

7A8:5
A-81

Artiqov Asqar Akbarovich

FUTBOL NAZARIYASI VA USLUBIYATI

(futbol evolyusiyasi, futbolning rivojlanish tarixi)



O'quv qo'llanma

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
JISMONIYTARBIYA VA SPORT VAZIRIGI**

**O'ZBEKISTON DAVLAT JISMONIY TARBIYA VA
SPORT UNIVERSITETI**

FUTBOL NAZARIYASI VA USLUBIYATI

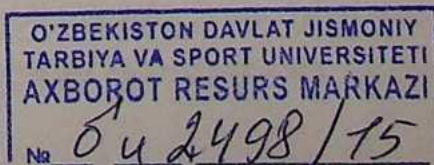
Artiqov Asqar Akbarovich

**FUTBOL NAZARIYASI VA USLUBIYATI
(FUTBOL EVOLYUSIYASI, FUTBOLNING
RIVOJLANISH TARIXI)**

O'quv qo'llanma

5610500 – Sport faoliyati (faoliyat turlari bo'yicha)

**TOSHKENT
“O'ZKITOBSAVDONASHRIYOTI” NMIU
2022**



UO‘K: 796.332(091)(075)

KBK: 75.578я73

Taqrizchilar:

pedagogika fanlari nomzodi, professor.
Sh.U Abidov

pedagogika fanlari nomzodi, professor.
Sh.T Iseev

Futbol nazariyasi va uslubiyati (futbol evolyusiyasi, futbolning rivojlanish tarixi) / o‘quv qo‘llanma: **A.A Artiqov**.
“O‘ZKITOBSAVDONASHRIYOTI” NMIU: 2022. - 160 b.

O‘quv qo‘llanma O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti uchun futbol nazariyasi va uslubiyati fani dasturi asosida tayyorlangan. O‘quv qullanmada futbol sport turida musobaqalarni tashkil qilish va o‘tkazish bo‘yicha ma‘lumotlar keltirilgan. Ayniqsa, musobaqalarning ahamiyati, xususiyatlari, musobaqa turlari, musobaqalarni rejlishtirish, mag‘lubiyatdan keyin o‘yindan chiqib ketish bilan o‘ynaladigan musobaqa tizimi va musobaqalarni davrali tizimda o‘tkazish tartibi bo‘yicha ma‘lumotlar keng yoritilgan. O‘quv qo‘llanma 5610500 – Sport faoliyati (faoliyat turlari bo‘yicha) talabalari uchun yaratilgan.

Учебное пособие подготовлено для кафедры «Теория и методика футбола» Узбекского государственного университета физической культуры и спорта на основе типовой программы. В пособии содержится информация об организации и проведении соревнований по футболу. В частности, широко освещается важность, характеристика, виды соревнований, планирование соревнований, система соревнований с вылетом из турнира после поражения, а также порядок соревнований по круговой системе. Учебное пособие предназначена для студентов 5610500 – Спортивная деятельность (по видам деятельности).

The manual was prepared for the Department of Theory and Methods of Football of the Uzbek State University of Physical Culture and Sports on the basis of a standard program. The manual contains information on the organization and conduct of football competitions. In particular, the importance, characteristics, types of competitions, planning of competitions, the system of competitions with a departure from a tournament after a defeat, as well as the order of competitions in a round robin system are widely covered. Textbook for students 5610500 - Sports activities (by type of activity).

ISBN: 978-9943-7752-1-3

© **A.A Artiqov, 2022**
© “O‘ZKITOBSAVDONASHRIYOTI” NMIU, 2022

KIRISH

Istiqbolli va iqtidorli futbolchilarni tanlash va tayyorlashning samarali tizimini yaratish, milliy terma jamoalar va professional futbol klublari uchun sifatli sport zaxirasini shakllantirish, xalqaro talab va standartlar asosida futbol bo'yicha trener va hakamlarni tayyorlash, qayta tayyorlash va malakasini oshirish maqsadida, shuningdek, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018 yil 5 martdagi «Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi pf-5368-son farmoniga muvofiq "Futbolni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida" O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2018-yil 16 martdagi pq-3610-sonli qarori chiqdi.

Bundan tashqari so'nggi yillarda xalqimizning salomatligi to'g'risida g'amxo'rlik qilish, ma'naviy va jismoniy barkamol avlodni shakllantirish, millionlar o'yini bo'lgan va mamlakatimizda alohida o'rin tutadigan sportning futbol turiga aholini, ayniqsa yoshlarni keng jalb etish bo'yicha bir qator chora-tadbirlar amalga oshirilib kelinmoqda.

Shu bilan birga, bugungi kunda mamlakatimizda yuqori iqtidorga ega bo'lgan yosh futbolchilarni tanlash, saralab olish (seleksiya) tizimi va futbol infratuzilmasini yanada rivojlantirish, futbol bo'yicha sport maktablari faoliyatini yangi bosqichga ko'tarish, soha mutaxassislarini tayyorlash va ularni moddiy rag'batlantirish tizimini yaxshilash, o'tkazilayotgan musobaqalar saviyasini yuksaltirish kabi masalalar dolzarb vazifalardan biri bo'lib qolmoqda.

