashga harakat yo'nalishini o'zgartirishning samarali vositasi deb qaraladi. To'satdan to'xtab qolganda, raqiblarning qacda, qanday joylashishiga qarab turib to'p bilan ham, to'psiz ham o'sha ketayotgan tomonning o'ziga yoki qarshi tomonga o'tilib ketiladi, o'ngga yoki chapga qochib kolinadi.

To'xtashda ikki xil usul qo'llaniladi: sakrab to'xtash va tashlanib to'xtash. Sakrab to'xtash uchun yuqoriga qisqaroq sakrab, siltangan oyoqda erga tushildi – bunda turg'unlik bo'lsin uchun shu oyoq sal egiladi (5-rasm). Ammo ko'pincha erga ikki oyoqlab tushiladi.

Tashlanib to'xtash so'nggi yugurish qadami hisobiga bajariladi. Bunda siltangan oyoqni oldinga uzatib, tovonga tayaniladi-da, keyin oyoqni rostmana erga qo'yiladi. Tashlanib to'xtash oyoqlarni anchagina bukib, ikki oyoqqa tayanib qolish bilan ifodalanadi (6-rasm). Barcha xil to'xtashlardan keyin, odatda, turli yo'nalishlarda harakat davom ettiriladi. Shuning uchun to'xtashdagi so'nggi holat keyingi harakatning start holati bo'lishi kerak.

Burilishlar. Bur

ilish 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 fintlarning ayrim usullarini bajarish texnikasi tarkibiga ham kiradi.



5-rasm. Sakrab to'xtash



6-rasm. Oldinga tashlanib to'xtash

Burilishning quyidagi usullaridan foydalani-ladi: 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 ijro etilaveradi. Hatlab o'tib burilganda, qisqa-qisqa 2-3 qadam tashlash hisobiga kerakli yo'nalishga qarab olinadi.

Harakat yo'nalishini to'satdan va tez o'zgartirishda sakrab burilish yordam beradi. Bu ish burilish tomonga faol depsinib bajariladi. Silkinadigan oyoqning katti ham shu tomonga aylantiriladi. Sakrash unchalik baland bo'lmasa ham, to'la-to'kis bajariladi. Tayanch oyoqda burilishning ikki turi bor. Birinchisini bajarishda burilish yo'nalishidan uzoqdagi oyoqqa tayaniladi. Bunda futbolchi gavda og'irlik markazi o'qining proektsiyasini tayanch sath chegarasidan chiqarib, tayanch oyoq uchida burilish tomonga aylanadi. Ikkinchisi harakat yo'nalishiga yaqin oyoqqa tayaniladi, 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 boshlab tayanch oyoq uchida bajariladi.

4.4. Maydon o'yinchisining texnikasi

Maydon o'yinchisining texnikasi ikkita kichik bo'limdan iborat. Bulardan biri harakatlanish texnikasi bo'lsa, ikkinchisi to'pni boshqarish texnikasidir. Maydon o'yinchilari harakatlanish texnikasining yuqorida tahlil qilingan asosiy usullari, usul va turlarining barchasidan foydalanadilar. To'pni boshqarish texnikasiga quyidagi usullar guruhsi kiradi: zarba berish, to'pni to'xtatish, to'pni olib yurish, aldash harakatlari (fintlar), to'pni olib qo'yish.

Bundan tashqari, qo'lda bajariladigan spesifik usul – yon chiziqlarning birigi yog'idan to'pni tashlab berish ham to'pni boshqarish texnikasiga kiradi.

O'yin vaqtida qaysi usulning qancha miqdorda ijro etilishi futbolchilarning o'yindagi funksiyalariga bog'liq. Usullarni ijro etish sifati esa maydon o'yinchilarining hammasida yuksak darajada bo'lishi kerak.

4.5. To'pga zarba berish

To'pga zarba berish futbol o'ynashning asosiy vositasi hisoblanadi. To'pga oyoq bilan va kalla bilan turli usullarda zarba beriladi (7-rasm).

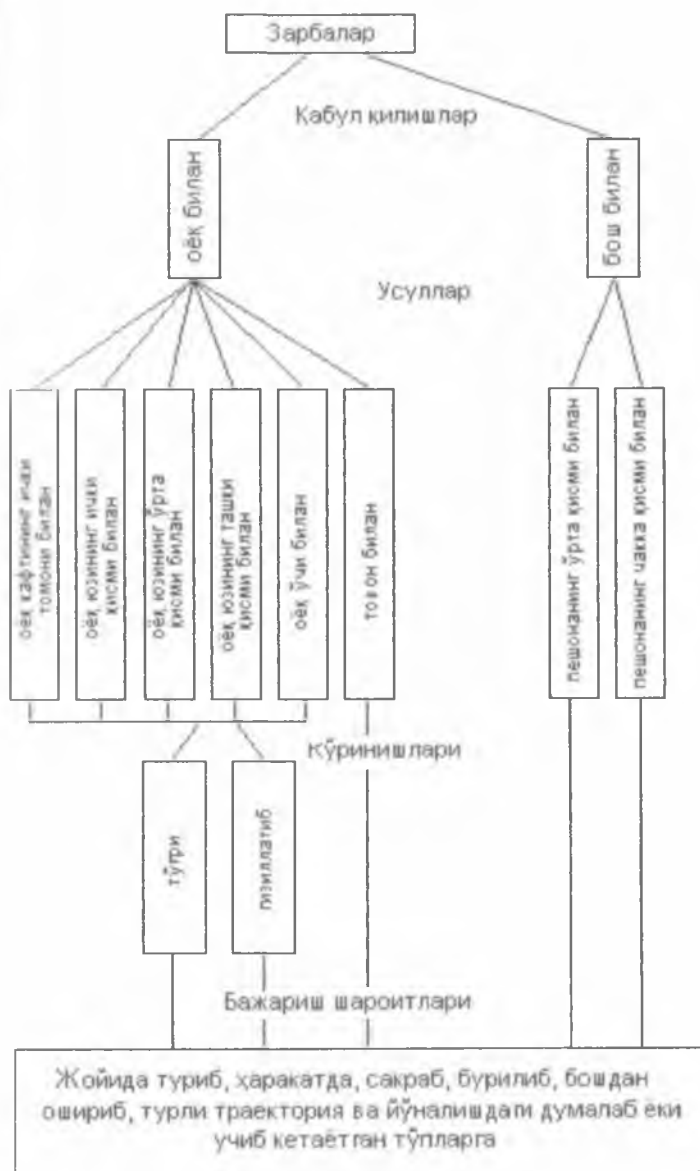
Zarba berishning barcha usullari muayyan maqsadga qaratilgan bo'lib, bu to'pning kerakli tracktoriya bo'ylab harakatlanishi va optimal tezligi bilan xarakterlanadi.

To'pning uchish tezligi zarba beruvchi bo'g'in 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 oshirishi kerak bo'ladi.

To'pga oyoq bilan zarba berish To'pga oyoq bilan zarba berish oyoq kaftining ichki tomoni bilan, oyoq yuzining ichki, o'rta va tashqi qismlari bilan, oyoq uchi bilan, tovon bilan bajariladi. Zarbalar harakatsiz to'rgan to'pga, shuningdek turli yo'nalishlarda dumalab va uchib kelayotgan to'pga turgan joydan, harakat vaqtida, sakrab turib, burilib, yiqila turib beriladi.

Oyoq bilan to'p tepish yo'llari juda xilma-xil bo'lishiga qaramay, ular texnikasini tizimli tuzilishi jihatidan tahlil qilish ko'p usullar uchun umumiy bo'lgan



7-рasm. То'pga zarba berish usullari tasnifiasosiy harakat fazalarini
«jratib ko'rsatish imkonini beradi.

Dastlabki faza – yugurib kelish. Yugurib kelishning uzun-qisqaligi, uning tezligi futbolchining individual xususiyatlari va taktik vazifalariga qarab belgilanadi.

Biroq har gal yugurib kelayotganda, to'pni oldindan o'ylab qo'yilgan oyoq bilan tepadigan qilib mo'ljal olish kerak.

Bunga eng so'nggidan bitta oldingi qadamni qisqartirib yoki uzaytirib erishsa bo'ladi. Yugurish qadamlarining o'rtacha uzunligi katta yoshli futbolchilarda 130-150 sm ga teng bo'ladi.

Yugurib kelish zarba beruvchi bo'g'inlar tezligini oldindan oshirib olishga yordam beradi.

Tayyorlanish fazasi – zarba beruvchi oyoqni orqaga silkish va tayanch oyoqni erga qo'yish. Yugurishning so'nggi qadami vaqtida ortki depsinishdan keyin juda muhim kichik faza ijro etiladi. Sonni anchagina, ba'zan esa maksimal darajada orqaga tortib tizzani bukish pirovardida keraklicha kuch bilan tepish imkonini beradi, chunki bunda oyoqning to'pgacha etib keladigan yo'li uzayadi va sonning oldingi yuzasi mushaklari tarang tortiladi.

Bundan tashqari, son anchagina orqaga tortilganda, harakatlantiruvchi mushaklarning hammasi ham cho'ziladi va keyingi bukish harakatida ishtirok etadi. Bularning hammasi harakat oxirida katta tezlikka erishish imkonini beradi.

Zarba beruvchi oyoqni orqaga tortishni to'g'ri bajarish uchun yugurib kelishda so'nggi qadamni sal uzaytirish kerak.

Bu qadam, odatda, boshqalaridan 35-45% uzun bo'lib, 200-250 sm ni tashkil etadi. Tayanch oyoq to'pdan o'ng yoki so'l tomonga qo'yiladi.

Ishchi faza - zarba berish harakati va surib borish.

Zarba berish harakati tayanch oyoqni erga qo'yish paytida sonni olg'a tomon faol bukishdan boshlanadi. Bunda son bilan bukilgan boldir orasida hosil bo'lgan burchak saqlanib turadi. Boldir bilan oyoq kaftining son harakatidan orqaroqda qolishi butun oyoqning og'irlik markazini tos-son bo'g'imi tomon yaqinlashtiradi, bu esa oyoqning aylanish teziligini oshirishga olib keladi. Zarba berish oldidan son sal tormozlanadi. Bunga sabab oyoqning massasi kichikroq qismi tezligini oshirish uchun unga kattaroq massali bo'g'indagi harakat miqdorini asta-sekin o'tkazib berish kerakligidir. To'pga boldir bilan oyoq kaftini shiddatli qilichdek harakatlantirib zarba beriladi.

Zarba berish paytida oyoqning to'piq bilan tizza bo'g'imini qotirib tutish kerak. Zarba beruvchi oyoqning «qattiq richagga» aylanishi zarba beruvchi to'pning massasini ko'paytirish imkonini beradi.

Zarba paytidagi o'zaro ta'sir boshlanishida oyoqning to'pga tekkan joyi to'pning shaklini o'zgartiradi–deformatsiyalaydi. Oyoq bilan to'pning birgalikda surilish tezligi nolga tenglashguncha to'p qisila boradi. Keyin elastik kuchlar to'p shaklini tiklaydi-da, to'pning tezligi muayyan miqdorga qadri keskin ortadi. Bu tezlik zarba berayotgan oyoqning zarba boshidagi tezligidan sal kamroq bo'ladi. Energiyaning bir qismi sarflangandan qolgan deformatsiyaga va qizdirishga ketadi.

Futbol to'pining elastik deformatsiyasi anchagina. Deformatsiya fazalari bilan shaklning tiklanishi 0,008- 0,013 sekundga yaqin davom etadi. Oyoq to'pga tegib turgan vaqtni mumkin qadar uzoqroq davom ettirish kerak. Chunki to'pning uchish tezligi berilgan kuch (F) bilan kuch ta'siri qancha vaqt (t) davom etganiga bog'liq. Shunday qilib, ishchi faza surib borish degan faoliyat bilan tugaydi. Bunda zarba beruvchi oyoq to'p bilan birga harakat qilib boradi. Surib borish kattaroq kuch impulsi (It) hosil qilish imkonini beradi va, o'z navbatida, bu to'pning uchish tezligini oshiradi. Bundan tashqari, to'pning harakat yo'nalishi ham ko'p jihatdan surib borish yo'nalishi bilan belgilanadi.

Yakunlovchi faza – keyingi harakatni boshlash uchun dastlabki holatga o'tish. Zarba berilgandan keyin oyoq yuqorilab, olg'a tomon harakatda davom etadi. Zarba paytida tayanch sathi ustida bo'lgan gavdaning og'irlik markazi o'qi

oyoq harakati tomonga ko'chadi.

Shu tariqa keyingi harakatlar uchun eng yaxshi sharoit vujudga keladi.

Oyoq bilan to'p tepishning ko'p usullariga bu singari harakat tuzilmasi xosdir. Yuqorida bayon etilgan talablarga qat'iy rioya qilish turli usullarda anchagina kuch bilan to'p tepish imkonini beradi. Biroq taktik mulohazalar ko'pincha harakat fazalarini bajarish vaqtini qisqartirish, amplituda va mushaklar kuchayishini kamaytirishni taqozo etadi. Bundan tashqari, to'p tepishning bir qancha usullari texnikasida ba'zi spesifik xususiyatlar ham bor.

4.6. To'p traektoriyasi xususiyatlari

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

Shunday zarba berish texnikasining ba'zi xususiyatlarini ko'rib chiqamiz (8-rasm). Yugurish boshlanadigan joy, to'p va mo'ljal taxminan bir chiziqda bo'ladi. Zarba beruvchi oyoqni orqaga tortish so'nggi yugurish qadamidagi ortki depsinish hisobiga bajariladi. Tepish harakati sonni oldinga bukish bilan bir vaqtda zarba beruvchi oyoqni tashqari tomon burishdan boshlanadi. Zarba berish paytida taranglashtirilgan oyoqning uchi tashqari tomon burilgan, uning kafti esa to'pning uchish yo'nalishiga nisbatan qat'iy oyoq uchi sal ko'tarilgan bo'ladi.



8-rasm. Oyoq kaftining ichki tomni bilan zarba berish to'g'ri bkrchak ostida joylashgan bo'lishi kerak.

Zarba berish oyoq kafti ichki sathining o'rtasi bilan amalga oshiriladi. Oyoqning zarba berish vaqtidagi holati surib borish vaqtida ham saqlanib qoladi.

Oyoq kaftining ichki tomoni bilan tepilganda, to'pga oyoqning kattaroq sathi tekkani uchun bunday tepish anchagina aniq bo'ladi. Biroq zarba beruvchi oyoqning orqaga tortilishi maksimal darajaga etmagani sababli, bu usulda

berilgan zarbaning kuchi boshqa usullardagiga nisbatan kamroq bo'ladi. Bu esa tos son bo'g'imining chekka holatdagi baquvvat paylari yozilayotganda son suyagi boshini bo'g'im chuqurchasiga siqib, sonning zarba berish harakati uchun

zarur bo'lgan supinatsiyasini yo'q qilib qo'yishi bilan bog'liq.

Oyoq yuzining ichki qismi bilan tepish «o'rtacha» va «uzun» uzoqlashlarda, darvoza bo'ylab «o'qdek» uzatib berishlar va hamma masofalardan nishonga tepish paytlarida qo'llaniladi (9-rasm).

Ma'zur tepishni bajarishda to'p va nishonga nisbatan 450 hosil qilib yugurib kelinadi. Yo'l qo'yish mumkin bo'lgan xususiy chetlanishlar 300 dan 600 gacha bo'lishi mumkin. Bunda zarba beruvchi oyog'ining orqaga tortilishi maksimal darajaga yaqin bo'ladi. Tizzasi sal bukilgan tayanch



9-rasm. Oyoq yuzining ichki qismi bilan zarba berish oyoq kaftining tashqi qismi erga 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'rta qismiga berish natijasida to'p past traektoriya bo'ylab uchadi.

Oyoq yuzining o'rta qismi bilan tepishni bajarish texnikasi ko'p jihatdan oyoq yuzining ichki qismi bilan tepishga o'xshaydi, lekin uni bajarish detallari bi oz farq qiladi (10-rasm).



10-rasm. Oyoq yuzining o'rta qismi bilan zarba berish

Yugurib kelish chizig'i, to'p va nishon taxminan bir chiziqda bo'ladi. Oyoqni orqaga tortish ham, zarba berish harakati ham qat'iyon sagittal (old-orqa) tekislikda bajariladi. Tayanch oyoqning to'pni to'pning yon tomoniga qo'yiladi – bunda oyoq bilan to'p baravarlashadi. Tepish harakati davomida to'p tayanch oyoq kafti tomonidan yumalab, uchiga ko'tariladi. To'p bilan tizza bo'g'imini birlashtirib turuvchi shartli o'q zarba paytida qat'iyon vertikal bo'ladi.

Bu holat surib borish vaqtida saqlanib koladi. To'p bilan oyoqning to'qnashish sathi kattagina ekani zarba berishni anchagina aniq bajarish imkonini beradi.

Yugurib kelish, oyoqni orqaga tortish va tepish bir tekislikda bajarilgani uchun harakat sistemasi biomexanika jihatidan kerakligicha ishlatiladi hamda boshqa usullardagiga nisbatan kattaroq kuch bilan tepiladi. Biroq oyoq yuzining o'rta qismi bilan tepilganda oyoq uchi maksimal darajada pastga tortilgan bo'lishini yodda tutish kerak.

Buning natijasida oyoq kafti erga tegib ketib, oyoq og'rishi va lat eyishi mumkin. Bu esa ehtiyot tormozlanish oqibatida ko'pincha harakat amplitudasining o'zgarishiga, zarba kuchining 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'rta va tashqi qismlari bilan tepishdagi harakatlar strukturasi o'xshash bo'lib, farqi shuki, bunda tepish harakati vaqtida boldir bilan oyoq kafti ichkari tomon buriladi (11-rasm).



11-rasm. Oyoq yuzining tashqi qismi bilan zarba berish

Oyoq uchida tepish kutilmaganda, tayyorgarlik koʻrmayturib, nishonga tepib qolish zarur boʻlib qolganda bajariladi. Bundan tashqari, bu tepish raqibdagi toʻpni tashlanib yoki shpagat qilib tepib yuborishda ancha samarali (12-rasm).



12-rasm. Oyoq uchi bilan zarba berish

Tepish paytida yugurib kelish ham, toʻp va nishon ham bir chiziqda boʻladi. Yugurib kelganda soʻnggi qadamdagi deqsinish, tepish uchun oyoqni tortish ham hisoblanadi. Tepish harakati tizza sal bukilgan tarang oyoqda bajariladi.

Tepish paytida oyoq uchi sal koʻtarilgan boʻladi. Oyoq uchining zarba beruchi sathi juda kam boʻlgani uchun bu usulda, ayniqsa toʻp yumalab kelayotgan boʻlsa, tepish unchalik aniq chiqmaydi. Tovon bilan tepish oʻyinda kamroq qoʻllaniladi. Buning sababi bajarishning murakkabligida, zarba kuchi va aniqligi juda kamligidadir. Bunday tepishning afzalligi esa uning raqib uchun kutilmaganligida.

Tayyorlov fazasi tayanch oyoqni toʻp yoniga qoʻyishdan boshlanadi. Oyoqni tortish uchun uni toʻp ustidan oldinga uzatiladi (13-rasm). Ishchi faza tepish oyoqni orqaga keskin harkatlantirish bilan bajariladi. Zarba berish paytida oyoq taranglashgan boʻlib, oyoq kafti erga parallel turadi.



15-rasm. Burilib zarba berish

Tayyorlov fazasida – to'p tomonga yugurishda qo'yilgan so'nggi qadamdagi depsinish zarba beruvchi oyoqning tortilishi bo'lib xizmat qiladi. Tayanch oyoq tizzasi sal bukilib, to'pning uchib ketishi mo'ljal qilingan tomonga

burilib, kaftning tashqi yoniga qo'yiladi. Gavda tayanch oyoq tomonga og'diriladi. Gavdani burish bilan birga oyoqning gorizontallikdagi tepish harakati boshlanadi. Surib borish tugagandan keyin, zarba beruvchi oyoq olg'a tomon harakatda davom etib, erga tayanch oyoq bilan chalishib tushadi.