O'zbekistonda futbolni aholi o'rtasida eng ommaviy sport turiga aylantirish, yuqori iqtidorga ega bo'lgan yosh futbolchilarni tanlash, saralab olish va ularni professional sportchilar sifatida tayyorlash tizimini yo'lga qo'yish, mamlakat futbolini rivojlangan mamlakatlar bilan raqobat qila oladigan darajaga yetkazish, xalqaro talab va standartlar asosida futbol bo'yicha mutaxassislarni tayyorlash, futbol klublari faoliyatini rivojlantirish, terma jamoalar uchun o'quv-mashq jarayonini samarali tashkil etish, mamlakatimizda futbol bo'yicha yirik xalqaro musobaqalar, jumladan, o'smirlar, yoshlar va xotin-qizlar

jamoalari o'rtasida jahon va qit'a birinchiliklarini o'tkazish maqsadida "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni mutlaqo yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to'g'risida" O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2019-yil 4-dekabrdagi pf-5887-son farmoni e'lon qilindi.

Futbol turi bo'yicha bir qancha oxirgi yillarda halqaro musobaqalarda vatanimizni himoya qilib kelayotgan jamoalar yaxshi natijalarni qo'lga kiritishmoqda. Lekin, bu natijalari yaxshi bo'lishiga qaramay, biz hali yetarli darajada Osiyoning yetakchi futbol jamoalarga, ya'ni Eron, Yaponiya, Xitoy, Koreya terma jamoalaridan barcha tayyorgarlik turlari bo'yicha, ortda qolishimiz, ular bilan bahslarda ko'zga tashlanib qolmoqda. Bundan kelib chiqib, futbol mutaxassis va murabbiylar izlanishlarida, futbolchilarimizning jismonan, texnik va taktik jihatdan ancha orqada ekanligi deb ta'kidlashayapti. Bu natijalarni o'tkaziladigan turli toifadagi musobaqalarda ko'rishimiz mumkin.

Zamonaviy futbol musobaqalarini o'tkazilishi hamda ulardagi o'zaro raqobatning keskinlashuvi va o'yin shiddatining nihoyatda o'sib borayotganligi, bu esa o'quv – mashg'ulot jarayonida yangicha ilmiy nazar bilan yondashishni taqazo etadi. Musobaqalarni tez yoki uzoq vaqt, qaysi tizimda tashkil etilishi, yuksak mahoratli, har tomonlama jismoniy va funksional imkoniyatlarga ega, iste'dodli hamda raqobatdosh futbolchilarni tayyorlash muammosi muqobil va samarali pedagogik texnologiyalarni ishlab chiqish zaruriyatini belgilab bermoqda. Albatta, bugungi kunda ushbu yo'nalish bo'yicha boy ilmiy tajribalar, samarali uslubiy tavsiyalar, amaliy ahamiyatga molik ilmiy tadqiqot xulosalari mavjud.

Tashkil etilib, o'tkaziladigan barcha sport musobaqalari shug'ullanuvchilarning malakalarini oshirishda katta ahamiyatga ega. Ayniqsa, futbolchilarning jismoniy, texnik, taktik, ruhiy hamda funksional tayyorgarliklarni aniqlashga va takomillashtirishga yordam berib mashg'ulotlardagi olib boriladigan mehnat natijasini ko'rsatib berishga imkon beradi.

Tashkiliy jihatdan to'g'ri va yaxshi tashkil qilingan musobaqalar juda muhim ahamiyatga ega, chunki musobaqalar faqat jismoniy sifatlargagina (kuchlilik, chidamlilik, tezkorlik va egiluvchanlik) emas,

balki ruhiy-psixologik sifatlarga ham katta ta'sir ko'rsatadi. Musobaqa davrida sportchilarning tashkilotchilik, o'zini tuta bilishlik, jamoa maqsadini o'z maqsadidan yuqori qo'ya olishlik kabi yana bir qancha sifatlari ham takomillashadi.

Mamlakatimizda musobaqalar o'tkazilishi tufayligina sport o'yinlaridan basketbol, voleybol, futbol, gandbol, tennis va boshqalar ommaviylashdi. Demak, musobaqalarsiz sportning bo'lishi mumkin emas. Ularni o'tkazish har doim dolzarb masalalardan bir bo'lib kelmoqda. Ko'pgina korxona, muassasa, oliygoh, maktablarda musobaqalarni o'tkazishda asosan sport ishlariga mas'ul hodimlar zimmasida bo'ladi. Ular tomonidan musobaqalarni to'g'ri tashkil etish hamda olib borish tizimlari asosida musobaqa saviyasi namoyon bo'ladi. Biz tomonimizdan tavsiya etilgan o'quv uslubiy qo'llanmada mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi ahamiyati to'g'risida keng yoritilgan bo'lib, barcha sport ishlariga mas'ul shaxslar foydalanishlari mumkin.