Boshdan oshirib tepish kutilmaganda nishonga tepib qolish yoki boshdan oshirib orqaga to'p uzatib berish zarur bo'lib kolaganda, uchib kelayotgan va sakrab chiqqan to'pga zarba berishda oyoq yuzining o'rta qismi bilan bajariladi (16-rasm).



16-rasm. Boshdan oshirib zarba berish

Oyoqni tortish to'p tomonga yugurishda qo'yilgan so'nggi qadamdagi depsinish hisobiga bajariladi. Tayanch oyoq tovonidan boshlab oldinga qo'yiladi. Gavdaning olg'a harakati tormozlanib, endi bu harakat orqa tomon o'tadi. Zarba berish harakati oldinga, yuqoriga va orqaga tarzda bajariladi. Bu vaqtda tayanch oyoqda tovonidan oyoq uchiga o'tildi. Ozroqqina surib borilgandan keyin zarba beruvi oyoq pastga tushib, gavda to'g'rilanadi. Oyoq bilan to'p qancha pastroqda uchrashsa, to'pning uchish traektoriyasi shuncha baland bo'ladi. To'pni pastroq traektoriya bo'ylab yo'naltirish uchun to'p tayanch joy tepasida, o'yinchining boshi bilan baravar balandlikda bo'lganida tepish kerak. Yiqila turib boshdan oshirib tepish ham shunga yordam beradi. Gavda orqaga og'ganda, o'yinchi ikki qo'li bilan erga tushib, chalqancha yotib qoladi. Orqaga zarba berish harakati yiqilayotganda ko'nimliroq bajariladi. Yanada kuchliroq tepish uchun «qaychi» qilib sakrab, boshdan oshirib tepishdan foydalaniladi (17-rasm). Bunda bir oyoqda depsinib, tushib kelayotgan to'p tomon sakraladi.

Depsinuvchi oyoq yuqoriga harakatlandi. Gavda orqaga og'a boshlaydi. Keyin depsinish oyog'i zarba beruvchi bo'lib, yuqoriga keskin ko'tariladi. Depsinuvchi oyoq esa pastga tushadi. Gavda gorizontol holatda ekanida to'p orqaga tepiladi. Oldin ikki qo'l, keyin ko'rak erga tegadi.



17-rasm. Boshdan oshirib qaychisimon zarba berish



18-rasm. Yarim uchish holatida zarba berish

Endigina sapchigan to'pni tepish, odatda, u erdan salgina sapchigan zahoti bajariladi. Bunday tepishni oyoq yuzining o'rta va tashqi qismi bilan bajargan ma'qul (18-rasm). Bunda to'p erga tushadigan joyni to'g'ri mo'ljallab, tayanch oyoqni mumkin qadar shu joyga yaqinroq qo'yish juda muhim. Zarba berish harakati to'p erga tekkungacha bo'lgan paytdan boshlanadi. Zarbaning o'zi esa bevosita to'p erdan sapchib qaytgan zahoti beriladi. Zarba paytida boldir qat'iyon vertikal, oyoq kafti maksimal bukilgan (oyoq uchi pastga qarab cho'zilgan) bo'ladi. Surib borish vaqtida ham oyoqning shu holatini saqlash kerak, bu past tarektoriyali qilib tepish imkonini beradi. Agar tayanch oyoq to'p chizig'idan anchagina oraliqda qo'yilgan bo'lib, «qiyin» to'p tepiladigan bo'lsa, ana shu shartga rioya qilish ayniqsa muhim.

To'pga bosh bilan zarba berish

Bu texnik usul o'yindagi muhim vosita hisoblanadi. To'pga kalla qo'yish o'yin jarayonida yakunlovchi zarba berishda ham, sheriklariga to'p oshirishda ham qo'llaniladi. Peshona bilan zarba berish va shuning variantlari bu usuldagi eng ko'p foydalaniladigan usullardir. Ammo o'yin vaziyatlari shunchalik ko'p, to'pning yo'nalishi, taektoriyasi va tezligi shu qadar xilma-xilki, o'yin jarayonida kalla bilan zarba berishning asosiy usuli variantlarini ishlatish imkoniyati bo'lmaydigan paytlar ham uchrab turadi. Bunday paytlarda chakka bilan, ensa bilan, boshning tepa qismi bilan zarba berish usullari ancha samara beradi.

Biroq bunday zarbalar kamdan-kam qo'llaniladi, shuning ularni maxsus qarab chiqmaymiz. Kalla bilan to'pga zarba berish tayyorlov, ishchi va yakunlovchi fazalarni o'z ichiga oladi. Tayyorlov fazasi – kallani orqaga

tortiladi. Duni bajarish uchun gavda bilan kalla orqaga tortiladi. Bunda gavdani muhtaj bo'lgan antagonist-mushaklar cho'ziladi. To'p o'yinchining nazaridan pastda qolmasligi, boshni esa orqaga juda tashlab yubormaslik kerak.

Ishchi faza – zarba beruvchi harakati va surib borish.

Zarba beruvchi harakatni bajarish gavdani keskin rostlashdan boshlanadi. Bevosita zarba berish gavda bilan kalla frontal tekislikda o'tayotgan paytda bo'lgani ma'qul. Ana shu holatda kalla harakati eng katta tezlikka erishgan bo'lib, bu kuchli kalla urish imkonini beradi.

Yakunlovchi faza – keyingi harakatlar uchun dastlabki holatga o'tishaydi. Surib borish tugagandan keyin gavda harakati tormozlandi. Oldinga tomon juda engashib ketish yaramaydi, chunki kalla urgandan keyin boshqa harakat va holatlarga tayyor turish kerak bo'ladi. Peshona bilan zarb berishda kallani old-orqa tekislikda anchagina orqaga tortish katta kuch bilan kalla urish imkonini beradi. Shunda uchib kelayotgan to'pni, mo'ljal qilinadigan nishonni ko'rib turish mumkin, bu esa muayyan darajada zarba aniq chiqishiga sabab bo'ladi.

O'yindagi vaziyatga qarab peshona bilan zarba berish- ning ikki xil varianti qo'llaniladi: sakramay zarba berish va sakrab zarba berish.

Sakramay peshona bilan zarba berishdagi dastlabki holat kichikroq (50-70 sm) odimlab tik turishdir. Kallani orqaga tortishda o'yinchi gavdasini orqaga engashtiradi, orqadagi oyog'ini bukib, gavda og'irligini shu oyoqqa o'tkazadi. Qo'llar tirsakdan sal bukilgan bo'ladi (19-rasm).

Zarba berish harakati orqada turgan oyoqni to'g'rilash va gavdani rostlashdan boshlanib, kallaning olg'a tomon keskin harakati bilan tugallanadi.

Gavdaning og'irligi oldindagi oyoqqa o'tkaziladi. Sakrab peshona bilan zarba berish bir oyoq yoki ikki oyoqda deysinib, yuqoriga qarab bajariladi (20-rasm).



19-rasm. Peshonaning o'rtasi bilan zarba berish



20-rasm. Sakrab turib peshonaning o'rtasi bilan zarba berish

Sakrash zarbaning tayyorlov fazasi bo'ladi. Tirsagi salbukiladi va qo'llar ko'krakkacha shiddat bilan ko'tariladi, bu esa pirovardida sakrash bilandligini oshirishga yordam beradi. Depsingan zahoti kalla orqaga tortiladi – gavda orqaga engashtiriladi. Zarba berish harakati sakrash eng yuqori nuqtaga etganda yoki sal oldinroq boshlanadi.

To'pning uchib kelayotgan tarektoriyasi bilan sakrashni aniq mo'ljal qilish kerak. To'pga zarba berishni sakrashning eng yuqori nuqtasida va gavda bilan bosh frontal tekislikdan o'tayotgan paytda bajarish lozim.

Yerga oyoq uchida tushiladi, amortizatsiya bo'lsin uchun oyoqlar sal bukiladi.

Burilib peshona bilan zarba berish to'pning uchish traektoriyasini o'zgartirish kerak bo'lganda qo'llaniladi (21-rasm).

Bu usul bilan sakramay zarba berganda orqaga engashiladi va ayni vaqtda gavda zarba mo'ljal qilingan tomonga (ko'pincha 900 gacha) buriladi. 30-50 sm oraliqda bir-biriga parallel turgan oyoqlar ham gavda bilan birga buriladi. Oyoqlar uchida burilish qulayroq. Shunda sakramay peshona bilan



21-rasm. Burilib peshonaning o'rtasi bilan zarba berish

zarba bergandagi singari holat yuzaga keladi. Shuning uchun bu zarbaning huzurlari ham, ularga bo'lgan talablar ham yuqorida ko'rgan usulimizda qanday bo'lsa shunday. Sakrab turib burilib zarba berishda depsingan zahoti butun gavda zarba beriladigan tomonga burilib, ayni vaqtda gavdaning yuqori qismi orqaga engashadi. Shundan keyingi harakatlar sakrab peshona bilan zarba bergandagi singari bo'ladi.

Chakka bilan zarba berish to'p o'yinchining yon tomonidan uchib kelyotgan bo'lib, burilib peshona bilan zarba berishning iloji bo'lmaganda bahlatiladi. Bu usul bilan sakramay zarba berishda dastlabki holat oyoqlarni kerib (30-50 sm) tik turishdir. Agar to'p chap tomondan kelyotgan bo'lsa, zarba berishga chog'lanish uchun gavda o'ng tomonga engashtiriladi (22-rasm). Bunda o'ng oyoqning to'piq va tizza bo'g'imlari bukiladi. Gavda og'irligi shu oyoqqa o'tkaziladi. Bosh to'p tomonga buriladi. Zarba berish harakati oyoqni yozib va gavdani rostlashdan boshlanadi.

Gavda og'irligi chap oyoqqa o'tkaziladi. Zarba berish peshonaning o'ng joyiga to'g'ri keladi. Sakrab zarba berishning tayyorlov fazasida depsingandan keyin zarba berishga chog'lanish uchun gavda frontal tekislikda nishonga qarshi tomonga engashtiriladi.



22-rasm. Peshonaning yon tomoni bilan zarba berish



23-rasm. Sakrab turib peshonaning yon tomoni bilan zarba berish

Zarba berish harakati oldin cho'zilgan mushaklarni keskin qisqartirish hisobiga bajariladi. Zarba sakrashning eng yuqori nuqtasida beriladi (23-rasm).

Yiqila turib to'pga kalla bilan zarba berish harakatlari kalla bilan zarba berishdagi yuqorida tasvirlangan harakatlardan butunlay farq qiladi (24-rasm).



24-rasm. Yiqila turib bosh bilan zarba berish

Zarbaning tayyorlov fazasi deqsinish va uchishning kichik fazasi hisoblanadi. Yugurib kelishning so'nggi 3-4 qadamida gavda bir qadar oldinga qamab boradi. Depsinish to'p bilan to'qnashish kutilgan tomonga bir oyoqda qaratiladi. O'yinchi erga pallel uchib boradi. Qo'llar tirsakdan bukilgan. To'pning harakati nazarda tutiladi. Zarba berilganda, futbolchining massasi to'pning tezligi to'pga o'tadi. Zarba peshona bilan yoki chakka bilan beriladi.

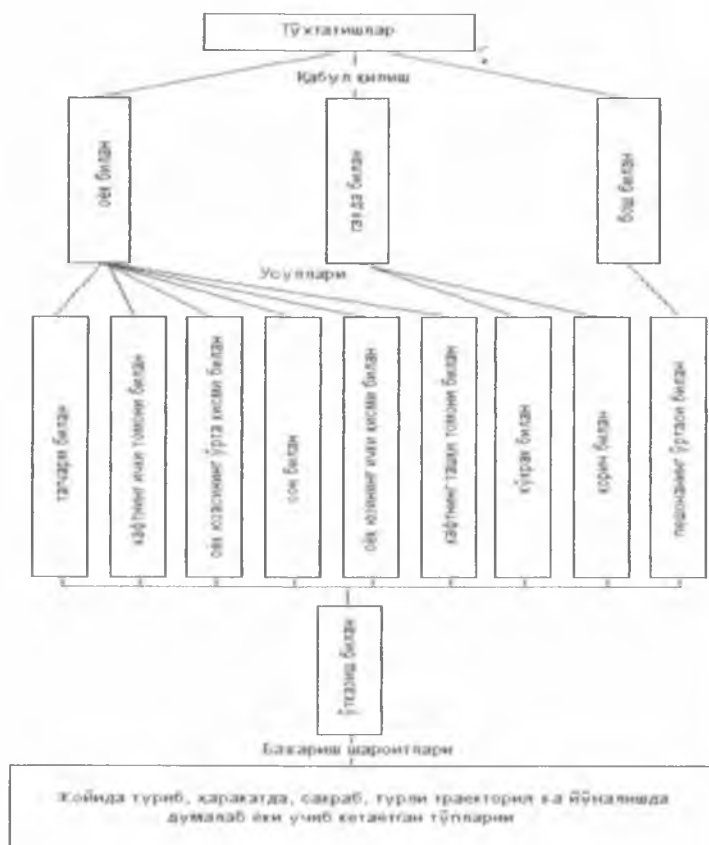
Peshona bilan zarba berishda gvdaning uchish yo'nalishi bilan zarba berishni nishoni bir chiziqda bo'ladi. Chakka bilan zarba berishda to'p ko'pincha atqanib ketib, uning traektoriyasi butunlay o'zgarib qolishi mumkin.

Yakunlovchi faza erga tushish bo'lib, bunda o'yinchi sal bukilgan tarang qo'llarga tiralib tushadi. Qo'llar amortizatsiya qilib bukiladi-da, keyin ko'krakdan qorin, oyoqqa yumalab o'tiladi. 60-100 sm balandlikda uchib ko'boyotgan to'pga yiqila turib kalla bilan zarba bersa bo'ladi. To'pga etish qiyin bo'lib, boshqa texnik usul va usullardan foydalanish mushkul bo'lib bo'lganda, ana shu usul ancha samarali bo'ladi.

4.7. To'pni to'xtatish texnilasi

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 yoki uchib kelayotgan to'pning tezligini so'ndirishdan iborat.

«To'pni to'xtatish» terminini 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, futbolchining to'pni butunlay to'xtatib olmay, balki uni keyingi harakatlarni bajarish uchun moslab olishini nazarda tutamiz.



25-rasm. To'pni to'xtatish usullari tasnifi

To'p oyoq bilan, gavda va kalla bilan to'xtatiladi. To'xtatishlarning tasnifi 25-rasmda berilgan. To'pni oyoq bilan to'xtatish – eng ko'p qo'llaniladigan

texnik usul. Uni turli usullarda bajariladi. Harakatning asosiy fazalari hamma usullar uchun umumiy. Tayyorlov fazasi – dastlabki holatda turib olish. Bu faza bir oyoqqa tayangan holat bilan ifodalanadi. Turg'unlik bo'lsin uchun gavda og'irligi sal bukilgan tayanch oyoqqa tashlanadi. To'xtatuvchi oyoq to'p tomon uzatilib, uning yuzasi to'pga qaratiladi.

Ichki faza bir oz bo'shashtirilgan to'xtatuvchi oyoq bilan so'ndiruvchi harakat qilishdan iborat. Amortizatsiyalovchi yo'lining uzun-qisqaligi to'p harakatining tezligiga bog'liq. Agar tezlik katta bo'lmasa, to'p bo'shashtirilgan oyoq bilan so'ndiruv harakatisiz to'xtatiladi. To'xtatuvchi yuza to'p bilan to'qnashgan paytdan orqaga harakat bir oz sekinlatib boriladi, to'pning tezligi so'ndiriladi.

Yakunlovchi faza – keyingi harakatlar uchun kerakli dastlabki holatga o'tish. Og'irlik markazining o'qito'xtatuvchi oyoq bilan to'p tomonga o'tkaziladi. To'xtatgandan keyin ko'proq zarba berish yoki to'p bilan birga harakatlanish bajariladi. Oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'p to'xtatish dumalab 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 yuqori bo'ladi.

Dumalab kelayotgan to'pni to'xtatish uchun dastlabki holat – to'p tomonga qarab turish (26-rasm). Gavdaning og'irligi sal bukilgan tayanch oyoqda. To'xtatuvchi oyoq olg'a tomon uzatiladi Oyoq kafti tashqariga 900 buriladi. Oyoq uchi sal ko'tarilgan bo'ladi.



26-rasm. To'pni oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'xtatish

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

Pastlab, ya'ni tizza baravar uchib kelayotgan to'plarni to'xtatishdagi harakatlar dumalab kelayotgan to'plarni to'xtatishdagi harakatlardan unchalik farq qilmaydi. Biroq, past uchib kelayotgan to'pni to'xtatadigan oyoq tiyyorlov

fazasida bukilib, to'p balandligiga qadar ko'tariladi. Balandlab uchib kelayotgan to'plar sakrab to'xtatiladi (27-rasm). Bir yoki ikki oyoqda depsinib, yuqoriga sakraladi.

To'xtatuvchi oyoqning tos-son va tizza bo'g'imlari qattiq bukiladi. Oyoq kafti tashqari tomonga buriladi. To'p to'xtatilgandan keyin bir oyoqda erga tushiladi. Tagcharm bilan to'p to'xtatish dumalab kelayotgan va pastga tushayotgan to'plarni to'xtatishda qo'llaniladi.

Aylanib kelayotgan to'pni to'xtatishdagi dastlabki holat – to'p tomonga qarab turish, gavdaning og'irligi tayanch oyoqda. To'p yaqinlashib kolganda, to'xtatuvchi oyoq tizzadan sal bukilib, to'p tomonga uzatiladi. Kaftining uchi 300-400 yoziq

bo'ldi. Tovon er yuzasidan 5-10 sm yuqoriroqda turadi.



27-rasm. To'pni sakrab turib oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'xtatish

Pastga tushib kelayotgan to'pni tagcharm bilan bilan to'xtatish uchun uning erga tushadigan joyini aniq mo'ljal qila bilish kerak. To'xtatuvchi oyoq tizzadan bukilib, to'p tushadigan joy tepasiga keltiriladi, oyoqning uchi sal ko'tarilgan, ammo oyoqning o'zi bir oz bo'shashtirilgan bo'lishi kerak (28-rasm).

To'pni u erga tekan paytda to'xtatish mumkin. Bunda oyoq kafti to'pni erga qisib koladi. Oyoq yuzi bilan to'p to'xtatish keyingi yillarda keng tarqalgan bo'lib, harakat tizimi aniq idora qilishni talab etadi. To'xtatuvchi yuza, ya'ni oyoqning yuzi anchagina qattiq va o'lchami kichik bo'lgani sababli, harakat tuzilmasida salgina adashish yoki to'pning traektoriyasi 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 traektoriyasi past to'pni to'xtatishda to'son va tizza bo'g'imlarida taxminan 900 bukilgan to'xtatuvchi oyoq oldinga uzatiladi. Uning uchi ham bukilgan. To'p bilan oyoq yuzi to'qnashgan paytda orqaga amortizatsiyalovchi harakat qilinadi. To'xtatuvchi sath oyoq yuzining o'rta qismiga to'g'ri keladi.

Baland traektoriyali tushib kelayotgan to'pni to'xtatishda to'xtatuvchi oyoqning kafti erga parallel turadi. To'p oyoq yuzining pastki qismiga tushiriladi. Pastlatib orqaga tomon so'ndiruvchi harakat qilinadi (29-rasm).



29-rasm. To'pni oyoq yuzi bilan to'xtatish

Son bilan to'p to'xtatish hozirgi futbolda ko'p qo'llaniladi. Buning sababi shundaki, tushib kelishdagi traektoriyasi 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 usul hisoblanadi. Layyorlov fazasida son oldinga chiqariladi (30-rasm).



30-rasm. To'pni son bilan to'xtatish

Tushib kelayotgan to'pga nisbatan son to'g'ri burchak hosil qilib turishi kerak bo'lgani uchun, uning bukilish burchagi uchib kelayotgan to'pning traektoriyasiga bog'liq. To'p sonning o'rta qismiga tegadi. Pastlatib orqaga tomon so'ndiruvchi harakat qilinadi.

O'tkazib yuborib to'p to'xtatish. Hozirgi futbolda to'pni o'tkazib yubormay to'xtatish tobora kam qo'llanilmoqda, chunki unda o'yin sur'ati sekinlashadi-da, o'yin vaziyatidan yaxshiroq foydalanish uchun qo'shimcha harakatlar qilish kerak bo'ladi. O'yindagi ba'zi holatlar o'yinchidan to'pni o'tkazib yubormay to'xtatishni talab qiladigan vaziyatlar ham, so'zsiz, uchrab turadi. Biroq zamonaviy futbol to'pni hali to'xtatmasdan oldin futbolchi keyin qanday harakat qilishi haqida bir qarorga kelib olishi bilan harakterlanadi. Ayni shu o'tkazib yuborib to'xtatish dumalab yoki uchib kelayotgan to'pning tezligini so'ndiribgina kolmay, balki uning yo'nalishini kerakli tomonga o'zgartirish, keyingi harakatlarga qulayroq tayyorlanib olish imkonini beradi.

To'pni ko'pincha yon tomonga yoki orqaga o'tkazib olinadi.



31-rasm. To'pni oyoq kaftining ichki tomoni bilan orqaga o'tkazish

Harakat xususiyatlarini oyoq kaftining ichki tomoni bilan orqaga to'p o'tkazish misolida ko'rib chiqamiz (31-rasm). To'xtatuvchi oyoq dumalab yoki uchib kelayotgan to'pni tayanch oyoqdan oldinda kutib oladi. Bunda orqaga maksimal so'ndiruvchi harakat qilinadi. Gavda tayanch oyoq uchida 1800 orqaga buriladi.

Tezligi anchagina kamaygan to'p harakatda davom etadi. Gavda oldinga qaytishib, og'irlik markazining o'qi o'yinchining nazaridan chetda kolmagan to'pning harakati tomonga o'tadi. To'pni yon tomonga o'tkazib olishda orqaga o'ngroq tomonga so'ndiruvchi harakat qilinadi. Futbolchi taxminan 900 buriladi. Bunda to'pning tezligi so'nibgina qolmay, balki uning yo'nalishi ham o'zgaradi.

Boshqa usullar bilan to'p o'tkazib olishdagi harakatlar birmuncha o'xshashdir. Oyoq yuzining ichki qismi bilan to'p o'tkazish. Bu usul bilan ko'pincha yon tomonga yoki orqaga to'p o'tkaziladi. Dastlabki holat – tushib kelayotgan to'p tomonga yarim burilib turish. To'pga yaqinroq turgan to'xtatuvchi oyoq tizzadan sal bukilgan bo'lib, yon tomonga, to'p qarshisiga uzatiladi. To'p yaqinlasha boshlaganda, oyoq uning ketidan harakat qilaveradi. To'p erdan sapchish paytida unga etib olib, oyoq kafti bilan uni bosib tushish kerak. Bo'shashtirib turilgan oyoq kaftiga kelib tekkan to'pning harakati anchagina sekinlashadi. To'xtatuvchi oyoq to'p ketidan harakatda davom etadi, gavda to'p tomonga buriladi.

Oyoq yuzining tashqi qismi bilan to'p o'tkazish.

Dastlabki holat – tushib kelayotgan to'p tomonga qarab olish (32-rasm). To'xtatuvchi oyoq oldinga uzatiladi. Oyoq kafti tashqariga buriladi. O'yinchining holati oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'p to'xtatgandagi singari bo'ladi. Bu usulda to'p o'tkazib yuboriladi-da, sapchish paytidagi to'pni oyoq yuzi tashqi qismi bilan bosib tushadigan qilib oyoq to'p ketidan orqaga harakatlantiriladi. Gavda tayanch oyoq uchi bilan tezligi ancha kamaytirilgan to'pning keyingi harakati tomon buriladi.



32-rasm. To'pni oyoq yuzining tashqi qismi bilan o'tkazish

Ko'krak bilan to'p to'xtatish. Bunda ham to'pni to'xtatish amortizatsiya va so'ndiruvchi harakatga asoslangan bo'ladi. Harakat strukturasi uch fazali ekani ko'krak bilan to'p to'xtatishga xos xususiyatdir. Tayyorlov fazasida to'pni to'xtatish uchun qulay holatda mana bunday turib olinadi: futbolchi to'p tomonga qarab oladi; oyoqlar kerilgan yoki kichikroq qadam (50-70 sm) kengligida ochilgan holatda; ko'krak sal oldinga olingan, qo'llar tirsagi sal bukilib, past tushirilgan. Ishchi faza so'ndiruvchi harakat bilan ifodalanadi. To'p yaqinlashib kelganda gavda orqaga tortilib, elka bilan ikki qo'l oldinga chiqariladi. Yakunlovchi fazada og'irlik markazi o'qi to'p bilan harakat qilish mo'ljallangan tomonga o'tkaziladi.

Ko'krak balandligida uchib kelayotgan hamda turli traektoriyada pastga tushib kelayotgan to'plarnigina ko'krak bilan to'xtatsa bo'ladi. Turli traektoriyada uchib kelayotgan to'plarni to'xtatishdagi harakat mexanizmi asosan bir xil bo'lib, ayrim detallardagina farq bor. Ko'krak balandligida kelayotgan to'pni to'xtatishda o'yinchi ko'pincha oyoqlarini kichikroq qadam kengligida ochib, tik turadi, gavdaning og'irligi oldinda turgan oyoqqa tushadi. So'ndiruvchi harakat qilganda, gavda og'irligi orqadagi oyoqqa o'tkaziladi.

Pastga tushayotgan to'pni to'xtatishda gavda orqaga tortiladi (33-rasm). Og'ish burchagi to'pning uchish traektoriyasiga bog'liq (ko'krak tushib kelayotgan to'pga nisbatan to'g'ri burchak hosil qilishi kerak). Ko'krak bilan to'p to'xtatishdagi amortizatsiya yo'li qisqa bo'lgani sababli, to'pning tezligi va traektoriyasini juda aniq mo'ljallay bilish hamda so'ndiruvchi harakatni o'z vaqtida bajarish lozim.



33-rasm. To'pni ko'krak bilan to'xtatish



34-rasm. Yuqoridan tushayotgan to'pni ko'krak bilan to'xtatish

Orqaga to'p o'tkazishning ikki xil xususiyatini ko'rib chiqamiz. Ko'krakning o'rta qismi bilan to'p o'tkazish uchun orqaga engashish va ozgina so'ndiruvchi harakat qilish kerak. Shunda to'p ko'krakning o'rta qismiga tegib, boshdan oshib ketadi. O'yinchi 1800 burilib, to'pni egallab oladi.

Samaraliroq usul – ko'krakning o'ng (chap) qismi bilan to'p o'tkazish (34-rasm). Bunda gavdaning o'rniga qarab o'ng yoki chap tomonga burish hisobiga so'ndiruvchi harakat qilinadi. To'xtatuvchi qism bo'shashtirib tutilgan ko'krak mushaklariga to'g'ri keladi. Tezligi anchagina kamayib qolgan to'pni o'yinchi 1800 burilib, diqqat qilib kuzatadi.

Yon tomonlarga (o'ngga yoki chapga) o'tkazish ham shu tarzda bajariladi.

Kamroq so'ndiruvchi harakat qilish (400-600 burilish) to'pni to'xtatishgina emas, balki uning traektoriyasini o'zgartirish imkoniyatini ham beradi.

Baland uchib kelayotgan to'pni sakrab ko'krak bilan to'xtatiladi. To'p yuqinlashib qolganda, bir oyoqda yoki ikki oyoqda deysinib yuqoriga sakraladi. So'ndiruvchi harakatni sakrashning eng yuqori nuqtasiga etgandan boshlab, qaytib tushayotganda tugallash kerak.

To'pni ko'krak bilan to'xtatish o'yinda tez-tez qo'llaniladigan, samarali texnik usul bo'lsa ham koordinatsiya jihatidan murakkab harakatlar qatoriga kiradi va nihoyatda jiddiy mashq qilishni talab etadi.

To'pni kalla bilan to'xtatish. Bu texnik usul o'yinda kam qo'llaniladi, chunki uning ijrosi qiyin, kolaversa ishonchliligi boshqa usul va usullarga qaraganda juda kam.

To'xtatuvchi qism ko'proq peshonaga to'g'ri keladi. Peshona suyaklari qattiq bo'lgani uchun so'ndiruvchi harakat hisobigagina amortizatsiya qilinadi. Bu esa ishonchlikni kamaytiradi. Biroq, qiyin bo'lishiga qaramay, to'pni bosh bilan to'xtatishni o'zlashtirib olish nihoyatda zarur.

Bo'y baravar uchib kelayotgan va turlicha traektoriyada tushib kelayotgan to'plarni peshona bilan to'xtatsa bo'ladi. To'p bo'y baravar uchib kelayotgan bo'lsa, o'yinchi kichikroq qadam tashlab to'p tomonga qarab oladi (35-rasm).

Gavda og'irligi oldindagi oyoqda. Gavda bilan bosh taxminan tayanch oyoq darajasiga qadar oldinga chiqarilgan bo'ladi. To'p yaqinlashayotganda, gavda bilan kalla orqaga tortiladi. Gavdaning og'irligi orqadagi oyoqqa o'tkaziladi.



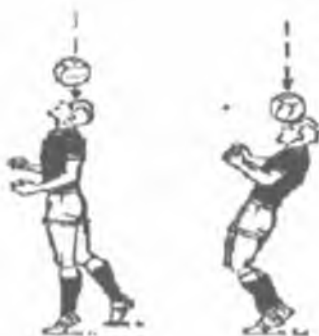
35-rasm. To'pni ko'krak bilan o'tkazish

Tushib kelayotgan to'pni to'xtatish uchun dastlabki holatda oyoqlar orasini elka kengligida kerib yoki kichikroq qadam tashlab, oyoq uchida to'g'riga qarab turiladi (36-rasm).

Bosh orqaga tashlanib, peshona to'p tomonga qaratiladi.



36-rasm. To'pni bosh bilan to'xtatish



37-rasm. Yuqoridan tushayotgan to'pni bosh bilan to'xtatish

O'yin jarayonida shunday vaziyatlar yuzaga kelib qoladiki, unda bulandlab kelayotgan to'plarni sakrab kalla bilan to'xtatish kerak bo'ladi. Bu holda yuqoriga sakrash tayyorlov fazasi bo'lib, uni bir yoki ikki oyoqda deysinib bajariladi. Sakrashni shunday mo'ljallash kerakki, bunda kalla bilan to'pning to'qnashishi sakrashning eng yuqori nuqtasiga to'g'ri kelsin. To'p kallaga (peshonaga) tegadigan paytda kallani ichga tortish hisobiga so'ndiruvchi harakat qilinadi. Keyingi amortizatsiya o'yinchi pastga quyelayotgan va erga tushayotgan vaqtda bo'ladi.

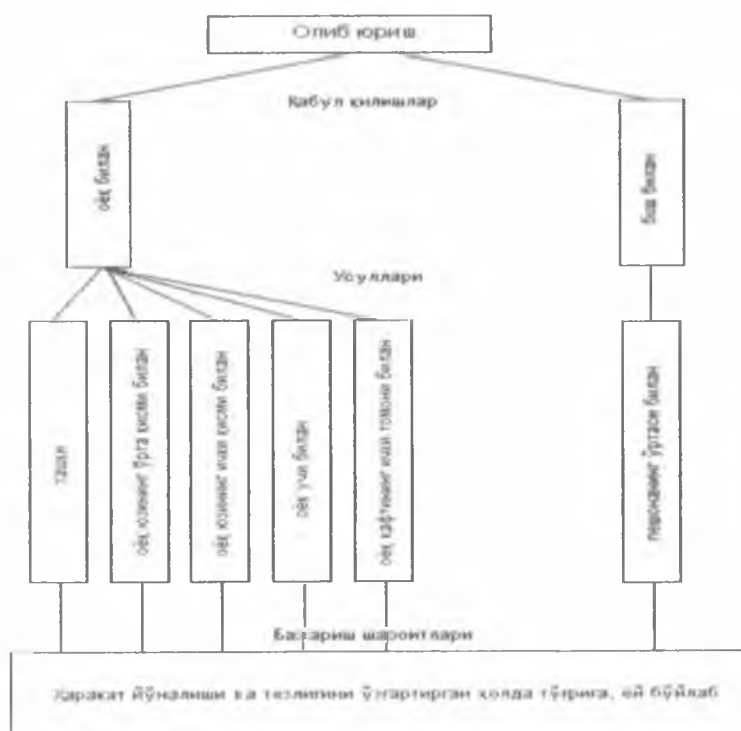
Peshona bilan yana asosan yon tomonlarga to'p o'tkazish ham mumkin. Lekin buni ijro etish nihoyatda qiyin. O'ngga yoki chapga to'p o'tkazishda so'ndiruvchi harakat qilinishiga qolmay, balki gavda to'p o'tkaziladigan tomonga buriladi ham.

4.8. To'pni olib yurish

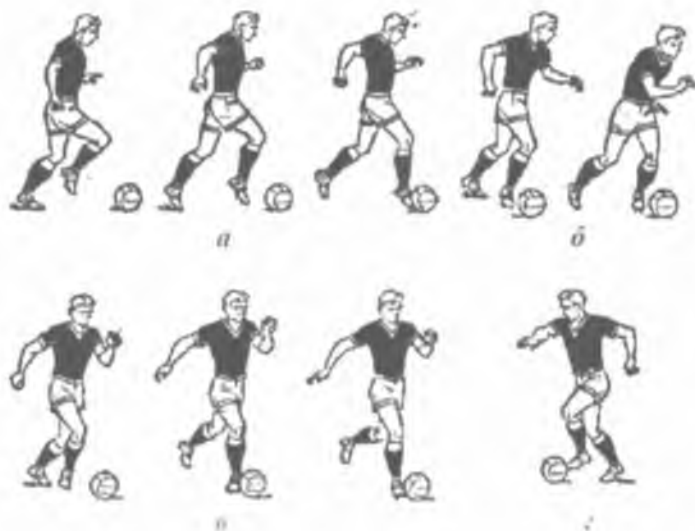
To'pni olib yurish yordamida o'yinchi har xil joyga ko'chib yurishi mumkin. Bunda to'p doim o'yinchi nazoratida bo'ladi. To'p olib yurishda yugurib, (ba'zan yurib) to'pga turli xil zarba beriladi. Zarba berish ketma-ket va turli maromda, oyoq bilan yoki kalla bilan ijro etiladi. To'p olib yurishning tasnifi 38-rasmda 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 borish o'rinli bo'ladi. Masalan, son yoki kalla bilan to'p olib yurish jihatdan noo'rin. Lekin o'yinda ko'pincha shunday vaziyatlar yuzaga kelib qoladiki, unda to'pni oldin bir necha marta kallada 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 usuli yugurish 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 vazifalardan kelib chiqib to'pga har xil kuch bilan zarba beriladi. Kattaroq masofani tez bosib o'tish kerak bo'lsa, to'pni o'zidan 10-12 m uzoqlashtirib yuguriladi. Bunda raqib qarshilik ko'rsatsa, to'pni oldirib qo'yish mumkin. Shuning uchun to'pni uzluksiz nazorat qilib borish va 1-2 m dan ortiq uzoqlashtirib yubormaslik kerak.



Ko'rilgan ikkala holda ham zarba berish uchun maxsus silkinish harakatlarini qilishning zarurati yo'q. Orqadagi oyoqda deysinish zarba berish uchun tayyorlov fazasi bo'ladi. Tayanch oyoq to'pning yonginasiga qo'yiladi. Silkinuvchi oyoq to'p tomon harakat qilib zarba beradi.



To'p olib yurishning o'yinda eng ko'p qo'llaniladigan bir necha turi bor. Ular bir-biridan zarba berish usuli bilangina farq qiladi (39-rasm).

tashqiqismi bilan, v – oyoq kaftining ichki tomoni bilan, g – oyoq uchi bilan

oyoq yuzining o'rta qismi bilan va oyoq uchi bilan to'p olib ketilayotganda asosan to'g'ri chiziqli harakat qilinadi. Oyoq yuzining ichki qismi bilan to'p olib yurish yoy bo'ylab harakatlanish imkonini beradi. Oyoq kaftining ichki tomoni bilan to'p olib yurishda harakat yo'nalishini keskin o'zgartirish mumkin. Oyoq yuzining tashqi qismi bilan to'p olib yurishni universal usul deb hisoblasa bo'ladi. Bu usul to'g'ri chiziqli harakat qilish, yoy bo'ylab harakatlanish va yo'nalishni o'zgartirish imkonini beradi. Sakrab borayotgan to'pni olib yurishda oyoq yuzining o'rta qismi bilan yoki son bilan zarba berib boriladi. Bu ikki usulda to'pni erga tushirmay olib yurish mumkin.

«Qochib qolish» finti. Turli usullarda bajariladigan bu texnik usul harakat yo'nalishini to'satdan va tez o'zgartirish prinsipiga asoslangan. O'yinchi tayyorlov bosqichida muayyan yo'nalishda raqibdan qochib qolmoqchi bo'lganday harakat qiladi. Raqib ham shu tomonga intilib, uning o'tmoqchi bo'lgan zonasini to'sib chiqmoqchi bo'ladi.

O'yinchi asl niyatini amalga oshirish bosqichida tezda harakat yo'nalishini o'zgartirib, to'pni qarama-qarshi tomonga olib qochadi. Qochib

qiladigan aldash harakatlari ko'pincha oyoqlarni yarim bukib bajariladi, chunki bu hol harakat amplitudasi keng bo'lishini, demak, raqib ancha chetda qolishini, shuningdek, harakat yo'nalishini tez o'zgartirishini ta'minlaydi.

Tashlanib «qochish». Raqib oldindan hujum qilganida, o'yinchi uning o'ng yoki chap tomonidan o'tib ketmoqchidek harakat qiladi. Futbolchining chap tomonga qochish arakatini qilib, o'ng tomonga qochib kolishi jarayonini ko'rib chiqamiz. O'yinchi raqibga 1,5-2 m cha qolganda o'ng oyog'ida deqsiniib, oldinga – chapga ila odim bilan tashlanadi. Lekin og'irlik markazi o'qlning proeksiyasi tayanch sathga etib bormaydi. Bunda muvozanat qandaydir omonatroq bo'lib qolsa ham, uning shundan keyingi harakatga yordamni tegadi. Raqib uning o'tib ketish zonasini to'smoqchi bo'lib, tashlanish tomoniga o'tadi. Shunda fint qilayotgan o'yinchi o'ng tomonga bilan qadam tashlaydi. To'pni o'ng oyoq yuzining tashqi qismi bilan oldinga – o'ng tomonga yo'naltiradi. Oyoqni to'p ustidan o'tkazib «qochish». Bu fint ko'pincha raqib orqadan hujum qilganda qo'llaniladi (41-rasm).

To'pni egallab turgan o'yinchi tayyorlov harakatlarida o'zini yon tomonga ketmoqchiday ko'rsatadi. Gavdasini chap tomonga buradi, o'ng oyog'ini chalishtirib to'p ustidan o'tkazadi-da, chap tomonga tashlanadi. Orqadan xujum qilayotgan raqib to'pni ko'rmaydi. O'yinchiga ergashib u ham chapga tashlanadi. ila shu paytda to'pni egallab turgan o'yinchi tezlik bilan o'ngga aylanib, to'pni oyoq yuzining tashqi qismi bilan olg'a yo'naltiradi-da, keyin o'yindagi vaziyatga qarab harakatini davom ettiradi.