I-bob SPORTDA MUSOBOQALARNING AHAMIYATI

1.1. Sportda musobaqalashish faoliyatining psixologik xususiyatlari

Musobaqa – jamiyatning tarixiy rivojlanishi turli bosqichlarida uning moddiy hayot sharoitlari bilan birlashgan faoliyat alohida turi sifatida sport atributi. Jismoniy tarbiyada ham musobaqalardan foydalaniladi. Lekin bu yerda u maktabda, oliy o'quv yurtida jismoniy tarbiya darsi ommaviy jismoniy tarbiya tadbirlarida aniq vazifalarini hal etish bilan bog'liq faqat ma'lum sharoitlarda aniqlanadigan bu jarayonning xususiyatlaridan biri sifatida ishtirok etadi. Bunday hollarda odatda shunchaki musobaqalashish emas, balki musobaqalashish metodini qo'llash haqida gapiriladi. Faoliyatning tarixiy yuzaga kelgan sharoitlari sababli sportning aniq bir turlarida musobaqalar o'z xususiyatiga ega bo'ladi. U faoliyatning mazmuni va shakli bilan belgilanadi va musobaqalar qoidalari bilan tartibga solinadi. Biroq, sportning hamma turlari uchun umumiy bo'lgan musobaqalarning ba'zi xususiyatlari mavjud.

Bu o'ziga xosliklar asosan psixologik bo'ladi. Ancha avvaldan sport sohasidagi mutaxassislar musobaqalarni sportchilarning aqli, irodasi, sezgisi, jismoniy va texnik mukammalliklari, kurashi, faqatgina jismoniy va motorli emas, balki psixik darajada ham bo'ladigan kurash jarayoni sifatida qaraganlar.

Shu sababli umumiy shaklda kurash jarayoni sifatida sport musobaqalarining aynan psixologik jihatlari ko'rsatiladi. Mana shundan musobaqaning asosiy xususiyati – musobaqalashuvchilarning bir xil maqsadga, raqibi ustidan ustunlikka erishish va shu bilan bir vaqtda shunday harakatiga unga qarshilik ko'rsatishga intiluvchi bevosita yoki vositalar yordamida musobaqalashuvchi raqiblarning o'zaro aloqalari yoki bir-biriga ta'siri kelib chiqadi.

Jamoali sport turlarida bu yana sport jamoasi hamma a'zolarining harakatlari mosligini, uning fikrlari, irodasi va sezgilari birligini umumlashtirib aytganda birlashib musobaqa kurashlarini olib borishni talab etadi.

Kurash jarayonining o'zi va uning natijasi, ya'ni har doim faqat sport hakamlari tomonidan baholanadigan emas, balki jamoatchilik bahosini ham oladigan erishilgan natijaning har bir sportchi uchun shaxsiy va ijtimoiy ahamiyati ham sport musobaqasining xususiyati hisoblanadi.

Musobaqalashish kurashi va uning natijasi yuksak darajadagi sportchilar uchun muhim ahamiyatga ega.

Psixologiyada "ahamiyatlilik" tushunchasining mohiyati va bilimlarni egallashda, diqqati faoliyati, faoliyat mahsuldorligida uning roli ko'rsatib berilgan.

Sport musobaqalarida bularning hammasi ayniqsa yaqqol ifodalanadi. Musobaqalarda ishtirok etishi ahamiyatini anglab yetish odatda musobaqalar maqsadiga erishishga yordam beruvchi kuchli omil bo'lib qoladi. Ammo ahamiyatliligi har bir sportchi uchun o'z o'lchamiga ega (A.S.Puni), u nerv sistemasining va psixikasining uning diqqatini musobaqada ishtirok etish mas'uliyatiga qaratuvchi, musobaqa natijasining uning shaxsiy obro'siga, nima bo'lsa ham medal olishga sazovor bo'lishga jalb etuvchi turli ta'sirlanishlarga nisbatan mustahkamligi darajasi bilan belgilanadi. Agarda o'lcham buzilsa ahamiyatining ta'siri salbiy bo'lib qoladi.

Sportchining imkoniyatlari darajasida yuqori natijaga erishishga intilishi sport musobaqasining yana bir xususiyatidir.

Bu imkoniyatlar turlichadir, ular sportchining malakasiga, uning har bir musobaqaga tayyorgarligi darajasiga bog'liq bo'ladi. Lekin yuksak natijaga erishish har doim ham maksimal jismoniy va psixik kuch sarflash bilan, ba'zida sportning imkoniyatlaridan ustun bo'lgan kuchlar sarflash bilan bog'liq bo'ladi.

Sport musobaqalarining umumiy psixologik xususiyatlarini ko'rsatib sportchilarga ko'plab turli xildagi omillar – tomoshabinlar tartibi va xulqlari, hakamlar harakatlari, murabbiylar bilan o'zaro aloqalar, meteorologik sharoitlar, deyarli har bir musobaqa davomida yuzaga keladigan kutilmagan vaziyatlar katta ta'sir ko'rsatadi. Bu omillar situativ amal qilsa ham, sportchilarga ham ijobiy, ham salbiy psixologik ta'sir ko'rsatishi mumkin.

Bularning hammasi bir bo'lib sport musobaqasini ekstremal sharoitlarda davom etadigan faoliyat sifatida ifoda etadi. Bunday faoliyat yuqori samarali bo'lishi uchun har bir sportchi va har bir jamoa unga har jihatdan ayniqsa psixologik tayyor bo'lishi kerak.