To'pni «tepiib» fint qilish. shu fintni bajarishning ba'zi xususiyatlarini ko'rib chiqamiz. Yakkama-yakka tortishuvda qatnashayotgan raqib ro'paradan yoki oldindan – sal yon tomondan kelayotgan bo'lsa, unga yaqinlashayotib, zauba



40-rasm. Oyoqni to'p ustidan o'tkazib «ketish» finti



41-rasm. Oyoq bilan «zarba berish» finti 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 sekinlashtiradigan va to'xtatib qo'yadigan tashlanish, shpagat, sirpanish harakatlarini bajaradi. Bundan tashqari, shunday holatlardan yakkama-yakka tortishuv harakatlariga o'tish uchun bir qadar vaqt kerak bo'ladi.

O'yindagi vaziyat, sheriklar-u raqiblarining turishi, qarshilik ko'rsatayotgan raqibning holati qandayligiga qarab, asl niyatni amalga oshirish bosqichini tegishli usulda sekingina tepilib, raqibdan oldinga, o'ngga, chapga yoki orqaga qochib ketiladi. Bordiyu, to'p uzatilgan bo'lib, sheriklardan biri to'pning harakat yo'lida (qulayroq) vaziyatda turgan bo'lsa, asl niyatni amalga oshirish bosqichida to'p ochiq turgan sherikka o'tkazib yuboriladi.



42-rasm. To'pga bosh bilan «zarba berish» finti

To'pga bosh bilan «urib» fint qilish. Tayyorlov bosqichida to'pga ila bilan zarba beriladigan dastlabki holat egallanadi, gavda orqaga engashtirilib, zarba hermoqchidek harakat qilinadi (43-rasm). To'p olayotgan o'yinchining oldida yoki yon tomonida bo'lgan raqib buni ko'rib, zarba berilishini kutib to'xtaydi yoki to'p uchib ketishi kerak bo'lgan tomonga harakatlanadi. O'yinchi bosh urish o'rniga uz taktik rejasini amalga oshirib, to'pni ko'krak bilan to'xtatadi yoki to'pni tegmay o'tkazib yuborib, keyin 1800 aylanadi va to'pni egallab oladi.

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

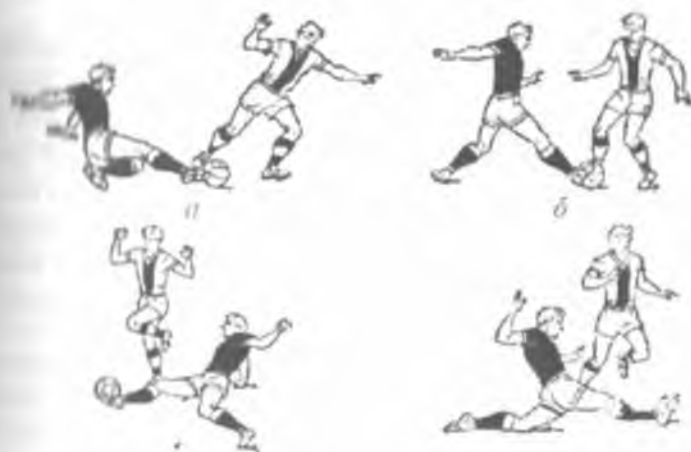
4.9. To'pni olib qo'yish texnikasi

Asosan, raqib to'pni olib ketayotganda yoki qabul qilib olayotganda, undan to'pni olib qo'yishga harakat qilinadi. To'pni olib qo'yishning samarali chiqishi futbolchining vaziyatni baholash qobiliyatiga, ya'ni raqibgacha va to'pgacha bo'lgan masofani, ularning harakatlanishi 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 xujum qilish kerak. Shu paytda hujum qilayotgan o'yinchi otilib boradi, to'pni tepib, to'xtatib yoki raqibni oyoq bilan turtib, to'pni tortib oladi.

To'p olib qo'yish ikki xil bo'ladi: to'la olib qo'yish va chala olib qo'yish. To'la olib quyishda olib qo'yuvchining o'zi yoki uning sherigi to'pni egallab oladi. Chala olib qo'yishda esa to'p ma'lum masofaga tepib yoki yon chiziqdan chiqarib yuboriladi. Bunda to'pni raqib egallab olsa ham uning hujum qilish harakatiga halaqit beriladi va himoyani oqilona qayta qurish uchun vaqtdan unutiladi. Raqib hujum sur'ati va jabhasini o'zgartirishga majbur bo'ladi.

Murakkab o'yin vaziyatlarida to'pni olib qo'yish maqsadida tashlanib olib qo'yish, sirpanib olib qo'yish degan maxsus usullar qo'llaniladi. To'pni olib qo'yishning tasnifi 45-rasmda berilgan.

To'pni tashlanib olib qo'yish raqibdan o'zib, 1,5-2 m masofadagi to'pni olib qo'yish imkonini beradi. Raqib o'ng yoki chap tomondan o'tib ketmoqchi bo'lganida shu usul qo'llaniladi.



44-rasm. To'pni sirpanib (a, v), oldinga tashlanib (b), shpagat bilan (g) olib qo'yish

Maqbul elka bilan turtib yuborib to'pni olib qo'yish o'yin qoidalariga muvofiq ijro etilishi kerak. To'pni boshqarayotgan o'yinchiga o'yin davomida faqat elka bilan raqibning elkasiga turtishga ruxsat etiladi (47- qadam). Faqat to'pni olib qo'yish maqsadida turtish mumkin bo'lib, bu hech qanday qo'pol va xavfli tarzda bo'lmasligi lozim. Bu usuldan faqat faqatliroq foydalanish uchun elka bilan turtishni raqib bir oyoqqa tegishli tugunida bajarish kerak.



45-rasm. To'pni elka bilan turtib olib quyish

4.10. To'pni tashlash

To'pni tashlash – maydon o'yinchilari qo'lda bajaradigan yagona usul. To'p tashlash harakatining tuzilmasi ko'p jihatdan futbol qoidalarining talabiga qarab belgilanadi va unchalik murakkab hisoblanmaydi. Biroq to'pni uzoqroq masofaga etkazib tashlash uchun maxsus ko'nikma hosil qilinishi bo'lishi va qorin, elka kamari hamda qo'ldagi mushak guruhlariga muayyan darajada kuch berilishi kerak. To'pni tashlashda keng yozilgan barmoqlar va yon tomonidan (o'yinchiga qaragan tomoniga yaqinroq) qamrab turilgan qilib, bosh barmoqlarni qariyb bir-biriga tekkizgan holatda ushlab kerak (46-rasm).



46-rasm. To'pni tashlab berishda qo'l panjalari holati



47-rasm. To'pni yon chiziq ortidan tashlab berish

To'pni tashlash 47-rasmda ko'rsatilgan. Qo'lni yuqoridan orqaga tortib tayyorlov bosqichi hisoblanadi. Dastlabki holat – oyoqlarni kerib yoki qadama

ishlagan holatda turish. To'pni tutgan qo'llar tirsakdan sal bukiladi va yuqori to'qarilib, bosidan orqaga o'tkaziladi. Gavda orqaga egiladi, oyoqlar tizzasi bukilib, gavdaning og'irligi orqadagi oyoqqa tushadi.

Boshli bosqich – oyoqlar, gavda, qo'llarni keskin rostlashdan boshlangan to'pni tashlash harakati uloqtirish tomonga barmoqlar yordamida kuch berish bilan tugallanadi. Yakunlash bosqichini bajarish tashlash vaqtida futbolchining oldida oyog'i erga tegib turishi lozimligi to'g'risidagi qoida talablariga muvofiq bo'lishi kerak. Shunga binoan yakunlovchi bosqichni bajarishning bir qancha variantlari bor. Birinchi holda o'yinchi qo'llari frontal tekislikdan tashyotganda to'pni qo'yib yuboradi va gavdaning olg'a tomon harakati darhol barmoklanadi. Ba'zan uloqtirish paytida orqadagi oyoq oldingi oyoq bilan yallanadi.

Nilhoysi, yakunlovchi bosqichda ataylab yiqilish mumkin. Bunda gavda frontal tekislikdan o'tganidan keyin, to'p tashlab yuborilgan zahoti oldga qaratib imon harakat davom etadi. Qo'llar gavdadan ilgarilab ketib, erga tashlanib, yiqilishni amortizatsiyalaydi. Tashlash uzoqligini oshirish uchun to'pni yugurib kelib uloqtiriladi. Yugurib kelish to'pni tashlashda yordam beradigan a'zolarning tezligini oshirishga yordamlashadi.

4.11. Darvozabonning o'yin texnikasi

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'ynashga ruxsat etilgani bilan bog'liqdir.

O'yindagi usullar guruhi darvozabonning o'yin texnikasiga kiradi: to'pni olib o'tish, qaytarish, o'tkazib yuborish va tashlash. O'yinda sheriklar va raqib o'yinchilarning qayerda turganiga, shuningdek, to'p harakatining yo'nalishi, turektoriyasi va tezligiga qarab darvozabon harakatining xilma-xil usullari, usul va turlari qo'llaniladi. Ularning tasnifi 50-rasmda berilgan. O'yin maydonida darvozabon maydon o'yinchisi ixtiyorida kerakli texnik usullardan foydalanaveradi.

Texnik usullarning muvaffaqiyatli bajarilishi ko'p jihatdan darvozabonning harakatga qanchalik tayyor turganligi bilan belgilanadi. Darvozabonning to'g'ri dastlabki holatda bo'lishi uning harakatga tayyor bo'lishi omillaridandir. Bunday dastlabki holat oyoqlarni elka kengligida qo'yib, sal bukib turish bilan ifodalanadi. Yarim bukik qo'llar ko'krak kengligida oldinga uzatilgan.



48-rasm. Darvozabon texnikasining tasnifi

Kaflar olg'a tomon ichkariga qaran. Barmoqlar sal bo'shashtirilgan. Dastlabki holatning to'g'ri bo'lishi darvozabonga og'irlik markazi o'qini tezlik bilan tayanch sathidan tashqari chiqarib olib, lozim bo'lgan harakatlarni oddiy, juftlama yoki chalishtirma qadam tashlab, sakrab va yiqilib bajarish imkonini beradi.

Yarim bukilgan qo'llar ko'krak balandligida oldinga uzatilgan. Kaflar olg'a tomon ichkariga qaran. Barmoqlar sal bo'shashtirilgan. Dastlabki holatning to'g'ri bo'lishi darvozabonga og'irlik markazi o'qini tezlik bilan tayanch sathidan tashqari chiqarib olib, lozim bo'lgan harakatlarni oddiy, juftlama yoki chalishtirma qadam tashlab, sakrab va yiqilib bajarish imkonini beradi.

4.12. To'pni ilib olish

To'pni ilib olish – darvozabon o'yin texnikasining asosiy vositasi. Bu ko'pincha ikki qo'llab amalga oshiriladi. To'pning yo'nalishi, traektoriyasi va tezligi qandayligiga qarab, uni pastdan, yuqoridan yoki yondan ilib ushlali

olib, darvozabondan anchagina naridan uchib borayotgan to'plar yiqila boshladi.

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

Yumalab kelayotgan to'pni ilib olishning tayyorlov bosqichida darvozabon oldinga engashib, qo'llarini pastga tushiradi (51-rasm). Bunda to'plar to'pga qaragan, sal yoziq, yarim bukik barmoqlar erga tegay deb turadi. To'plar haddan tashqari tarang tutilmasligi kerak. Oyoqlar juftlangan, hech bukilmagan yoki sal bukilgan bo'ladi. Ishchi bosqich shundan iboratki, to'pning qo'lga tegishi paytida barmoqlar uni ostidan tutib oladi, qo'llar ostidan bukilib, to'pni qorin tomon torta boshlaydi. Pastga tushirilgan qo'llar to'pning amortizatsiyasi ta'siri va bukilishi hisobiga to'pning tezligi oshiriladi.



49-rasm. Dumalab kelayotgan to'pni pastdan ilish

Yakunlovchi bosqichda darvozabon qaddini rostlaydi. Hozirgi zamon futbolida yumalab kelayotgan to'pni ikki qo'llab pastdan ilib olishning boshqa variantlari ham qo'llaniladi. Bu variantning xususiyati shundaki, unda oldinga engashib o'miga taxminan 50-800 tashqariga burilgan bir oyoqqa o'to'nqiyiladi. Tizzasi anchagina buqilib, uchiga tayanib turilgan ikkinchi oyoq ham tashqariga buriladi. Pastga tushirilgan qo'llarning kafti to'pga to'g'rilangan bo'ladi. To'pni bevosita ilib olish yuqorida tasvirlangan variantdagi singari bo'ladi. Yakunlovchi bosqichda oyoqlarni burish va to'g'rilash hisobiga darvozabon qaddini rostlab, keyingi harakatlar uchun kerakli dastlabki holatni oladi. To'siqning straxovka qilish sathi anchagina bo'lgani uchun to'p ilib olishning bu varianti dinamik ishonchliroqdir.

Past uchib kelayotgan va darvozabonning old tomonida yuqoridan tushib kelayotgan to'plarni ilib olishda tayyorlov bosqichida salgina bukilgan qo'llar kaftlari oldinga qaratilib, to'p qarshisiga uzatiladi (52-rasm). Barmoqlar bir oz yoziq va yarim bukik bo'ladi. Ayni vaqtda gavda ozroqqina oldinga engashadi, oyoqlar esa sal bukiladi.

Oyoqlarning qay darajada bukilishi to'pning uchib kelish traektoriyasiga bog'liq. To'p qo'lga tegishi paytida darvozabon uni ostidan barmoqlari bilan tutib oladi-da, qorni yoki ko'kragi tomon torta boshlaydi.



50-rasm. Uchib kelayotgan to'pni pastdan ilish

To'p anchagina tez kelayotgan bo'lsa, oyoqlarni to'g'rilash va gavdanl oldinga engashtirish hisobiga orqaga 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 ilishga ham to'g'ri keladi. Bunday hollarda oldin to'pning harakat yo'nalishi tomonga qarab jilish kerak. Bu ish yugurish qadami, juftlama qadam yoki chalishtirma qadam bilan, shuningdek, ko'proq bir oyoqda depnirib yuqoriga, oldinga – yuqoriga yoki yon tomonga yuqoriga sakrash bilan amalga oshiriladi. Shundan keyingi harakatlar tizimining tahlili yuqorida berilgan.

To'pni yuqoridan ilib olish o'rtacha traektoriyada uchib kelayotgan, shuningdek, baland uchib kelayotgan va pastga tushib kelayotgan to'plarni egallab olish uchun qo'llaniladi (53-rasm).

Darvozabon tayyorlov bosqichida dastlabki holatni egallayotganida qo'llarni sal bukib, oldinga yoki yuqoriga – oldinga uzatadi. Oldinga qaratilgan kaftlarning barmoqlari yoziq, yarim bukilgan bo'lib, «yarim aylana» shug'ul

qo'llar hush qilib turadi. Bosh barmoqlar bir-biridan uncha uzoq bo'lmaydi (3-son dan oshmaydi).



51-rasm. To'pni yuqoridan ilish

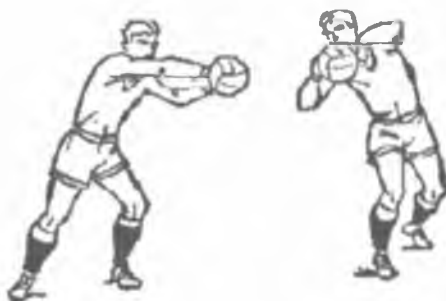
Ikkinchi bosqichda to'pning qo'lga tegishi paytida barmoqlar uni sal oldindan yonidan tutib oladi, barmoqlar bir-biriga salgina yaqinlashadi. Barmoqlarning so'ndiruvchi harakati va qo'llarning bukilishi hisobiga to'pning tezligi so'ndiriladi. Yakunlovchi bosqichda darvozabon qo'llarini maksimal darajada bukib, to'pni eng qisqa yo'l bilan ko'kragiga tortadi.

O'yin sharoitida darvozabon to'pni, asosan, u uchib kelayotgan tomonga barmoqlar bilan jilganidan keyingina ilib oladi. Buning uchun harakatlanish tashkilotining turli usullari va ularning birga qo'shilgan variantlari qo'llaniladi.

Oldind to'plarni, ya'ni baland traektoriyada uchib kelayotgan to'plarni qo'lga kiritish uchun sakrab ikki qo'llab yuqoridan ilib olish qo'llaniladi (54-son). To'pning uchish yo'nalishiga qarab bir yoki ikki oyoqda deysinib yuqoriga, yuqoriga — oldinga yoki yuqoriga — yonga sakraladi. Harakatlanayotgan paytda asosan bir oyoqda, joyda turganda esa ikki oyoqda deysinib sakraladi. Deysinish paytida qo'llar silkinish harakatini qilib, to'p yuqoriga uzatiladi.



52-rasm. To'pni sakrab turib yuqoridan ilish



53-rasm. To'pni yon tomondan ilish

To'pni ilib olgandan keyin oyoqlar bir oz bukilib, erga tushiladi.

To'pni yondan ilib olish darvozabonning yon tomoniga o'rtacha traektoriyada uchib kelayotgan to'plarni qo'lga kiritish uchun qo'llaniladi (55-rasm).

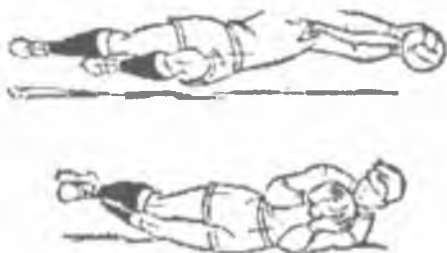
Tayyorlov bosqichida qo'llar oldinga — yonga, ya'ni to'p uchib kelayotgan tomonga uzatiladi. Panjalar deyarli parallel, barmoqlar sal yoziq va yarim bukkik. Gavdaning og'irligi to'p ilinadigan tomondagi oyoqqa uzatiladi. Gavda ham shu tomonga sal buriladi. Ishchi va yakunlovchi bosqichlar bajarilish tuzilmasi jihatidan to'pni yuqoridan ikki qo'llab ilib olishdagiga o'xshaydi. To'pni yiqila turib ilib olish darvozabondan chetga qo'qqisdan, aniq, goho esa juda qattiq yo'naltirilgan to'plarni qo'lga kiritishning samarali vositasidir. To'p uzatilganda ushlab qolish va raqib oyog'idagi to'pni olib qo'yishda qo'llaniladi.

Yiqila turib to'p ilishning ikki varianti bor: uchish bosqichisiz ilish va uchish bosqichi bo'lgan ilish.

Birinchi variant, odatda, darvozabonning yon tomonigaundan 2-2,5 m narida yumalab yoki past uchib kelayotgan to'plarni ilib olish uchun qo'llaniladi (56-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 tomon keskin uzatiladi. Bu gavdaning harakatlanishiga ham, yiqilishga ham yordam beradi. Yerga tushish bunday tartibda bo'ladi: oldin oyoqning boldir qismi, keyin tos-son va gavdaning yon qismlari erga tegadi.

Parallel uzatilgan qo'llar to'p yo'lini to'sib chiqadi. Panjalarning turishi, shuningdek, bevosita to'p ilib olish yiqilmay ikki qo'llab yuqoridan ilishda qanday bo'lsa, shunday. Darvozabon g'ujanak bo'layotganda qo'llarini bukib, to'pni ko'kragiga tortadi. Ayni vaqtda oyoqlarini hambukadi.



54-rasm. To'pni yiqilib (uchish bosqichisiz) ilish



55-rasm. To'pni yiqilib (uchish bosqichi bilan) ilish

Darvozabondan ancha narida dumalab va uchib kelayotgan to'plarni ilib olish uchun uchish bosqichi bo'lgan yiqilish qo'llaniladi (57-rasm). Dastlabki bosqichda darvozabon uchib kelayotgan tomonga tezda bitta yo ikkita juftlama yoki chalishtirma qadam tashlaydi. Bunday paytda qaysi harakatlanish usulini

tanlash va undan foydalanish darvozabonning hosil qilgan shu xarakteristik ko'nikmalariga bog'liq.