1.2. Musobaqalarni o'tkazish ahamiyati

Har qanday sport faoliyati sport musobaqasi bilan uzviy bog'liqdir. Ya'ni hech qanday sport faoliyatini sport musobaqasiz tasavvur etib bo'lmaydi. Sport mashg'ulotlarida o'qitish va tarbiyalash ishlarni olib borilishi aniq bo'lgan musobaqada muvaffaqiyatli qatnashishga tayyorlashdan iboratdir. Musobaqa olib borilgan mashg'ulotlarni yakunlash davri desa ham bo'ladi.

Yosh sportchilardan tortib mahoratli sportchilargacha musobaqa juda muhim ahamiyat kasb etadi. Musobaqalarga qatnashmay turib sport faoliyati xaqida gapirma ham bo'ladi.

Musobaqalar - sportchilar uchun, rag'batlantiruvchi omil hisoblanadi va shu paytning o'zida sportchidan yuklamani tobora oshirib borish, irodani tarbiyalash, sport kurashiga o'rganish va mashq jarayonini nazorat qilishga o'rgatadi.

O'z mohiyatiga ko'ra asosiy hisoblangan, mashqlarning yakuniy nuqtasi bo'lgan bosh musobaqalar soni ko'p bo'lmasligi kerak (yiliga 3-4 marta, sport o'yinlari bundan mustasno). Bosh musobaqalar oddiydan murakkabga va qiyinchiligiga qarab joylashtirilishi lozim. Ularni joriy yilga shunday joylashtirilish kerakki, bunda sportchi hal qiluvchi eng muhim musobaqaga doimiy tayyorlanish imkoniyatiga ega bo'lsin, musobaqalar orasida jismoniy hamda ruhiy dam olsin va bir musobaqada aniqlangan kamchiliklar mashq jarayonida keyingi musobaqalargacha tuzatilsin. Musobaqa davrida sportchi ishtirokinining soni eng avvalo sport turi xususiyatiga bog'liq. Sport turlarida musobaqalar (haftasiga 1-2 musobaqa kunlari) chidamlilikda alohida talablar qo'yadigan va uzoqroq tiklanishni talab etadigan sport turlaridagiga qaraganda ko'proq o'tkaziladi.

Musobaqa pedagogika fanining ta'rificha kishi faoliyatini belgilovchi, kuzatuvchi omildir, ya'ni qo'zg'atuvchi rag'batlantiruvchi omildir. Sport musobaqasining tarbiyalovchi ahamiyati kattadir. Ular quyidagi xususiyatlar bilan xarakterlanadi.

1. Sport muvaffaqiyati uchun kurash-sport musobaqasining xarakterli tomonlaridan biridir. Keskin kurash birgina individual maqsadlar bilan cheklanmaydi, balki jamoaviy hamda ijtimoiy motivlarni ham paydo qilinadi.

2. Sport musobaqasi jismoniy kuch va psixik faoliyatni zo'r berib ishga solish bilan xarakterlanadi. Zo'r berish sport musobaqasining spetsifik xususiyatidir. Bu xususiyat sportchida axloqiy, iroda va xarakter, psixik sifatlarni tarbiyalash vositalaridan biridir.

3. Sport musobaqasidagi shiddatli kurash yurak, qon aylanish faoliyatini kuchaytiradi, modda olmashevni tezlashtiradi. Bularni barchasi yurak-asab faoliyatini mustahkamlaydi. Organizmning ish qobiliyatini oshiradi.

4. Sport musobaqasi yuksak emotsional holatning manbaidir. Chunki musobaqada sportchi doimo muvaffaqiyatga erishadi yoki mag'lubiyatga uchrab turadi. Bu hol tabiiy ravishda, goh xursandlik, goh noxushlikni paydo qilib turadi. Natijada sportchida yoki ishchanlik oshadi yoki kamayadi.

5. Sport musobaqasida sportchining barcha psixik jarayonlari keskinlashadi.

Demak, yuqorida ko'rsatib o'tilgan musobaqaning o'ziga xos xususiyatlaridan ma'lumki, sport musobaqasi sportchining o'z faoliyatini yuksak darajada namoyon qilish va yuksak insoniy sifatlarni tarbiyalash vositasidir. Sportchilarni tayyorgarlik holatiga qarab, musobaqa sharoitlari ularga har xil ta'sir ko'rsatadi.

Start oldi holati sportchining bo'ladigan musobaqaga qatnashishi bilan bog'liq bo'lgan holda vujudga keladigan yuksak emotsional holatdir. Start oldida paydo bo'ladigan emotsional holat bo'ladigan musobaqaga moslashish imkonini tug'diradi hamda erishadigan yakunlar darajasiga kuchli ta'sir o'tkazadi.

Start oldi holatini professorlar P.A.Rudik va A.S. Puni ilmiy eksperimental ishlariga asoslanib 4 (holatga) bo'ladilar.

1. Start oldi lixoradkasi (start hayajoni).
2. Start oldi agatiyasi (start lanji).
3. Jangovor holat.
4. Xotirjam holat.

Start oldi xayajoni quyidagilar bilan ifodalanadi: 1) emotsional holatning beqarorligi; 2) bitta emotsional holat ikkinchisi bilan tezda almashinib turishi; 3) hatto ko'z yoshigacha borib yetishi va yana aksincha qaytishi. Diqqatning tartibsizlanishi, parishonlik holatining vujudga kelishi, fikrni to'playolmaslik. Xotiraning pasayishi, musobaqaga oid muhim vaziyatlarni hotiradan chiqib ketishi. Bu holatni tashqaridan kuzatganda oyoq - qo'llarning qaltirashi, yuzning oqarishi, oyoq - qo'l uchlarining sovib ketishi, yuzda, qo'l kaftida oyoq uchlarida terning paydo bo'lishi bilan ifodalanadi. Start agatiyasi (ruxsizlanish, xafasizlik, lanj, hech narsaga qiziqmaslik). Bu holat start lixoradkasining aksidir. Start agatiyasi quyidagi belgilar bilan ifodalanadi: 1. Uyqu bosish holatini paydo bo'lishi; 2) musobaqaga qatnashgisi kelmasligi; 3) salbiy kayfiyat - (astenik) ning namoyon bo'lishi 4) idrok va diqqatning pasayib ketishi va boshqalar.

Start agatiyasining fiziologik asosi bosh miya po'stlog'ida tormozlanishning kuchayishi, qo'zg'olish jarayonining esa pasayib ketishi (bilan ifodalanadi).

Start lixoradkasi va agatiyasi musobaqada yuksak natijalarga erishish uchun to'siq bo'lsa, jangovor holat esa aksincha sportchiga yo'l ochadi, katta imkoniyat yaratadi. Bu holat quyidagi belgilar bilan ifodalanadi. Diqqatni to'planishining doirasini kengayishi (ifodalanadi) tafakkur va idrokning yaxshilanishi. Stenik (ijobiy) kayfiyatning paydo bo'lishi kabilar. Jangovor holatning fiziologik asosi bosh miyada optimal asab qo'zg'alishining sodir bo'lishi. Boshqacha aytganda qo'zg'alish va tormozlanish jarayonlar o'trasida muvozanatning vujudga kelishi. Bunday holat, ya'ni jangovor holat musobaqada ijobiy natijaga olib keladi.

Mashg'ulotning vazifasi quyidagicha:

1. Talabalarni start oldi holatlarining psixologik xususiyatlarini kuzatishga va tahlil qilishga shuningdek sportchilardagi bu holatlarni tug'diruvchi sabablarni aniqlashga o'rgatish.

2. Talablarni sportchining startoldi holatida o'z psixikasini tartibga solishning asosiy vosita va usullari bilan tanishtirish.

Vazifa: Bu mashg'ulotga har bir talaba o'z tajribasida boshidan kechirgan start oldi holatning tahlilini yozma holda tayyorlaydi. Buning uchun talabalar darslikdagi start oldi holatining turli tiplariga berilgan xarakteristikalariga amal qilgan holda olgan bilimlarini o'z shaxsiy tajribalarida qo'llaydilar. Talabalarga sport bilan shug'ullanishning turli davrlarida boshidan kechirilgan yorqinroq va xarakterliroq start oldi holatlarini misol qilib keltirishlari taklif qilinadi.

Sport musobaqalari o'ziga xos faoliyat bo'lib raqiblarning harakatini tartibga solishda katta rol o'ynaydi, ularning ayrim qobiliyatlarini ob'ektiv ravishda solishtirib ko'rishga va jismoniy sifatlarni maksimal darajada namoyon bo'lishini musobaqa davomida harakatlanishni maksimal darajada ta'minlashga imkoniyat yaratadi.

Sport hozirgi ko'rinishda bir qator o'ziga xos xususiyatlariga ega:

1) Sport musobaqalar faoliyatida, raqobat darajasini ketma-ket yutuqlarga bo'lgan talablarni ortib borishi, sport musobaqalarining tizimiga asoslanib tashkil etiladi (yuqori ringga quyi musobaqalarda qatnashganlar qo'yiladi yoki pastdan yuqoriga).

2) Musobaqada bevosita bajariladigan harakatlarning, boshqarilish sharoitlarini va yutuqlarini baholash usullarini tenglashtirish hisobiga amalga oshiriladi. Bu tenglashtirish musobaqalar o'tkazishning umumiy me'yorlari sifatida muayyan qoidalar bilan mustahkamlanadi.

3) Musobaqalashuvchilarni hatti harakatlari noantagonistik raqobat tamoyillariga muvofiq tartiblashtiriladi.

Sport musobaqalarining xususiyatlarini o'rganish, sport sohasidagi mutaxassislarni qiziqtirib kelgan va hozirgi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotgani yo'q.

Birinchidan - musobaqa sportni asosiy mazmunini tashkil etadi.

Ikkinchidan - sport musobaqalari, sport mashg'ulotidan genetik va bo'ysunishi bo'yicha "kattadir". Ma'lumki, inson ma'naviyati va

madaniyatini rivojlanishida, har xil yakkama-yakka kurash va sport elementlari o'rtasida o'yinlar birinchi bo'lib tashkil topgan. Keyinchalik esa ularni shakllari, uslublari va elementlari tashkil topa boshlagandan keyin tayyorgarlik ko'rash yo'llari aniqlana boshlandi. Hozirgi kunda sportda bu yo'nalishni ko'p soxasi bo'yicha sportchilar tayyorlashni ilmiy asoslangan tizimi tashkil qilinib sport mashg'ulotlarini ham o'z ichiga oladi.