Depsinishga tayyorlanish gavgani oldinga engashtirib, og'irlik markasini 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 kuchi oshishiga yordam beradi. Depsinish burchagining qanday bo'lishi to'pning uchish balandligiga bog'liq. Bulund kelayotgan to'plarni ilib olishda yuqorilab yon tomonga, o'rtacha balandlikda kelayotganlarini ilishda esa yon tomonga depsinib chiqiladi.

Dumalab kelayotgan va past uchib kelayotgan to'plarni ilib olishda gavgani ko'proq engashadi, depsinuvchi oyoq yana ham chuqurroq bukiladi. Darvozabonning uchish traektoriyasi past, er bilan parallel bo'ladi. To'p darvozabonning uchish

bosqichida ilib olinadi. To'p qo'lga kiritilganidan keyin g'ujunuk bo'linadi, bu old-orqa o'qi atrofida olg'a tomon aylanishga olib keladi. Tortish kuchi ta'sirida quyidagi tartibda erga tushiladi: oldin bilak, keyin elka, gavgani va to'sning yon qismlari, oyoqlar.

4.13. To'pni qaytarib yuborish

To'pni ilib olish mumkin bo'lmagan hollarda to'p qaytarib yuboriladi. Darvozabonning darvozaga ketayotgan to'p yo'lini to'sishdagi, to'g'ridan to'g'izillatib uzatilgan va yuqoridan uzatib tushirilgan to'plarni olib kolishdagi harakatlari to'pni qaytarib yuborishga kiradi. Bunda darvozabon to'pni egallab olmaydi.

To'p ikki qo'llab ham, bir qo'llab ham qaytarib yuboriladi. Birinchi usul ishonchliroq, chunki bunda to'sib koluvchi sath kattaroq bo'ladi. Biroq ikkinchi usul darvozabondan ancha naridan o'tayotgan to'plarni qaytarib yuborish imkonini beradi. To'pni bir qo'llab yoki ikki qo'llab qaytarishda dastlabki va tayyorlov bosqichlaridagi harakatlar ko'p jihatdan 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'p ko'pincha kaftlar bilan qaytariladi. Gohida to'p bilakka tegib qaytariladi. To'pni qaytarib yuborganda, uni darvozadan yon tomonga yo'naltirish talab qilinadi. Darvozabondan ancha naridagi to'plarni yiqila turib bir yoki ikki

qo'llab qaytarib yuborish kerak. Bunda qaytarib yuborish qiyinroq bo'lgan to'plarga bir qo'lda etib olish mumkinligini nazarda tutish lozim.

To'p harakatining yo'nalishi, traektoriyasi va tezligi qandayligiga qarab, to'pni turib to'p ilishdagi singari, dastlab to'p tomonga siljish va keskin harakat bilan bajariladi. Tarang uzatilgan bir yoki ikkala qo'l to'p qarshisiga o'tqizib, bir yoki ikkala kaft bilan yoxud bir yoki ikkala qo'lni musht qilib to'pni qaytarib yuboriladi.

Yukunlovchi bosqichda to'pni yiqila turib ilishdagi harakatlarga o'xshab to'pni o'qib bo'lib erga tushiladi. To'g'ridan g'izillatib uzatilgan va yuqoridan boshlab tushirilgan 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.

Musht bilan to'p qaytarishda zarba berishning ikki varianti bor: elkadan boshlab urish va bosh ortidan boshlab urish.

Yelkadan boshlab urishning tayyorlov bosqichida darvozabon tirsagi bilan zarba beruvchi qo'lni elkasi tomon tortadi. Gavdasi ham shu tomonga buriladi (58-rasm). Zarba berish harakati gavdani dastlabki holat tomonga burishdan boshlanib, qo'lni keskin to'g'rilash bilan tugaydi. Qo'l to'g'rilash to'g'rilanib olgunga qadar, to'p mushtga tegadi. Zarba barmoqlarning birlinchi suyaklariga to'g'ri keladi.

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



58-rasm. To'pni mushtum bilan urib yuborish (elkadan zarba berib)



57-rasm. To'pni mushtumlar bilan urib yuborish

To'pni ikkala qo'lni mushtlab qaytarib yuborish ishonchliroq bo'ladigan vaziyatlar ham uchrab turadi. Zarba berishdan oldingi dastlabki holat – tirsaklar bukilgan, mushtga tugilgan qo'llar ko'krak oldida. Tarang tutilgan ikki qo'lni baravariga to'g'rilab, mushtlar bilan to'pga zarba beriladi (59-rasm). To'pni joyda turib, qadam tashlab, turli harakatlanishlardan keyin va, ayniqsa, sakrab turib bitta yoki ikkala qo'lni musht qilib urib qaytarib yuborish mumkin.

Sakrab to'p qaytarish darvozbonga baland to'plar uchun raqib bilan muvaffaqiyatli kurashish imkonini beradi. Bunda bir yoki ikkala oyoqda depsinib yuqoriga – oldinga tomon sakraladi. Uchish bosqichida tayyorgarlik harakatlari qilinadi. Zarba berish harakati ko'tarilishning eng yuqori nuqtasiga etganda boshlanadi. Yerga oyoqlarni sal bukib tushiladi.

To'pning qo'ldan sirg'anib ketishiga yo'l qo'ymaslik uchun barcha hollarda to'pga mushtning o'rta qismi bilan zarba berish kerak.

V BOB. FUTBOL TAKTIKASI

5.1. O'yin taktikasi

Taktika deganda o'yinchilarning raqib ustidan g'alaba qozonishga qaratilgan individual va jamoaviy harakatlarini tashkil qilishi, ya'ni komanda futbolchilarining muayyan rejaga binoan aynan shu muayyan raqib bilan muvaffaqiyatli kurash olib borishiga imkon beradigan birgalikdagi harakatlarini tushunish kerak.

Taktikadagi asosiy vazifa hujum va himoya harakatlarining maqsadga erishtira oladigan eng qulay vosita, usul va shakllarini belgilashdan iboratdir. Qanday taktikani tanlash har bir alohida holda komanda oldida turgan vazifalarga, kuchlar nisbati va o'yinchilarning o'zaro kurashuvchi guruhlariga, maydonning ahvoliga, iqlim sharoiti va hokazolarga bog'liq. Futbol taktikasining tasnifi 64-rasmda berilgan. Futbol matchi ko'p martalab hujumdan himoyaga va himoyadan hujumga o'tishdan iborat bo'lgani uchun ham, tabiiyki, har qaysi komandaning hujum va himoya harakatlari uyushgan bo'lishi kerak.

Taktika uchrashuv vaqtida butun o'yin faoliyatining asosiy mazmuni hisoblanadi. Konkret raqibga qarshi to'g'ri tanlangan kurash taktikasi muvaffaqiyat qozonishga yordam beradi, noto'g'ri tanlangan yoki uchrashuv mobaynida asqotmagan taktika esa odatda mag'lubiyatga olib keladi.

Raqiblarni neytrallashtirish vazifalarini to'g'ri hal qila bilish va hujumdagi o'z imkoniyatlaridan muvaffaqiyatli foydalana olish umuman komandaning ham, uning alohida o'yinchilarining ham taktik etukligini ko'rsatadi. Hujum va himoyada hamma futbolchilarning harakatlari yaxshi uyushtirilgan hamda, albatta, faol bo'lgandagina komanda muvaffaqiyatga erisha oladi.

texnik mahoratini namoyish etadi. Demak, texnika o'yinchining texnik rejalarini amalga oshirish vositasi bo'lib xizmat qiladi. Texnik tayyorgarlik 4-5 darajada bo'lsagina xilma-xil taktik harakatlarni bajarish mumkin.

Teng kuchli komandalar uchrashuvida ulardan birining g'alabasiga ko'pincha mag'lub bo'lganlarda irodaning kamlik qilgani yoki jismoniy va texnik tayyorgarlik bo'sh bo'lgani sabab qilib ko'rsatiladi. Biroq futbol o'yinidagi g'alaba aksariyat hollarda taktik rejalar kurashi bilan belgilanadi. Taktika ikki komandaning jismoniy, texnik va ma'naviy-irodaviy tayyorgarlikdagi darajalari teng bo'lganda, ulardan birining g'alaba qilishini ta'minlab beradigan muhim omildir. Yirik musobaqalardagi ko'plab misollar shundan dalolat beradi.

Ustalik bilan ishlatilgan taktikagina muvaffaqiyat keltira oladi. Ba'zan komandalar har qanday raqibga qarshi o'ynaganda ham bir xil taktika ishlataveradilar. Taktik jihatdan bunday qashshoqlik, bir xillik mahoratning o'sib borishiga to'sqinlik qiladi. Har bir komanda, ayniqsa, yuqori darajali komanda xilma-xil taktik rejada o'ynay bilishi kerak, bo'lmasa u, ayrim yutuqlari bo'lishiga qaramay, musobaqalarda katta g'alabaga erisha olmaydi.

5.2. Darvozabonning o'yin taktikasi

Hozirgi futbol darvozabondan ustalik bilan darvozani himoya qilishnigina emas, balki jarima maydoni ichida faol harakat olib borishni, shuningdek, hamma himoyachilarni boshqarib turishni ham talab qiladi. U komandasining hamma mudofaa harakatlarini muvofiqlashtirib turadi. Darvozabon turadigan (hammadan orqada) joyning o'zi unga hujumchilar qanday tizilib kelayotgani va ular nima maqsadda ekanini ko'rib turish imkonini beradi. Vaholanki, bu narsa ba'zida maydonning ayrim joylaridagi o'yinchilar nazaridan chetda koladi. Shuning uchun mudofaadagi sheriklariga vaqtida «shipshitib qo'yish» himoya harakatlarining mustahkamligiga muhim ta'sir ko'rsatishi mumkin. Buning ustiga, darvozabon o'z komandasining ko'pgina hujumlarini boshlab beradigan (to'pni qo'lga kiritganida yoki darvozadan to'p tepib berganida) futbolchi, shu sababli ham hujum qatorlarida tashabbus va izchillik saqlanib turishi uchun uning mahorati juda zarur.

Jamoaning himoya va hujumdagi umumiy o'yini darvozabonning individual taktik tayyorgarligiga anchagina bog'liq. Darvozabonning texnik mahorat va jismoniy tayyorgarlikdan o'yinda to'laroq foydalanishiga uning taktik bilimi yanada ko'proq ta'sir qiladi. Ana shuning uchun ham

darvozabonlarning taktik tayyorgarligi masalasiga nihoyatda jiddiy o'rin berish kerak. Darvozabon taktikasini quyidagilarga bo'lish mumkin:

- a) mudofaadagi harakatlar;
- b) hujumdagi harakatlar;
- v) sheriklar harakatini boshqarish;

Darvozabonning himoyadagi harakatlari.

Darvozabonning asosiy vazifasi bevosita o'z darvozasini himoya qilishdir. Bunda «darvozadagi harakatlar» bilan «darvozadan chiqqandagi harakatlar»ni ajratib ko'rsatish mumkin.

Darvozadagi harakatlar.

Raqibining yakunlovchi zarbalaridan darvozani bevosita himoya qilish darvozabon quyidagilarga rioya qilish kerak:

1. Pozitsiya (joy) tanlash. To'g'ri tanlangan pozitsiya darvozabonga eng kam kuch sarflab, raqiblar darvozaga yo'naltirgan to'plarni ishonchli qabul qilib olish imkonini beradi. Bunda hujum qilayotgan komandaning to'pni boshqarayotgan o'yinchisi holatini, ya'ni qanday burchak hosil qilib zarba berilishini hisobga olish zarur.

Burchak qanchalik o'tkir bo'lsa (masalan, raqiblar jamoasining o'yinchisi qanotda darvoza chizig'iga etib kolsa), darvozabon to'pni egallab turgan o'yinchi tomondagi ustunga shunchalik yaqinlasha boradi. Markazdan hujum bo'lganda darvozabon nishonga urish burchagini toraytirish va darvozaning istalgan burchagiga yo'naltirilgan to'pni olishni osonlashtirish uchun bir oz oldinroqqa chiqishi kerak. Pozitsiyani yaxshi tanlovchi darvozabon to'pga kamdan-kam yiqilib tashlanadi. Bu esa hujumchi to'pni darvozabonni poylab to'p yo'naltirganday taassurot hosil qiladi. Xuddi shuning o'zi pozitsiya tanlay bilishga berilgan eng yuksak bahodir.

2. Qaysi hujumchi qanday yo'nalishda zarba berishni yaxshi ko'rishini biladi. Tajribali darvozabonlar raqiblar harakatini sinchiklab o'rganib, har qaysi etakchi hujumchiga kartotekadek bir nima tuzib boradilar.

Bu umumiy qonuniyatlargagina emas, balki mazkur muayyan raqibning xususiyatlariga asoslanib pozitsiya tanlashni ko'p jihatdan osonlashtiradi. Shuning uchun darvozabon gohida «to'g'ri pozitsiya»dan u yoki bu tomonga ko'proq siljib mantiqan to'g'ri qiladi.

3. O'z harakatlarining kuchli va zaif tomonlarini bilish. Ayrim hollarda darvozabon yiqila turib to'p olish qulayroq tomonda darvozaning kattaroq qismini qoldiradi. Bu hol darvozaning kattaroq qismini to'sish uchun eng

qulay pozitsiya tanlash imkonini beradi. Joy tanlashni takomillashtirish o'zvy suratda trenirovka qilishni, har bir match davomida yig'inoqlikni, nihoyatda e'tibor bilan o'ynashni, bosiqlik va shoshilmaslikni talab qiladi.

Harakat usulini tanlab olish darvozabonga berilgan zarbani qaytaruvchi usulni to'g'ri ijro etish imkonini beradi. Bunda darvozabon: darvozadagi o'z pozitsiyasini, to'pning uchish traektoriyasini (to'p yuqoridan, ostidan, yon tomonga yaqinroqdan, uzoqroqdan va hokazo kelayotganini); raqib kuchini, ya'ni to'pning uchish tezligini (to'pni ilib olish tomoniga borilish yoki uni yiqila turib ilish kerakligi shunga bog'liq); o'z o'yinchilari va raqib o'yinchilari qanday joylashganligini (shunga qarab to'pni ilib olish, qaytarib yuborish yoki tashqariga o'tkazib yuborish kerakligi hal qilinadi); maydon va to'pning ahvolini (to'pning sirti va er ho'lmi yoki quruq ekani va hokazo) e'tiborga oladi. Harakat usulini aniqlab olgandan keyin darvozabon o'qitish texnik usul yordamida uni amalga oshiradi.

Darvozadan chiqqandagi harakatlar.

O'yindagi ahvol darvozabonni ko'pincha darvozani tashlab chiqib, jarima maydoni doirasida harakat qilishga majbur etadi. Bunday hollarda darvozabon yo jarima maydoni doirasiga yo'naltirilgan (uzatilgan yoki g'izil-latilgan) to'plarni tutib koladi, yo bo'lmasa to'pni qo'lga kiritish uchun raqib bilan yakkama-yakka kurash boshlaydi (bunda to'p darvozabon bilan yakkama-yakka chiqqan hujumchi nazoratida bo'lishi, uchib kelayotgan to'pni «tutib kimda» bo'lmasligi kerak).

Darvozabon quyidagi hollarda darvozani tashlab chiqishi mumkin.

- darvozadan chiqish nihoyatda zarur bo'lsa;
 - darvozabon tepalatib uzatilgan to'pga eta olishiga, ya'ni o'z o'yinchilarining va raqib tomon o'yinchilarining joylashishi birmuncha foydalil harakat qilish imkonini berishiga ishonsa;
 - raqib g'izillatib uzatgan to'p darvoza yaqinida o'tayotgan bo'lsa.
- Darvozabon quyidagi hollarda darvozani tashlab chiqmasligi kerak:
- to'pni qo'lga kiritish uchun kerakli pozitsiyaga o'tib ulgurishiga e'timod bilan;
 - himoyachilardan birortasi to'pni egallagan hujumchi bilan yoki «neytral to'p» uchun kurashib to'rgan bo'lsa;
 - jarima maydoni o'yinchilarga to'lib ketib, ular darvozabonning kerakli pozitsiyaga chiqishiga xalaqit berishi mumkin bo'lsa.

Tashlab chiqilgan darvoza raqib uchun ochilib qolishini darvozabon hamma vaqt esda tutishi, shuning uchun ham qanday bo'lsin, to'pni qo'lga kiritib, hujumdagilarni zarba berish imkoniyatidan mahrum qilishi kerak.

Sheriklar faoliyatini boshqarish.

Hozirgi vaqtda butun komandaning hujumi va, ayniqsa, mudofaa ustunligini uyushtirishni boshqarmaydigan darvozabonni tasavvur ham qilib bo'lmaydi. Darvozabon o'yin vaziyatini tezgina baholab, hujumning yo'nalishi, straxo va hujum uchun to'g'ri joylashib olish to'g'risida sheriklariga qisqa va lo'nda ko'rsatmalar berishi shart. Bu ishni u to'pni e'tibordan chetda qoldirmay, hatto o'zi kurash olib borayotgan paytlarda ham qilishi kerak.

Mudofaada ishonch bilan harakat qilish, mudofaaning barqaror va mustahkam bo'lishi ko'p jihatdan darvozabon bilan himoyachilarning (birinchi galda markaziy himoyachilarning) bir-birlarini nihoyatda yaxshi tushunishlariga bog'liq. Bevosita darvoza yaqinida jarima to'pi yoki erkin to'p tepilayotganda, «devor» yasashga, shuningdek, burchakdan tepish paytlarida darvozabonning bir o'zi boshchilik qiladi. Darvozabonning taktik tayyorgarligini takomillash-tirishda quyidagilar ko'zda tutiladi:

- a) tanlanadigan harakatlarni aniq, vaqtida va tez belgilab olish;
- b) darvozada, jarima maydonida mo'ljal ola bilish;
- v) yuksak mahorat bilan «o'yinni o'qiy olish», ya'ni mudofaa va hujumda o'yin sharoitini a'lo darajada tushunish asosida sheriklar bilan hamkorlik qilish.

5.3. Hujum taktikasi

Hujum taktikasi deganda to'p ixtiyorida bo'lgan komandaning raqib darvozasini zabt etish uchun qiladigan harakatlarini uyushtirish tushuniladi. Hujum harakatlari tuzilishining xilma-xilligi, hujum rivoji sur'atining ushbu yorib o'tish yo'nalishining o'zgartirilishi, nihoyat, yakkama-yakka kurash texnik usullarning xilma-xil bo'lishi

– bularning hammasi hujumni barbod etishga intila-yotgan himoyachilarni nihoyatda qiyin ahvolda koldiradi. Hujumdagi harakatlar individual harakatlarga, guruh harakatlari va komanda harakatlariga bo'linadi.

Individual taktika.

Hujumdagi individual taktika – bu futbolchining muayyan maqsadni ko'zda tutgan harakatlari, uning mazkur o'yin vaziyatida mavjud bo'lgan barcha imkoniyatlardan eng to'g'risini tanlay bilishi, futbolchining to'p o'z

himoyachisi bilan bo'lganda, raqibning diqqat-e'tiboridan chetga chiqqan o'zi uchun sheriklari uchun o'ynaydigan bo'sh joy topishi hamda paydo qila bilishi, berad bo'lib qolgan taqdirda esa himoyachi bilan kurashda yutib chiqishi kerakdir.

To'psiz harakatlar.

To'psiz harakatlar quyidagilardan: ochilish, raqibni chalg'itish va maydonning ayrim qismida o'yinchilarning son jihatdan ortiqqligini yaratishdan iboratdir.