Uchinchidan - sport musobaqalari sportchining jismoniy taktik-texnik imkoniyatlarini, zaxiralarini va sport jamoasini imkoniyatlarini aniqlashda "Poligon" bo'lib hisoblanadi. Shuning uchun faqat musobaqa vaqtida psixologik qarama-qarshiliklarni yengish uchun raqobatchilik hosil qilinadi hamda sportchini musobaqa faoliyatini psixologik strukturasi aniqlanadi. Musobaqalar tizimi o'z ichiga bir qator ofitsial va ofitsial bo'lmagan musobaqalarni birlashtirib, sport faoliyatini nisbatan alohida shakl sifatida tashkil qiladi. Bular ma'lum tartibda o'zining masshtabi, ahamiyati, sportchini tayyorlash bosqichlari va boshqa sharoitlariga qarab bo'linadi.

Musobaqalarda asosiy o'rinlarni absolyut birinchiliklar (shaxsiy va jamoa) dunyo va olimpiada o'yinlari ham egallaydi. Bunday asosiy maqsadga yo'naltirilgan musobaqalar sportchini tayyorlashga ma'lum darajada ta'sir ko'rsatadi. Shunga ko'ra, mashg'ulotning ayrim bosqichlari rejalashtiriladi, yuqori sport natijalarga optimal ravishda tayyorlash vaqti va boshqalar aniqlanadi. Boshqa ko'pgina musobaqalar tayyorgarlik uchun o'tkaziladi. Sport mashg'ulotlarini umumiy vaqtdan 10-15% musobaqa vaqtini aniqlaydi.

Musobaqa faoliyati - bu tartiblashtirilgan raqobat bo'lib, o'z qobiliyatini ob'ektiv ravishda solishtirish va maksimal darajada natija ko'rsatilishini ta'minlash hamda tartibga solishdir. Bu bir qancha maxsus xususiyatlarga ega:

1. Musobaqa tizimida raqobatni oshib borish darajasiga qarab hamda yutuqqa bo'lgan talabga nisbatan (dastlabki va ofitsial musobaqalarda) faoliyatini tashkil qilishga.

2. Musobaqa o'tkaziladigan vositalarni amalga kiritishda sportchini faoliyati, shart-sharoiti va yutuqlarini baholash yo'llarini tartiblashtirish,

ma'lum qoidalar hamda musobaqani umum me'yorlari bilan mustahkamlanadi.

3. Musobaqalashuvchilarni hulqini va o'zini tutish tartibiga ham bog'liq.

Sport musobaqalari - his-hayajon holatidagi ko'rinishda bo'lib hozirgi kunda 100 dan ortiq sport turi bo'yicha musobaqa o'tkaziladi. Har qaysi sport turi, musobaqa o'tkazish uchun o'zining metodik xususiyati, qatnashish sharti, o'tkazish qoidasi va g'oliblarni aniqlash va boshqa talab qiladi.

Musobaqa qisman, sportchini tayyorlash tizimiga kiradi, chunki faqatgina shaxsiy sport tayyorgarligiga ega bo'lmasdan, ijtimoiy vazifalarni hisobga olgan (targ'ibot, ko'rgazmalilik va b.q.) holda ham tashkil qilinadi.

Sport musobaqasi - o'yin shaklida raqobat qilish shakli bo'lib, jismoniy tayyorgarligi, harakat malakasi va mashqlarni bajarish san'ati yoki o'ylash va tafakkur qilishni rivojlan-tirishni aniqlash maqsadida o'tkaziladi.

Sportchining musobaqalarda ko'p qatnashishi shunchalik tajribaga ega bo'lishligini amaliyot ko'rsatib turibdi. Negaki sportning barcha turlari bo'yicha bellashuvlar soni ortib ketdi.

Sportchini musobaqalarda ishtirok etishga tayyorgarlik tizimida quyidagilarni hisobga olish zarur:

- sportchi uchun musobaqalar hafsala bilan tanlanishi va asta-sekin qiyinlashib boradigan bo'lishi lozim;

- musobaqada kuch jihatdan teng bo'lgan sportchilar qatnashish;

- yuqori darajadagi yutuqlarga erishish uchun zarur bo'lgan miqdordagi musobaqalarda qatnashish zarur;

- vaqtni u yerdan bu yerga ko'chish va h.k.va kuchni ko'p talab qiladigan musobaqalarning ko'payib ketishi mashq ishlarini cheklab, sportchi tayyorgarligiga salbiy ta'sir etishi mumkin;

- musobaqalar taqvimi (kun, taqsimot, musobaqalar qiyinligi darajasi) shunday sharoit yaratishi kerakki, bunda sportchiga katta imkon yaratilsin. O'tkazilayotgan barcha musoba-qalar shu maqsadga qaratilmog'i zarur.

Shunday qilib, sport musobaqalari erishilgan yutuqlarni namoyish qilish, ayrim sportchi va jamoaning yutuqlarini baholash va solishtirish usuli ekan.

Sportchilarni musobaqa vaqtidagi faoliyati musobaqa faoliyati deb yuritiladi. Musobaqa faoliyati eng yuqori sport natijalariga erishishga qaratilgan ayrim xarakat, usul, kombinatsiyalardan iborat, tayyorgarlikning texnik, jismoniy, taktik, ruhiy integral darajasi bilan ta'minlanadi. Sport musobaqalarida qatnashish musobaqa faoliyati ko'rinishining shakli hisoblanadi. Sport bellashuvi vaqti cheklangan raqiblik hisoblanadi, bu jarayonda bellashayotganlarning qobiliyatlarini ob'ektiv ravishda solishtiriladi.

Raqobat darajasi va yutuqlariga bo'lgan talabni asta-sekin ortib borishi (sportchini yuqori darajadagi musobaqalarda natijalariga to'g'ridan-to'g'ri bog'liqdir). Respublika miqyosidagi musobaqalarda qatnashish uchun viloyatda o'tkazilgan musobaqalarda tegishli o'rin egallash zarur (tabiiyki, respublika musobaqalarida viloyatlardagiga qaraganda g'alaba uchun raqobat kuchli bo'ladi).

Sportchilar harakatini bir xil shaklga keltirish orqali bellashuvlar, ularni bajarish sharoitlari haqidagi nizom, sport turlari bo'yicha musobaqa qoidalari bilan belgilanadi:

-noantagonistik (do'stona) raqobat (musobaqalar qoidalari) doirasida bellashuv o'tkazish tartibi (tarbiya).

Bellashuv jarayoni (sport musobaqasi) musobaqadagi vaziyatini tartibli ravishda o'zgartirib turishni anglatadi.

Hozirgi vaziyat holati keyingisining muvaffaqiyatini ta'minlaydi, shu paytning o'zida hozirgi vaziyat holati avvalgisiga bog'liq bo'ladi.

Sportchining musobaqa faoliyatini belgilovchi jihat quyidagi tarkibiy qismlardan iborat bo'ladi:

- vaziyatni idrok etish
- raqib va sheriklarning yurish-turishi
- o'z ahvolining dinamikasi
- olingan axborot tahlili va uni musobaqalarning tajribasi va maqsadi bilan solishtirish
- fikran asosiy qarorni qabul qilish
- fikran qabul qilingan qarorni amalga oshirish.

1.3. Musobaqa faoliyatining xususiyatlari

Musobaqalarda qatnashuvchilar avvalambor, mashg'ulot jarayonida egallagan bilimlari bilan tajriba almashadilar, murabbiylar esa yangi mashg'ulot usullarini sinovdan o'tkazish imkoniyatiga ega bo'ladilar. Shuningdek, o'tkaziladigan musobaqalari sport turlarini targ'ib qilishning eng yaxshi va hammabop shakllaridan hisoblanadi.

Sport musobaqalari deganda ko'rsatish uslubi, sport yutuqlarini baholash va taqqoslash, sport sohasidagi raqobatlarini o'ziga nisbatan boshqarishdir. Sport musobaqalari, boshqalar bilan muloqotda bo'lishning kerakli omili, shaxsni tashkil topishining vositasi, inson imkoniyatlarini anglab yetishi, etalon ko'rsatkichlarini tuzishga qaratilgan.

Sport musobaqalarining maqsadi - kuchli sportchilar va jamoalarni aniqlash, sport mahoratini takomillashtirish, jismoniy madaniyat va sportni targ'ibot qilish, sport tashkilotlari, murabbiylar, sportchilar, hakamlar faoliyatiga ob'ektiv baho berishdir (6).

Sport ko'rsatkichlari - bu sport mahorati va sportchi qobiliyatini qaysi darajada ekanligini ko'rsatib, aniq natijalarda beriladi. Aniq holda, tayyorlash tizimini samarali amalga oshirishi mobaynida sport ko'rsatkichlari, sportchining iqtidorliligi aniqlaydi. Yuqori sport ko'rsatkichi bo'lib, shu sport turida, maksimal imkoniyatlardan foydalanilganini ko'rsatadi.

Sport natijalari - sportdagi son va sifat darajasini ko'rsatkichidir.

Sportchining tasnifi - sportchini barqaror tasnifi bo'lib, ma'lum vaqt ichida yoki sport musobaqalarida qatnashishini umumlashgan yakunidir.

O'zbekiston Respublikasida "yagona sport tasnifi" mavjud bo'lib har to'rt yilda o'zgarib turadi. Sportni ijtimoiy xodisa sifatida o'ziga xos xususiyati shundan iboratki, u asosan jamiyatga insonning jismoniy sifatlarini rivojlantiruvchi vosita sifatida xizmat qiladi, shu bilan birga, uning ma'naviy kamolatiga ham kuchli ta'sir ko'rsatadi. Mazkur xususiyati jismoniy tarbiyaning mushtarak belgisidir. Insonning ijtimoiy ongini rivoj topganligi jismoniy madaniyatni vujudga kelishidagi sub'ektiv omili deb hisoblanadi.