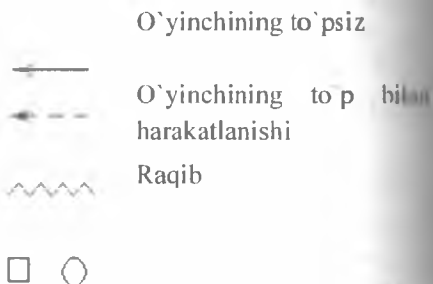
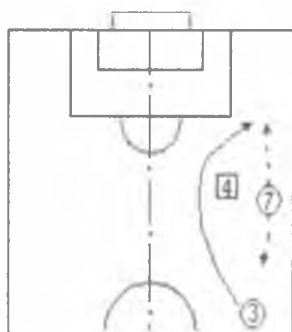
Ochilish – bu futbolchining sheriklaridan to'p olish uchun qulay sharoit yaratish maqsadida joy o'zgartirishi. Mohirlik bilan ochilish uchun hujumchi uchun bu vaziyatning qanchalar qulayligini juda yaxshi baholay oladigan bo'lishi kerak. Eng qulay pozitsiyaga vaqtida chiqib olish xujumchi va unga qarshi o'ynayotgan himoyachining tezkorlik xislatlariga, sheriklarning harakatiga va boshqa omillariga bog'liq bo'lishi mumkin.

Muvaffaqiyat ko'p jihatdan hujumchining to'p qabul qiladigan pozitsiyaga qanchalar tez chiqib olishiga va to'p olgandan keyin qanday harakat qilishiga bog'liq. Hujumchilar asosan maydon bo'ylab manyovr qilib, to'psiz harakatlarni yuradilar. Manyovr qilish – bu futbolchining ochilib chiqishga va raqibni chalg'itishga qaratilgan ko'p martalab joy almashtirishi. Hamma harakatlarning natijasi, pirovardida matchning qanday tugashi, o'yinchilar qanchalar to'g'ri pozitsiya tanlashiga, ayni paytda to'pni diqqat-e'tibordan chetga qoldirmay, futbolchiga sheriklaridan qanchasi o'zini «taklif etishi»ga bog'liq.

Qanotda o'ynaydigan hujumchining qanday ochilgani ma'qulroq ekani qanotda ko'rsatilgan. 3-o'yinchi to'pni qanotga uzatib bermoqchi; uning sharoitida ochilishning ikkita varianti bor: a) to'pning himoyachi orqasiga, qanotdagi bo'sh joyga uzatilishi uchun qulay sharoit yaratib, himoyachi bilan qanotda bir chiziqqa chiqish (bu variant hujumchi himoyachiga nisbatan tez manyovra o'lagina ish beradi); b) o'zi bilan himoyachi orasidagi masofani qisqartirib hamda shundoqqina oyog'iga uzatib berishlari yoki «chala» harakatlar uchun sharoit yaratib, uz darvozasi tomon harakatlana boshlash. __

SHARTLI BELGILAR

To'pning yo'nalishi



59-rasm. «Ochilish» taktik harakati

Sheriklaridan hech biri markazdan hujum qilmayotgan bo'lsa, qanot hujumchisi raqib darvozasiga bevosita xavf solish uchun eng qulay pozitsiyaga chiqib, butun maydon kengligi bo'ylab ochilishi mumkin.

Hamma hollarda ham futbolchi pozitsiya tanlashda quyidagilarga amal qilishi kerak:

1. Ochilish raqib uchun kutilmaganda va katta tezlikda ijro etilishi kerak. Bu himoyachidan uzoqlashib, to'p olish uchun ma'lum darajada vaqtdan yutish imkonini beradi.

2. Ochilish hali to'p tegmagan sheriklar harakatini qiyinlashtirib qo'ymasligi lozim.

3. To'pni egallagan o'yinchiga ortiqcha yaqinlashib borish tavsiya etilmaydi – bu hujum rivojlanishini sekinlashtirib qo'yadi.

4. «O'yindan chiqib qolmaslik» uchun juda ehtiyot bo'lish zarur. Raqibni chalg'itish – bu sheriklariga individual harakat uchun qulay sharoit yaratish berish maqsadida futbolchining harakatlanishi. Qo'riqchisini ergashtirib

ketish maqsadida ma'lum zonaga soxta harakatlana borib, yo to'pni bu o'yinchining, yoki darvozaga bevosita xavf solish uchun qulay pozitsiyada turgan sherigining bema'lol harakat qilishini ta'minlab berish yaxshi manyova hisoblanadi. 66-rasmda hujumchilarning qanot himoyachilariga hujum uchun

bo'sh zona yaratib berish maqsadidagi chalg'ituvchi harakatlari tasvirlangan.

To'p 8-o'yinchida, 9 va 7-hujumchilar chap tomonga harakatlanib, qo'riqchilarini ergashtirib ketadilar-da, 2-qanot himoyachi hujumga bema'lol qo'shilishi uchun zonani ochiq koldiradilar. Bu paytda maydonning darvozasini

o'zini eng qulay bo'lgan qismiga to'p uzatish uchun juda yaxshi imkoniyat yaratiladi.



60-rasm. «Zonani bo'shatish» uchun chalg'ituvchi harakatlar



61-rasm. Sherikka qulay yaratish uchun chalg'ituvchi harakat

61-rasmida hujumchi o'yinchilarning ikkinchi eshelondan hujum qiluvchi o'yinchiga qulay sharoit yaratadigan chalg'itish harakatlari ko'rsatilgan. 9 va 10-o'yinchilar oldinga yon tomonga keskin yugurib, himoyachilarni o'zlashtirib ketadilar-da, 8-o'yinchiga yanada ilgarilab borishi va darvozaga qarab zarba berishi uchun yaxshi sharoit yaratib beradilar. Bordi-yu himoyachilarni yugurib ketganlar ortidan bormasalar, unda to'pni ochilgan sharoitlarga uzatib yuborish mumkin.

Chalg'itish harakatlarini amalga oshirganda quyidagilarni yodda tutish kerak:

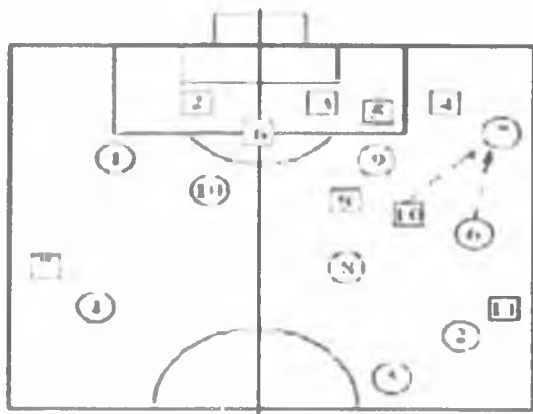
1. Harakatlanishlar «rostakam» bo'lishi, ya'ni chinakam xavf solib, himoyachilarni harakatlanayotganlar ortidan quvishga majbur etadigan bo'lishi zarur.

2. Harakatlanishlar maksimal tezlikda bo'lmاسligi kerak, chunki raqibning harakatlarini ilg'amay qolib, quvishni boshlamاسligi mumkin (tadqiqot harakatlanish chalg'itish bo'lmay, balki yuqorida aytilganidek ochilib bo'ladi).

3. Chalg'itish harakatlarining bir qancha variantlarini bilgan ma'qul, shundagina himoyachilar faoliyati nihoyatda qiyinlashib qoladi.

Maydonning ayrim qismida o'yinchilarning son jihatdan ustunligini hosil qilish. Hujumchi o'yinchilar maydonning biron qismida himoyachilar bilan yakkama-yakkakurashni uddalay olmayotgan bo'lsa, o'yinchilardan biri to'pni egallagan hujumchi o'ynab turgan zonaga o'tgani ma'qul.

Shunda maydonning ma'lum qismida miqdoriy ustunlik hosil qilinib, bundan raqibni yutib chiqish uchun foydalansa bo'ladi. Son jihatdan ustunlikka manyovr qilish bilan, shuningdek, yakkama-yakka kurashda raqibni yutib chiqish bilan hamda kombinatsiya yordamida erishiladi. Bu taktik yo'l ko'pincha hujumga anchagina o'yinchilar qo'shiladigan tadrijiy hujum paytida ishlatiladi.



62-rasm. Son jihatdan ustunlikni yuzaga keltirish

62-rasmdan ko'rinib turibdiki, 6-o'yinchi to'pni boshqarib turgan 7-o'yinchi tomonga o'tib, son jihatdan ustunlik hosil qiladi. Bordi-yu 10-yarim himoyachi 6-yarim himoyachini ta'qib qilib bormasa, unda 6-o'yinchida faol individual harakat qilish imkoniyati paydo bo'ladi.

Maydonning ayrim qismida ko'p martalab ochilib chiqib turish, chalg'itishlar va son jihatdan ustunlik hosil qilishni uyg'unlashtirish to'pni qo'llagan o'yinchilari tomonidan ta'minlanadi. To'pni boshqarayotgan jamoaning o'yinchilari qanchalik faol manyovr qilsalar, hujumni rivojlantirishda turli kombinatsiya variantlaridan shunchalik ko'p foydalanish mumkin va aynan bir hujumning muvaffaqiyatli tugashi aniqroq bo'ladi. Ayrim o'yinchining ham, umuman jamoaning ham taktik jihatdan qanchalar mavjud ekanini manyovr qilishga qarab aytsa bo'ladi.

Darvozani mo'ljallab zarba berish taktikasining umumiy asoslari:

1. Zarba berish oldidan darvozabonning pozitsiyasini mohirona baholash va uning yaxshi ko'rgan harakatlarini bilish (u to'pni qaysi tomondan iladi — chapdanmi yoki o'ngdan, erdanmi yoki havodan — yaxshi bilish) kerak.

2. Konkret o'yin vaziyatiga qarab zarba berish usulini to'g'ri tanlash lozim.

3. Bajarish xarakteri (kuchliligi, aniqligi, buramaligi, pastlatilganligi va hokazo) jihatidan aynan shu vaziyatda qulay bo'lgan zarbadan foydalanish zarur.

4. Zarba darvozabon uchun iloji boricha kutilmagan bo'lishi (zarba tayyorgarliksiz, oldindan moslab olmay, darvozaning ilib olish eng qiyin joyi tomon va h.k. berilishi) dardkor.

5. Darvozani zabt etish uchun qulayroq pozitsiyada turgan sherikka to'p uzatilib bergan ma'qul.

6. O'yinchi turli usullarda zarba berishni bilishi kerak. Darvozani mo'ljallab kalla zarba berishni bilish nihoyatda muhim, chunki to'p havolatib uzatilganda hujumni yakunlash uchun bu juda qo'l keladi.

To'p uzatish. To'pni uzatish ikki o'yinchining biri ikkinchisiga to'p qo'llanayotgandagi o'zaro hamkorligi bo'lib, buni futboldagi individual va umumiy harakatlari o'rtasidagi oraliq zveno desa bo'ladi. Kimga, qachon va qanday qilib to'p uzatib berish masalasini hal qilayotgan, shuningdek, bu harakatni amalga oshirayotgan futbolchi individual mahoratini namoyish qiladi. Ayul vaqtda to'p uzatish ikki-uch sportchining birgalikdagi harakatlari amalga oshirish vositasi hisoblanadi.

«Guruh taktikasi» bo'limida to'p uzatish taktikasi haqida mufassal so'z yuritiladi.

Guruh taktikasi.

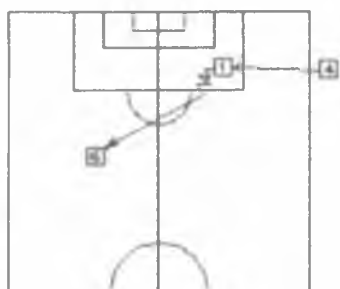
Futbol matchi davomida yuzaga keladigan taktik vazifalarning ko'pchiligi kombinatsiyalar vositasida hal etiladi. Kombinatsiya – bu muayyan taktik vazifani hal etayotgan ikki yoki bir necha o'yinchining harakatlari bo'lib, butun o'yin kombinatsiyalar va unga qarshi harakatlar zanjiridan iborat. Bunda kombinatsiyalar oldindan trenirovkalar vaqtida tayyorlab qo'yilgan va tayyorlab qo'yilmagan, ya'ni matchning o'zi davomida yuzaga kelgan bo'ladi.

Har bir jamoa o'yinning muayyan paytlarida qandaydir bir vazifani birgalikda hal qiladigan zvenolardan, ya'ni taktik birliklardan iborat. Mutlaqo ravshanki, kombinatsiya qatnashchilarining hammasi bir-biriga mos harakat qilsalargina muvaffaqiyat qozonsa bo'ladi. Ana shuning uchun ham muayyan kombinatsiya tanlash va amalga oshirishda bir-birini tushunish yoki ba'zan aytilishicha, «sheriklik hissi» alohida ahamiyatga ega bo'ladi. O'yinni bir xilda tushunadigan sportchilargina qo'yilgan vazifani yagona rejada hal eta olishlari va kerakli kombinatsiya tanlab, uni muvaffaqiyatli amalga oshira olishlari mumkin. Kombinatsiyalarning ikkita asosiy turi bor, deb hisoblanadi: standart holatlardagi kombinatsiyalar va o'yin epizodi davomidagi kombinatsiyalar.

Standart holatlardagi kombinatsiyalar. Bunday holat-lardagi (to'pni yon chiziqning narigi tomonidan tashlab berish, jarima to'pni tepish, erkin to'p tepish, darvozadan tepish paytidagi) kombinatsiyalar o'yinchilarni maydon zonalarida kombinatsiyani amalga oshirish uchun eng qulay qilib joylashtirib olish imkonini beradi. Odatda har qaysi kombinatsiyaning variantlari ham bo'ladi.

Yon chiziqning narigi tomonidan to'p tashlab berishdagi kombinatsiya. Birinchi variantda to'pni o'z komandasida saqlab qolish ko'zda tutiladi. (69-70-rasmlarda o'yinchining darvozabon va sherigi bilan munosabatlari kombinatsiyalari ko'rsatilgan). Ikkinchi variantning maqsadi esa o'yinchini zarba berish pozitsiyasiga olib chiqishdir (65-rasm).

Burchakdan to'p tepishdagi kombinatsiyalar. Birinchi variant – to'pni jarima maydoniga oshirish. To'p, odatda, yuqorilatib uzatiladi, bunda futbolchi to'pni darvoza tomonga qayirib (to'p darvoza to'riga bevosita borib tushadigan hollar ham bo'ladi), yoy bo'ylab uchadigan qilib burab tepishga harakat qiladi.



63-rasmn. To'pni berishdagi kombinatsiya



64-rasmn. To'pni tashlab berishdagi kombinatsiya



64-rasmn. To'pni berishdagi kombinatsiya



65-rasmn. Burchakdan to'p tepish varianti

Bu darvozabon bilan himoyachilar faoliyatini qiyinlashtirib qo'yadi. Gohida to'pni darvozadan (darvozabondan ham) uzoqlashadigan, ammo yugurib kelayotgan hujumchiga etib boradigan, yoy bo'ylab uchadigan qilib burab tepiladi. Kamdan-kam hollarda sherigining oyoq qo'yib qolishini yoki raqib oyog'iga tegib darvoza tomon burilishini mo'ljallab, to'pni darvozaning uzunasi bo'ylab «g'izillatib» pastdan beriladi. Ikkinchi variant – burchakdan tepishda o'zaro o'ynash. Burchakdan tepuvchi to'pni yonginasidagi sherigiga uzatadi, u esa bir tepib qaytarib beradi. Keyin to'pi bor o'yinchi yo o'zi zarba berish pozitsiyasiga chiqadi, yo bo'lmasa to'pni qulay pozitsiyasiga chiqqan sherigiga uzatib yuboradi. Har qaysi variantning ham yaxshi tomonlari bor, ammo to'pni burama tepish yordamida tepalatib zarba bilan uzatib berilganda,

darvozaga burchakdan tepida o'zaro o'ynalgandagiga nisbatan ko'proq xavf solinadi.

5.4. Himoya taktikasi

Himoya taktikasi to'pni boshqarmayotgan komandaning harakatlarini raqiblar hujumini bir yoqlik qiladigan—neytrallaydigan qilib uyushtirishni nazarda tutadi. Himoyada o'ynashning umumkomanda uslubi shaxsiy, zona va aralash bo'lishi mumkin. Biroq qisman bo'lsa ham boshqa uslub elementlaridan foydalanmasdan birgina uslubda o'ynayverish xato. Chunki bu hol himoya taktikasini oddiylashtirib qo'yadi. Himoyada o'ynash uslublarini himoyachilarning individual xislatlari va imkoniyatlarini hisobga olib tanlash kerak. Himoyada o'ynashning taktik san'ati raqibni qachon o'z holiga qo'ymasdan ta'qib etishni, qachon sheriklardan biriga berib yuborish va qachon zonada o'ynashni bilishdan iborat. himoya qilayotgan komanda harakatlarining hammasi hujum qilayotganlar harakatiga javob tariqasida bo'lib, raqiblar taktikasining xususiyatlariga qarab uyushtiriladi. Himoyaning yaxshi uyushtirilganligi komandaga hujum harakatlarini ham muvaffaqiyatli bajarish imkonini beradi.

Himoyada o'ynash xilma-xil va ko'p planli bo'lib, darvozani mudofaa qilishga, to'pni qo'lga kiritish uchun faol kurashish va hujum uyushtirishga qaratilgan bo'ladi. Himoyadagi o'yin ham hujumdagi singari individual, guruh va komanda harakatlaridan iborat.

Individual taktika.

Mudofaadagi muvaffaqiyat bir guruh o'yinchilarning to'g'ri straxovka qilishlariga, o'zaro almashuvchanligi va ularning bir-biriga mos harakatlarigagina emas, balki himoyachilarning to'pi bor va to'p yo'q o'yinchiga qarshi individual harakat qilish mahoratiga, ya'ni himoyachining muayyan vaziyatda o'z «homi» ligidagi o'yinchiga nisbatan qanchalik to'g'ri joy tanlashiga ham bog'liq. Oqilona pozitsiya tanlash mudofaada muvaffaqiyatli harakat qilishning asosi hisoblanadi.

To'p boshqarayotgan va to'p boshqarmayotgan o'yinchiga qarshi harakatlar himoyadagi individual taktik harakatlarga kiradi.

To'psiz o'yinchiga qarshi harakatlar.

Himoyachi to'pni boshqarayotgan o'yinchiga qarshi harakat qilayotganda quyidagilarga intiladi:

a) raqiblarning to'p olishiga yo'l qo'ymaslikka, ya'ni to'pni «to'sib» olishga;

b) raqibga yo'naltirilgan to'pni yo'lda «olib qolish» harakatini bajarishga.

To'sib olish – bu mudofaadagi komanda o'yinchisining raqib o'yinchisi yo'lini to'sib, uning to'p olish imkoniyatini qiyinlashtiradigan harakati. Raqib yo'lini to'sib olish uchun himoyachi shu o'yinchi bilan o'z darvozasi orqasiga o'tishi (darvozaga nisbatan yonlamaroq yoki orqa o'girib turishi) kerak. Himoyachi bilan hujumchi orasidagi masofa to'p bilan o'yinchi darvozaga yaqinlashgan sari yoki darvozadan uzoqlasha borgan sayin kamayib yoki ko'payib borishi mumkin. Pozitsiya, shuningdek himoyachining yugurish tezligiga, o'zaro kurashayotganlarning kuchlari nisbati va boshqa omillarga bog'liq bo'lishi mumkin.

To'sib olishda himoyachi quyidagilarga amal qilishi kerak:

1. Raqib darvozasiga xavf solayotganida yoki o'z harakatlari bilan darvozani zabt etishga qulay vaziyat yaratib berish mumkin bo'lib qolganda, uning yo'li to'siladi.

2. Raqib darvozaga qanchalik yaqin kelsa, unga shunchalik yaqin masofada yo'lini to'sish kerak.

3. O'yin vaziyatiga va o'yinchilar qanday turganiga qarab, «o'yindan chiqqan» holat hosil qilishi mumkin.

Olib qolish – bu mudofaadagi komanda o'yinchisining o'ziga bevosita yaqin turgan raqib o'yinchisiga yo'naltirilgan to'pni qo'lga kiritish niyatidagi harakati. To'sib olishdagi singari olib qolishdagi muvaffaqiyat ham himoyachining to'g'ri pozitsiya tanlashiga, to'pga vaqtida chiqishiga, vaziyatni to'g'ri baholashiga, tezkorligiga va h.k.larga bog'liq. Olib

qolishda himoyachi bilan hujumchi o'rtasidagi masofa, odatda, to'sib qolishdagiga nisbatan ko'proq bo'ladi. Boisi –bunda himoyachi faol tomon bo'lib, to'p uchishi kerak bo'lgan tomonga otilib chiqishga ulguradi.

Olib qolishda o'ynaganda himoyachi quyidagilarga amal qilishi kerak:

a) to'p yoki to'pni olayotgan raqib qaerdaligiga qarab, hujumchiga bo'lgan masofani keragicha saqlash;

b) sharoitni to'g'ri baholash va harakat boshlash paytini to'g'ri aniqlash;

v) to'pni olib qolishning eng ma'qul vositasini tanlash.

To'pi bor o'yinchiga qarshi harakatlar.

To'pi bor o'yinchiga qarshi individual o'yin ilgari lama mudofaa taktikasiga, ya'ni raqib o'yinchisini kuzatish va unga qarshi o'ynashga

asoslangan bo'ladi. Ko'p hollarda mudofaadagilar raqib o'yinchisi to'p olayotganda yoki to'pni nazorat qilib turganda kurash boshlaydilar. Yakka kurashning muvaffaqiyatli yoki muvaffaqiyatsiz chiqishi mudofaadagilarning to'p olib qo'yishda kerakli vosita va usullarni tanlash va qo'llashda qanchalar tajribali ekaniga bog'liq. Himoyachi to'pni raqibdan u to'p qabul qilayotgan paytda olib qo'yishga intilishi kerak, chunki bu paytda hujumchining e'tibori asosan texnik usulni qanday bajarishga qaratilgan bo'lib, u keyingi taktik harakatiga kamroq e'tibor berayotgan bo'ladi.

To'pni boshqarayotgan o'yinchiga qarshi harakatda himoyachi quyidagilarni bajarishga intiladi:

- a) to'pni raqibdan olib qo'yish;
- b) to'p uzatilishiga to'sqinlik qilish;
- v) to'p olib yurilishiga to'sqinlik qilish;
- g) zarba berilishiga to'sqinlik qilish.

To'pni olib qo'yish. To'pni olib qo'yishda tezkorlikning, masofani his etish va vaqtni mo'ljallashning, shuningdek, butun o'yin vaziyatini baholay bilishning ahamiyati kattadir. Futbolda bir xilda takrorlanadigan holat va vaziyatlar bo'lmaydi, shuning uchun hujum qilayotgan o'yinchiga to'p bermaslik uchun qachon va qayerda bo'lishini himoyachining o'zi aniqlashi kerak. Ba'zan o'yinchiga juda yaqin kelib, uning ketidan qolmasligi, ba'zida esa o'z joyidan ketmasligi kerak bo'ladi. Ammo har qanday holda ham hujum qiluvchiga bemalol to'p olish imkonini bermaslik lozim.

Himoyachi hujum qilayotgan o'yinchi harakatlarini kuzatayotib, unga darhol hujum qilish kerakmi yoki ozroq kutish kerakmi – o'zi hal qiladi. Raqib ro'parada ekanida u aylanib o'ta boshlashini yoki to'pni olib yura boshlashini kutgan ma'qul. Raqib aylanib o'tishga tayyorlanib, himoyachiga yaqin kelganida, himoyachi to'pni olib qo'yish yoki tepib chiqarib yuborish paytini topa bilishi kerak.

O'yin sharoiti va oqibat qanday chiqishiga qarab himoyachi raqibdan to'p olib qo'yishning ma'lum bir usulini tanlaydi. Bunda sirpanish, to'pni tepib yuborish, elkada turtish va shu kabi usullardan foydalansa bo'ladi.

To'p uzatishga qarshi harakat.

Goho himoyachi qulaypozitsiyaga chiqib qolgan o'yinchiga to'p uzatilishiga qarshilik ko'rsatishi kerak bo'lib qoladi. Bunday vaziyatda to'pni olib qo'yishga yoki yakkakurash boshlashga kirishmagan ma'qul, chunki himoyachining noo'rin harakati ahvolni keskinlashtirib yuborishi mumkin.

Bunday vaziyatda to'p yuqorilatib yoki yonlamasiga uzatilishiga to'sqinlik qilish uchun himoyachi to'pni boshqarayotgan o'yinchiga 2-3 m qolguncha yaqin boradi. Uning asosiy maqsadi mudofaadagi sheriklari o'z pozitsiyalariga borib olishlari uchun vaqtdan yutishdir.

Guruh taktikasi.

Butun futbol o'yini boshdan-oyoq kombinatsiyalar asosiga qurilgan bo'lib, o'yinning mazmuni ham aslida shu kombinatsiyalardan iborat. O'yin vaqtida qayta takrorlanmaydigan holatlar ko'p uchraydi. Har bir shunday holatning o'z asosi bor. Bunday asoslarni har qanday o'yinchi, eng avvalo, himoyachilar bilishi va tushunishi lozim. Shunda taktik planda hujumchilarga qarshi harakat qilish va zarur usullarni qo'llash oson bo'ladi.

Himoyadagi guruh o'yinining asosiy mazmuni himoya o'yinchilarining hujum qilayotgan raqiblariga qarshi uyushgan harakatlari hisoblanadi. Himoyadagilar o'zining raqib bilan yakkama-yakka kurashayotgan har bir sherigiga yordam beradi yoki yordam berishga tayyor turadi. Shunday qilib, sherigiga bevosita va kerakli yordam berishdan tashqari, straxovka qilish ham uyushtiriladi. Mohirlik bilan joy tanlash esa aniq hamkorlik qilishga yordam beradi. Himoyadagi guruh taktikasi darvozaga xavf solayotgan har qanday raqibga qarshi guruh bo'lib harakat qilishni nazarda tutadi va sheriklariga yordam berishga qaratilgan bo'ladi.

Straxovka, shuningdek, «devor» va «kesishuv» kombinatsiyalariga qarshi harakatlar himoyada ikki o'yinchining hamkorlik qilish usullariga kiradi. Maxsus uyushtirilgan qarshi harakatlar, chunonchi, «devor» yasash, sun'iy «o'yindan tashqari» holat hosil qilish va darvozabon ishtirokidagi harakatlar uch va undan ortiq o'yinchining hamkorlik qilish usullari sanaladi.

Straxovka. O'yin vaqtida o'z sherigiga yordam berish usullaridan biri straxovka hisoblanadi. Himoya straxovkaning to'g'ri va vaqtida bo'lishi, uning mustahkamligi va ishonchliligining garovidir. Straxovka qilish uchun tanlangan pozitsiya zarur hollarda sherik yo'l qo'ygan xatoni tuzatadigan bo'lishi kerak. Bunday pozitsiya hamma vaqt orqada, o'yinchining o'z darvozasiga yaqinroq joyda bo'ladi.



66-rasm. Straxovka

66-rasmda straxovka qilayotgan 3-o'yinchi to'g'ri joy tanlaganligi ko'rsatilgan. To'p raqiblarning 10-yarim himoyachisida, 11-qanot hujumchisi 2-himoyachidan qochib, bo'sh joyga

chiqadi. 10-o'yinchi to'pni o'sha tomonga uzatadi. Biroq 2-himoyachini straxovka qilish uchun pozitsiyani to'g'ri tanlagan 3-himoyachi qanot hujumchisidan oldin to'pga etib boradi.

«Devor», «kesishuv», «to'pni tegmay o'tkazish» va «bir tegishdayoq uzatish» kombinatsiyalariga qarshi kurashish mudofaadagilar uchun anchagina murakkab bo'lishiga qaramay, himoyachi bir o'zi va mudofaadagi sheriklari bilan kelishib o'ynab, bu kombinatsiyalarga qarshi muvaffaqiyatli harakat qila oladi.

Nazorat savollari va topshiriqlar

1. Futbol o'yinining vujudga kelishi haqida ma'lumot bering.
2. Futbolning O'zbekistonda rivojlanishi haqida ma'lumot bering.
3. Futbol maydoni va jihozlari haqida ma'lumot bering.
4. Erkin to'p tashlash chizig'i nima vazifani bajaradi?
5. Darvoza va darvoza maydoni o'lchamlari haqida ma'lumot bering.
6. Jarima maydoni haqida ma'lumot bering.

7. Maydon burchagidagi bayroqlar haqida ma'lumot bering.
8. Musobaqa turlari haqida ma'lumot bering.
9. Bahsli to'p qanday amalga oshiriladi?
10. O'yinchi "o'yindan tashqari" holatda deb topiladi, qachonki...
11. Qaysi hollarda burchak to'plari belgilanadi?
12. Futbol o'yini davomida nechta o'yinchini almashtirish mumkin?
13. FIFA-Xalqaro Futbol Assotsiatsiyasi nechanchi yili tashkil topgan?
14. UEFA-Yevropa Futbol Uyushmasi nechanchi yilda asos topgan?
15. AFK – Osiyo Futbol Konfederatsiyasi nechanchi yili tashkil topgan?
16. O'FF-O'zbekiston Futbol Federatsiyasi nechanchi yili tashkil topgan?
17. O'zbekistonda futbol birinchi bor qachon va qayerda paydo bo'lgan?
18. O'zbekistonda futbol chempionati nechanchi yilda boshlangan?
19. XII Osiyo o'yinlari qachon va qayerda o'tkazilgan?
20. O'zbekiston Osiyo o'yinlarida birinchi bor nechanchi yili chempion bo'lgan?
21. Futbol bo'yicha birinchi Jaxon chempionati qachon va qayerda o'tkazilgan?
22. Birinchi Jaxon chempioni qaysi jamoa hisoblanadi?
23. Nechanchi yilda futbol Olimpiya sport turiga aylangan?
24. Nechanchi yilda futbol Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan?
25. Futbol bo'yicha birinchi Yevropa chempionati qachon va qayerda o'tkazilgan?
26. Yevropa chempionatida qaysi jamoa g'alabaga erishgan?
27. Futbol bo'yicha birinchi Osiyo chempionati qachon va qayerda o'tkazilgan?
28. Futbol texnikasi nima va unga izoh bering?
29. Futbol texnikasi tasnifi nimani anglatadi?
30. Futbol texnikasini qaysi bo'limlarini bilasiz?
31. Harakatlanish texnikasi qanday guruh usullarni o'z ichiga oladi?
32. Futbolda qanday yugurish usullaridan foydalaniladi?
33. Maydon o'yinchisi texnikasi nimalardan iborat?
34. Futbol o'yinida asosiy vosita nima hisoblanadi?
35. Futbolda to'pga zarba berishni qaysi usullarini bilasiz?
36. Futbolda to'pni to'xtatishni qanday texnik usullari mavjud?
37. Oyoqda to'pni to'xtatish usullarini sanab o'ting?
38. To'pni olib yurish usullarini sanab o'ting?

39. To'pni olib qo'yish usullarni sanab o'ting?
40. Futbolda qo'l bilan bajaraladigan texnik usulini aytib o'ting?
41. Maydon o'yinchisi texnikasi darvozabon texnikasidan orasidagi farqi nimada?
42. Darvozabon o'yin texnikasiga qanday guruh usullari kiradi?
43. Futbol o'yin taktikasi deganda nima tus'huniladi?
44. Futbol o'yin taktikasi qanday bo'limlarga bo'linadi?
45. Futbol o'yin taktikasiga tasnif bering?
46. Futbolda xujum taktikasi deganda nima tus'huniladi?
47. Darvozabon o'yin taktikasi deganda nima tus'huniladi?
48. Futbolda ximoya taktikasi deganda nima tus'huniladi?
49. Musobaqa nizomiga tavsif bering
50. Musobaqa nizomida qaysi asosiy jixatlar yoritilis'hi kerak?
51. Maydon markazi aylanasi radiusi qancha bo'lishi kerak?
52. Futbol maydoni barcha chiziqlarining eni qancha bo'lis'hi kerak?
53. Darvoza maydonchasi va jarima maydoni o'lchamlarini ayting?
54. Burchak sektori radiusi qancha bo'lis'hi kerak?

GLOSSARIY

O'zbek tilida	Rus tilida	Ingliz tilida
Asosiy vaqt-to'qson daqiqaga teng match va qirq besh daqiqadan kam bo'lmagan taym uchun vaqt oralig'i.	Основное время промежуток времени, равный для матча девятидесяти минутам, а для тайма - сорока пяти минутам и никак не менее (за исключением форс- мажора).	Main time a period of time equal to ninety minutes for the match, and for a time forty-five minutes and no less (with the exception of force majeure).
Qalqon - oyoq ostidagi yalang oyoqlarda kiyiladigan futbolchini jarohatlardan himoya qilish elementi.	Щитки — элемент защиты футболиста от травм, надевается на голень под гетры.	Shield - an element of protection of a football player from injury, worn on the bare feet under the feet.
Sobiq chempion musobaqa g'oliblaridan biri bo'lib, hozircha unvonga ega emas	Экс-чемпион — один из прошлых победителей соревнования, не владеющий в данный момент титулом.	The ex-champion is one of the winners of the competition, who does not own the title at the moment.
Ustun - o'ng va chap darvoza ustunlari.	Штанга — правая и левая стойки ворот.	Post - right and left goalposts.
Final - kubok uchun kurashdagi ikki raqibning so'nggi uchrashuvi.	Финал — завершающая встреча двух соперников в соревнованиях на кубок.	The final is the final meeting of two rivals in the competition for the cup.
Fiint - bu raqibni chalg'itishga, uni aldashga qaratilgan texnik element.	Финт — технический элемент, имеющий целью вести в заблуждение соперника, обмануть его.	A feint is a technical element aimed at misleading an opponent, deceiving him.
"Jonli devor" - bu atama ikki xil ma'noga ega. Birinchisi, darvozabonga yordam berish uchun jarima zarbasini amalga oshirayotganda to'p yo'lida saf tortadigan o'yinchilarning jonli ekrani. Ikkinchisi	«Стенка» - термин имеет два различных значения. Первое — живой заслон из игроков, который выстраивается на пути мяча при исполнении штрафного для помощи вратарю. Второе — технический элемент игры.	"Wall" - the term has two different meanings. The first is a live screen of players who line up in the path of the ball when taking a free kick to help the goalkeeper. The

o'yinning texnik elementi bo'lib, to'pga ega bo'lgan o'yinchi sherigiga uzatsa va u bir tegish bilan uni qaytaradi.	когда владеющий мячом игрок отдает пас своему напарнику, а тот в одно касание возвращает его.	second is a technical element of the game, when the player who owns the ball passes to his partner, and he returns it with one touch.
O'yin sur'ati - bu jamoalar o'rtasidagi o'yin tezligi. Harakat qanchalik yuqori bo'lsa, o'yinchilarning bir-birlari bilan o'zaro munosabatda bo'lishlari - taktik sxemalardan foydalangan holda aniq uzatmalarni amalga oshirishlari uchun shunchalik mahorat va jismoniy tayyorgarlik zarur. Muayyan o'yinga yaxshi tayyorgarlik ko'rgan jamoa yuqori sur'atda uzoqroq cho'zilgan bahslarda o'ynashga qodir.	Темп игры – скорость ведения матча командами. Чем выше темп, тем большее мастерство и физическая подготовка требуется игрокам для взаимодействия друг с другом – выполнения точных передач, использования тактических схем. Команда, лучше готовая к конкретному матчу, способна проводить в высоком темпе более длительные отрезки.	The pace of the game is the speed of the match between the teams. The higher the pace, the more skill and physical preparation the players need to interact with each other - making accurate passes, using tactical schemes. A team that is better prepared for a particular match is able to play longer stretches at a high pace
Kutilmagan zarba - raqib darvozasiga zarbani ustalik bilan yashirin tayyorlash. Qoidaga ko'ra, bunday zarbalar to'liq tezlikda amalga oshiriladi, o'yinchi to'xtamaydi va to'p qisqa zarba bilan yo'lda yuboriladi.	Неожиданный удар – мастерски скрытая подготовка удара по воротам противника. Как правило, такие удары производятся на полной скорости, игрок не останавливается, а мяч отправляет в путь коротким ударом ноги	Surprise blow - masterfully hidden preparation of a blow to the opponent's goal. As a rule, such kicks are made at full speed, the player does not stop, and the ball is sent on the way with a short kick.
O'tkir pas - to'p raqib darvozasiga nisbatan	Острый пас – мяч передается игроку.	Sharp pass - the ball is passed to a

qulayroq pozitsiyaga ega bo'lgan o'yinchiga.	имеющему более выгодную позицию относительно ворот противника	player who has a more advantageous position relative to the opponent's goal.
Soxta manevr - taktik kombinatsiyani amalga oshirish uchun raqibni aldash uchun mo'ljallangan guruhning harakatlari. Odatda manevr kutilmaganda amalga oshiriladi va uning oqibati dushman darvozasi oldida xavfli daqiqadir.	Ложный маневр – действия группы, призванные обмануть соперника для проведения тактической комбинации. Обычно манёвр проводится неожиданно и следствием его становится опасный момент у ворот противника.	False maneuver - the actions of the group, designed to deceive the opponent in order to carry out a tactical combination. Usually the maneuver is carried out unexpectedly and the consequence of it is a dangerous moment at the gates of the enemy.
"Imkonsiz to'p" - bu aks ettirilmaydigan zarbaning nomi. Bunday zarbalarni, hatto eng ko'zga ko'ringan darvozabonlar ham kamdan-kam hollarda qaytarishlari mumkin edi.	„Мертвый мяч“ – так называют удар, который невозможно отразить. Такие броски даже самые выдающиеся вратари могли парировать крайне редко.	"Dead ball" - this is the name of a blow that cannot be reflected. Such shots, even the most outstanding goalkeepers could parry very rarely.
Dribling - bu o'yinchining to'p bilan turli yo'nalishdagi harakati. Ingliz futboli terminologiyasiga ko'ra, "dribbler" - to'pni mahorat bilan dribling qiladigan futbolchi..	Дриблинг – это движение в различных направлениях игрока с мячом. По английской футбольной терминологии «дриблером» называют футболиста, умело ведущего мяч.	Dribbling is the movement in different directions of the player with the ball. According to English football terminology, a "dribbler" is a football player who skillfully dribbles the ball.

Ikki karia - bir vaqtning o'zida chempionat va mamlakat kubogidagi g'alaba.	Дубль — победа одновременно в чемпионате и розыгрыше Кубка страны.	Double - victory at the same time in the championship and the Cup of the country.
Qura - bu maydon tomoni va jamoalarning musobaqada o'ynash tartibini tanlash	Жеребьевка — выбор стороны поля и определение порядка, в котором будут выступать команды в соревнованиях	The draw is the choice of the side of the field and the order in which the teams will play in the competition
Nopok o'yin - sportchilarning maydondagi qo'pol va insofsiz harakatlari: jarohatni taqlid qilish, vaqtni ataylab kechiktirish, aralashish, so'z yoki imo-ishora bilan qabul qilingan qarorga rozi emasligini bildirish, maydonda baland ovozda qichqiriq va boshqalar.	Грязная игра — грубые и нечестные действия спортсменов на поле: симуляция травмы, умышленное затягивание времени, создание помех, выражение несогласия с принятыми решениями словом или жестом, громкие крики на поле и т.д.	Dirty play - rude and dishonest actions of athletes on the field: simulation of an injury, deliberate delaying time, creating interference, expressing disagreement with the decisions made with a word or gesture, loud screams on the field, etc.
Diskvalifikatsiya - reglamentni, qoidalarni buzganligi, noto'g'ri xatti-harakatlari uchun bitta o'yinchini ham, butun jamoani ham musobaqalarda qatnashish huquqidan mahrum qilish.	Дисквалификация — лишение права принимать участие в соревнованиях как одного футболиста, так и целой команды за нарушение регламента, правил, недостойное поведение.	Disqualification - deprivation of the right to take part in competitions of both one football player and the whole team for violation of the regulations, rules, misbehavior.
Out - tushunchasi inglizcha "out, out" dan keladi. Bu to'p o'yin maydonidan tashqarida bo'lgan, chegara chizig'ini	Аут — понятие произошло от английского «вне, вон». Так называют положение, когда мяч находится вне	Out - the concept comes from the English "out, out." This is the name of the position when

kesib o'tgan pozitsiyaning nomi	игрового поля, пересек ограничительную линию	the ball is out of the playing field, crossed the boundary line.
Autsayder - bu turnir jadvalida quyi pog'onalardan birini egallab turgan jamoaning nomi. Autsayder - bu birinchi ligadan ikkinchi ligaga o'tish bilan tahdid qilingan, muvaffaqiyatsiz o'ynagan jamoa.	Аутсайдер — так называют команду, которая занимает в турнирной таблице одну из нижних строк. Аутсайдер — это неудачно выступившая команда, которой грозит переход из первой лиги во вторую.	Outsider - this is the name of the team that occupies one of the bottom lines in the standings. An outsider is an unsuccessfully performed team, which is threatened with a transition from the first league to the second.
Yugurib kelish - bu to'pga ega bo'lmagan o'yinchi(lar)ni qabul qilish uchun mo'ljallangan maydonga harakat qilish usuli.	Набегание — технический приём, при котором игрок(и), не владеющий(ие) мячом, производит(ят) движение в предполагаемую зону получения навеса.	A run-in is a technique in which the player(s) who are not in possession of the ball make(s) a move into the intended receiving area.
Naves — tepadan keladigan to'p - havo orqali pas.	Навес — от навесная передача — пас по воздуху.	Canopy - from mounted gear - pass through the air.
Oyoq tagini raqib oyoqlariga tutish - xavfli o'yin uchun shartlardan biri.	Накладка — один из терминов, обозначающий опасную игру	Overlay - one of the terms for a dangerous game.
Hujumchi - hujum chizig'ining o'yinchisi.	Нападающий — игрок линии атаки.	Forward - player of the line of attack.
Durang - g'olibsiz o'yin natijasidir.	Ничья — результат матча, при котором не выявлен победитель.	A draw is the result of a match without a winner.
Qaychi - bu ikki oyog'ini havoda kesib o'tganda, futbolchi to'pni tepadigan texnikadir.	Ножницы — технический приём, при котором футболист бьёт по мячу,	Scissors - a technique in which a football player hits the ball when

	когда обе ноги скрещиваются в воздухе.	both legs are crossed in the air.
Avtogol-o'yinchining o'z darvozasiga urgag goli.	Автогол - гол, забитый игроком в ворота своей команды.	Авто гол - а гол scored бй а плайер at тхе gate оф хис team.
Erkin zarba-to'g'ri bo'lmagan jarima zarbasi. Gol xisoblanadi, faqatgina, to' darvozaga uchis'h jarayonida biror bir jamoa o'yinchisi tupga tegib ketsa. Mabodo, to p darvozaga xech kimga tegmay kirs, hakam burchak zarbasi belgilaydi.	Свободный удар -непрямой штрафной удар, после которого гол засчитывается, только если хотя бы один из игроков (любой команды) прикоснулся к мячу, пока тот летел до ворот. В случае, если мяч попал в ворота без такого касания, судья назначает угловой удар.	Free kick - an indirect free kick, after which a goal is counted only if at least one of the players (any team) touched the ball while it flew to the goal. If the ball hits the goal without such a touch, the referee appoints a corner kick.
Arbitr-musobaqa jarayonini, o'yin vaqtini nazorat kiliuvchi, shuninigdek, sport musobaqasining boshlanishi va yakunlanishiga belgi beruvchi va natijalarni qayd qiluvchi odam.	Арбитр - человек, осуществляющий контроль за ходом состязания, временем игры, а также дающий сигнал окончания и начала спортивного состязания и фиксирующий результаты.	Referee - a person who exercises control over the course of the competition, the time of the game, as well as giving a signal for the end and start of the sports competition and recording the results.
Erkin zarba-to'g'ri bo'lmagan jarima zarbasi. Gol xisoblanadi, faqatgina, to' darvozaga uchish jarayonida biror bir jamoa o'yinchisi tupga tegib ketsa. Mabodo, tup darvozaga xech kimga tegmay kirs, hakam burchak zarbasi belgilaydi.	Свободный удар - непрямой штрафной удар, после которого гол засчитывается, только если хотя бы один из игроков (любой команды) прикоснулся к мячу, пока тот летел до ворот. В случае, если мяч попал в ворота без такого касания, судья назначает угловой удар.	Free kick - an indirect free kick, after which a goal counts only if at least one of the players (any team) touched the ball while it flew to the goal. If the ball hits the goal without such a touch, the referee appoints a corner kick.

Asosiy vaqt-to'qson daqiqaga teng match va qirq besh daqiqadan kam bo'lgan taym uchun vaqt oralig'i.	Основное время - промежуток времени, равный для матча девяносто минутам, а для тайма - сорока пяти минутам и никак не менее (за исключением форс-мажора).	Main time - a period of time equal to ninety minutes for the match, and for forty-five minutes and no less (with the exception of force majeure).
Dribling-raqib jamoa futbolchisini aldab o'tish maqsadida futbolchining o'ziga xos harakatlanishi.	Дриблинг - специфические движения футболиста с мячом, имеющие своей целью обводку игроков другой команды.	Dribbling - specific movements of a football player with a ball, with the aim of stroking the players of another team.
Dubl-jamoaning bitta mavsum jarayonida mamlakat birinchiligi va kubogini sovrinini qulga kiritishi	Дубль - выигрыш одной командой одновременно кубка страны и первенства в течение одного сезона.	Double - a single team wins the country's cup and championship simultaneously for one season.
Autsayder-turnir jadvalining oxirida turgan jamoa	Аутсайдер - жамоа, которая находится в конце турнирной таблицы.	Outsider - a team that is at the end of the standings.
Ataka-raqib jamoa darvozasiga harakatlanish.	Атака - продвижение к воротам противника.	Attack - advance to the opponent's goal.
Plyaj futboli-plyajda yoki qumda o'ynaladigan futbol varianti.	Пляжный футбол - вариант ассоциации футбола играл на пляже или какойлибо форме песка. Также известный как пляжный футбол	Beach football - A football association option played on the beach or some form of sand. Also known as beach soccer or beasal.
qo'shilgan vaqt - kompensatsiyalangan vaqt	Добавлено время - компенсированное время .	Added time - compensated time.
Anti-futbol-mustahkam mudofaa uslubidagi o'yinga kamsitilish termini.	Анти-футбол - уничижительный термин для особо прочного и оборонительного стиля игры.	Anti-football - is a derogatory term for a particularly strong and defensive style of play.

amallariga aytiladi (B.A.Ashmarin, 1990).	человека (Б.А.Ашмарин, 1990).	person (B.A. Ashmarin, 1990).
Jismoniy mashqlar shakli – bu mashqning tashqi va ichki toʻzilmasi, muvofiqligi, tartibidir.	Форма физических упражнений – представляет собой их внешнюю и внутреннюю организацию, согласованность, упорядочение.	The form of physical exercises - is their external and internal organization, consistency, ordering.
Musobaqa mashqlari – bu, biron-bir sport turi mutaxassisligi predmeti hisoblanib, ushbu sport turi musobaqa qoidalariga muvofiq bajariladigan harakat amallaridir.	Соревновательные упражнения – это двигательные действия, которые являются предметом спортивной специализации, и выполняются в соответствии с правилами соревнований по данному виду спорта.	Competitive exercises are motor actions, which are the subject of sports specialization, and are performed in accordance with the rules of competitions for this sport.
Maxsus-tayyorlovchi mashqlar – bunday mashqlar musobaqa mashqining u yoki bu variantini ifodalaydigan mashqlardir. Bunday mashqlarning zaruriy alomati boʻlib, ularning musobaqa mashqiga ham shaklan va ham mazmunan oʻxshashligidir.	Специально - подготовительные упражнения – это те упражнения, которые представляют те или иные варианты соревновательного упражнения. Обязательным признаком таких упражнений является существенное сходство с соревновательными как по форме, так и по содержанию.	Specially - preparatory exercises are those exercises that represent those or other variants of the competitive exercise. An obligatory sign of such exercises is a substantial similarity with the competitive ones both in form and in content.
Texnika - harakat amallarini bajarish usuli hisoblanib, ular yordamida harakat vazifalari maqsadga muvofiq va nisbatan yuqori samarada hal etiladi.	Техника – это способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается целесообразно с относительно большей эффективностью.	Techniques are methods of performing motor actions by means of which the motor problem is solved expediently with relatively greater efficiency.

Texnika asosi – bu, harakat va aynan hal etish uchun zarur harakatlar majmuisidir.	Основа техники - это совокупность движений, необходимых для решения двигательной задачи.	The basis of technology is the totality of the motions necessary to solve the motor task.
Texnika detali – deb, harakat va aynan hal etish jarayonida individual xususiyatlarni to'liq amalga oshirish imkonini beradigan va texnika asosini buzmaydigan harakatlar o'ziga xos harakatlarga aytiladi.	Детали техники - второстепенные особенности движения, не нарушающие основ техники, но способствующие более полной реализации индивидуальных возможностей при решении двигательной задачи.	The details of the technique are secondary features of the movement, which do not violate the fundamentals of technology.
Tushuntirish - tushuntirish material orqali bajarilayotgan harakatlar asosida yotgan muhim qonuniyatlarni mohiyati ochib beriladi, o'qiyotgan o'quv materialining chuqur tushuntirish ta'minlanadi, o'quvchilarni faol fikrlash faolligiga undaydi.	Объяснение – предполагает раскрытие существенных закономерностей выполняемых движений, обеспечивает глубокое понимание изучаемого учебного материала, побуждает обучаемых к активной мыслительной деятельности.	The explanation - involves the disclosure of the essential regularities of the performed movements, provides a deep understanding of the study material, encourages the students to active thinking activity.
Analiz qilish - ushbu material subbidan shunisi bilan farq qiladiki, biron-bir topshiriq bajarilganidan so'ng analiz qilinadi.	Разбор – отличается от беседы только тем, что проводится после выполнения какого-либо задания.	Analysis - differs from the conversation only by what is being done after completing a task.

Ko'rsatma berish - harakat amali noto'g'ri bajarilganda muvofiq tuzatishlar kiritish maqsadida so'z orqali ta'sir o'tkazish (masalan, "tezroq", "balandroq" va h.k.).	Указание — словесное воздействие с целью внесения соответствующих поправок при неправильном выполнении двигательных действий (например, «быстрее», «выше взмах» и др.)	The indication is a verbal influence with the aim of making appropriate corrections when the motor actions are not performed correctly (for example, "faster", "higher swings", etc.).
Baholash - bajarilgan amalning tahliliy natijasi (masalan, "yaxshi", "to'g'ri", "yomon" va h.k.).	Оценка — результат анализа выполненного действия. (Например, «хорошо», «правильно», «плохо» и др.).	Evaluation is the result of an analysis of the action performed. (For example, "good", "right", "bad", etc.).
O'yin usuli — Ushbu metod asosini obrazli yoki shartli syujetga muvofiq aniq bir shaklda tartiblangan harakat faoliyati tashkil etadi.	Игровой метод - Основу этого метода составляет определенным образом упорядоченная двигательная деятельность в соответствии с образным или условным сюжетом.	The game method - The basis of this method is in a certain way ordered motor activity in accordance with a figurative or conditional plot.
Musobaqa metodi — bu metodda, mashqlar musobaqa shaklida bajariladi. Ushbu metoddan, jismoniy, ruhiy-irodaviy va ahloqiy qobiliyatlarni rivojlantirish, texnik-taktik malaka-va ko'nikmalarni takomillashtirish uchun foydalaniladi.	Соревновательный метод – это способ выполнения упражнений в форме соревнований. Соревновательный метод применяется для развития физических, волевых и нравственных качеств, совершенствования технико-тактических умений и навыков.	The competitive method is a way of performing exercises in the form of competitions. The competitive method is used to develop physical, volitional and moral qualities, improve technical and tactical skills and skills.
Harakat malakasi — bu, harakatni shunday	Двигательное умение — это такая степень владения	The motor skill is such a degree of

o'zlashtirilganlik sharoitida, harakatni boshqarish tafakkurning faol tabiiyki asosida amalg oshiriladi.	двигательным действием, при котором управление движениями происходит при активной роли мышления.	possession of the motor action, in which the control of movements occurs with the active role of thinking.
Harakat ko'tikmasi – bu, harakatni shunday o'zlashtirilganlik sharoitida, harakatni boshqarish avtomatlashgan tarzda amalga oshiriladi.	Двигательный навык – это такая степен владения действия, при котором управление движениями происходит автоматизировано.	Motor skill is the degree of ownership of an action in which motion control is automate.
Sabu – bu, harakat amalgga e'zilarli ta'sir bo'lganligi tarzda amalgning texnika modelidan og'gan holda bajarilishga aytiladi.	Ошибка – выполнение упражнения с отклонением от модели техники, которое оказывает ошутимое влияние на результат действия.	Error - the exercise of the exercise with a deviation from the model of technology, which has a tangible effect on the result of the action.
Tezkorlik qobiliyatlari – bu, insonning harakat amalgini berilgan sharoitlarda minimal vaqt oralig'ida bajarilishini ta'minlaydigan funksional qobiliyatlarning majmuidir.	Скоростные способности – это комплекс функциональных свойств человека, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий отрезок времени.	Speed capabilities - a complex of functional properties of a person, providing the performance of motor actions in the minimum period for these conditions.
Oddiy reaksiya – bu, oldindan ma'lum bo'lgan tutqilish to'rtidan paydo bo'lgan signalga (ko'rinish, e'zish, taktil), ma'lum harakat orqali javob qaytarishdir.	Простая реакция - это ответ заранее известным движением на заранее известный, но внезапно появляющийся сигнал (зрительный, слуховой, тактильный).	A simple reaction is an answer in advance known movement to a previously known, but suddenly appearing signal (visual, auditory, tactile).
Chidamlilik – bu, insonning mushak faoliyati tutqilishda, insonni	Выносливость – способность человека противостоят физическому	Endurance is the ability of a person to resist physical fatigue in

charchashga qarshi tura olish qobiliyatidir.	утомлению в процессе мышечной деятельности.	the process of muscle activity.
Umumiy chidamlilik – bu, mushak tizimining global ish bajarishi sharoitida oʻrtacha shiddatdagi ishni uzoq vaqt bajara olish qobiliyatidir.	Под общей понимают выносливость к продолжительной работе умеренной интенсивности, включающей функционирование всего мышечного аппарата.	Under the general understanding of endurance to the long-term work of moderate intensity, including the functioning of the entire muscular apparatus.
Maxsus chidamlilik – bu, ixtisoslik predmeti sifatida aniq bir faoliyatga nisbatan chidamlilikdir.	Выносливость по отношению к определенной деятельности, избранной как предмет специализации, называют специальной.	Endurance in relation to a particular activity, chosen as a subject of specialization, is called special.
Egiluvchanlik – bu, insonning harakatlarni katta amplitudada bajara olish qobiliyatidir.	Гибкость - способность человека выполнять движения с большой амплитудой.	Flexibility is a person's ability to perform movements with a large amplitude.
Koordinatsiya – bu, insonning aniq harakat vazifalarini hal etishda tana boʻgʻinlaridagi harakatlarni ratsional moslashtirish qobiliyatidir.	Координация – это способность человека рационально согласовывать движения звеньев тела при решении конкретных двигательных задач.	Coordination is the ability of a person to rationally coordinate the movements of the links in the body when solving specific motor tasks.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli qarori, 2017 yil.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019 yil 14 dekabrda PF-5887-sonli Qarori bilan O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida farmoni.
3. Андреев С.П. Футбол — это ваша игра. М.: Просвещение, 1989.
4. Андреев С.П. Играй в футбол. М.: Поматур, 1999 г.
5. Алиев М.Б., Усмонхужаев Т.С., Сагдиев Х.Х. Спорт уйинлари-Футбол. Тошкент, "Илим-зиё" 2006 й.
6. Усмонхужаев Т., Юсупов Ж., Акрамов Ж. "Жисмоний тарбия". Тошкент, "Ўқитувчи" нашриёти. 2008 й.
7. Качини Л., Горский Л. Тренировки футболистов. Братислава, 1984 г.
8. Нуримова Р.И. "ФУТБОЛ" учебник Издателско-полиграфический отдел УИ оСИФК, Ташкент – 2005 г.
9. Акрамов Р. А "ФУТБОЛ" дарслик УзДЖТИ нашриёти 2006 й
10. Nurimov R.I., Abidov Sh.U., Akramov R.A., Koshbaxtieva I.A., Talipdjanov A.I., Nurimov Z.R., Iseyev Sh.T. Qurbonov O.A., Davletmuratov S.R., Futbol mazkurlyasi va uslubi. – Toshkent, 2015.
11. Хижиев Р., Tulenova X., Niyozov A., Erejepov A. "Futbol saboqlari" DIZAYN-PRESS" nashrieti. 2013 y
12. Shatipov H. A "Sport o'yinlari" (Hakamlik qoidalari) «Yosh kuch» nashriyoti. 2021 y.
13. Amonturdiyev B.Q "Futbol o'yini". "Surxon nashr" nashriyoti 2021 y

MUNDARIJA

	Kirish.....	3
	I BOB. FUTBOL O'YINING TARIXI	5
1.1	Futbol tarixi.....	5
1.2	O'zbekistonda futbolining rivojlanish	7
	II BOB. JAHON FUTBOLINING UMUMIY BOSHQARUVI	12
2.1	Futbolning umumiy tavsifi.....	12
2.2	Futbol boshqaruvining tashkiliy tuzilishi.....	12
2.3	Futbolning oliy organi.....	13
2.4	Jahon sporti.....	15
2.5	Futbol millionlar o' yini.....	18
2.6	O'zbekiston futbolida yilning eng yaxshilari aniqlandi.....	28
	III BOB. FUTBOL QOIDALARI VA XAKAMLIK QILISH.	30
3.1	Maydon va jihozlar.....	30
3.2	Maydondagi chiziqlar.....	30
3.3	Musobaqa nizomi.....	32
3.4	Musobaqa turlari.....	33
3.5	O'yin qoidolari va ularga rioya qilish	34
3.6	Hakamlar harakati imo-ishoralari.....	40
	IV BOB. FUTBOL O'YINI TEXNIKASI	42
4.1	Futbol texnikasi.....	42
4.2	Futbol texnikasining tasnifi.....	42
4.3	Harakatlanish texnikasi	43
4.4	Maydon o'yinchisining texnikasi.....	47
4.5	To'pga zarba berish.....	47
4.6	To'p traektoriyasi xususiyatlari.....	51
4.7	To'pni to'xtatish texnikasi.....	65
4.8	To'pni olib yurish.....	76
4.9	To'pni olib qo'yish texnikasi.....	81
4.10	To'pni tashlash.....	84
4.11	Darvozabonning o'yin texnikasi.....	85
4.12	To'pni ilib olish.....	86
4.13	To'pni qaytarib yuborish.....	92
	V BOB. FUTBOL TAKTIKASI	95
5.1	O'yin taktikasi	95
5.2	Darvozabonning o'yin taktikasi.....	97
5.3	Hujum taktikasi	100
5.4	Himoya taktikasi.....	108
	Glossariy.....	115
	Foydalanilgan adabiyotlar	129

ALIMOV T. Y

FUTBOL ASOSLARI

Nash.lis. AI № 276, 15.06.2015

Bosishga ruxsat etildi: 29.12.2022-yil

Bichimi 60x84 ^{1/16}, « Times New Roman»

garniturada raqamli bosma usulda chop etildi.

Shartli bosma tabog'i 6.3. Adadi 100. Buyurtma № 10-01

Тел.: (99) 832 99 79; (99) 817 44 54

“LESSON PRESS” MChJ nashriyoti,

100071, Toshkent, Komolon ko'chasi, 13-uy.

«IMPRESS MEDIA» MChJ bosmaxonasida chop etildi.

Toshkent shahri, Qushbegi ko'chasi, 6-uy.



ISBN: 978-9943-1815-6-3