Raqobat darajasi va yutuqlariga bo'lgan talabni asta-sekin ortib borishi (sportchini yuqori darajadagi musobaqalardagi erishiladigan natijalariga to'g'ridan-to'g'ri bog'liqdir). Respublika miqyosidagi musobaqalarda qatnashish uchun viloyatda o'tkazilgan musobaqalarda tegishli o'rin egallash zarur (tabiiyki, respublika musobaqalarida viloyatlardagiga qaraganda g'alaba uchun raqobat kuchli bo'ladi).

Sportchilar harakatini bir xil shaklga keltirish orqali bellashuvlar, ularni bajarish sharoitlari haqidagi nizom, sport turlari bo'yicha musobaqa qoidalari bilan belgilanadi.

Bellashuv jarayoni (sport musobaqasi) musobaqadagi vaziyatini tartibli ravishda o'zgartirib turishni anglatadi.

Hozirgi vaziyat holati keyingisining muvaffaqiyatini ta'minlaydi, shu paytning o'zida hozirgi vaziyat holati avvalgisiga bog'liq bo'ladi.

Nazorat savollari

1. Sportda musobaqalashish faoliyatining psixologik xususiyatlari deganda nimani tushunasiz?

2. Sportda musobaqalarning ahamiyati bo'yicha qanday ma'lumotlarga egasiz?

3. Musobaqalarni o'tkazish ahamiyati nimaga kerak?

4. Musobaqalar - sportchilar uchun, rag'batlantiruvchi omil hisoblanadimi?

5. Sport musobaqasining tarbiyalovchi ahamiyati va ular qanday xususiyatlar bilan xarakterlanadi?

6. Start oldi holatini nima?

7. Start oldi holatini nimalarga bo'linadi?

8. Start oldi xayajoni nimalar bilan ifodalanadi?

9. Mashg'ulotning vazifasi nimalar kiradi?

10. Sport hozirgi ko'rinishda qanday o'ziga xos xususiyatlariga ega?

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I.Nurimovning umumiy tahriri ostida. T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI». 2018. - 316 b.
2. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I.Nurimovning umumiy tahriri ostida T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI»». 2015. - 364 b.
3. Sport pedagogik mahoratini oshirish (futbol). Darslik. Sh.X.Isroilovning umumiy tahriri ostida. O'zR. Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti. T.: «IQTISOD-MOLIYA», 2015. - 224 b.
4. Sport pedagogik mahoratini oshirish (Futbol). Darslik. Sh.T.Iseyevning umumiy tahriri ostida. T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI». 2018. - 312 b.
5. Sport va harakatli o'yilar (futbol) / darslik: Sh.X. Isroilov, Z.R.Nurimov, Sh.U.Abidov, S.R.Davletmuratov, A.A.Karimov. – T.: «Sano-standart» nashriyoti, 2017. – 320 b.
6. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyuldagi “Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida”gi PQ-3031-sonli Qarori. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami. - 23(783)-son. - 455 modda. - B.47-69.
7. Футбол: книга-тренер.- Москва: Эксмо, 2015. – 272 ил.
8. Джонатан Уилсон. Книга о футбольных тактиках. Стратегии на футбольном поле/Дж.Уилсон; [пер. с англ. Д.Курочки]. – Москва: Эксмо, 2014. - 352 с.
9. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o'quv mashg'ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. Uslubiy tavsiyanoma. T., O'zDJTI. 2011. - 38 b.
10. Artikov A.A. Alimjanov S.I. Shukurova Sh.T. Futbolchilarning mashg'ulot jarayonida pedagogik nazorat. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. -62 b.
11. Artikov A.A. Futbolchilarning pressing taktik harakatlari taxlili. Uslubiy qo'llanma.Toshkent. 2013. - 67 b.

12.Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Futbol sport turida taktik tizimlarining o'zgarishi. Uslubiy qo'llanma.Toshkent. 2015. - 50 b.

13.Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi. Uslubiy tavsiyanoma. Toshkent. 2014. - 46 b.

14.Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Musobaqalarni davrli tizimda o'tkazish tartibi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2015. - 50 b.

15.Bekturov O.Yo. Yosh futbolchilarning nazariy bilimlarini oshirish. Uslubiy qo'llanma.Toshkent. 2013. - 35 b.

16.Davletmuradov S.R. Futbolchilarni tayyorlashda pedagogik nazorat. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 26 b.

17.Kuryazov R. Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2012. - 38 b.

18.Mirzaqulov A.G., To'laganov A.A., Po'latov S.N. Futbol o'yin qoidalari va musobaqalarni tashkil etish. O'quv uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 52 b.

19.Nurimov R.I. Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O'quv qo'llanma. O'zDJTI nashriyot-matbaa bo'limi. 2005. - 105 b.

20.Nurimov R.I. Davletmuradov S.R. Yuqori malakali futbolchilarning guruh taktik harakatlarni takomillashtirish. O'quv-uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 51 b.

21.Iseyev Sh.T. Futbolchilarni yillik siklda tayyorlashni rejalashtirish. O'quv qo'llanma. «ITA-PRESS». Toshkent. 2014. - 460 b.

22.Курбанов О.А. Совершенствование точности передач и ударов мяча головой юных футболистов, Учебное пособие. Т. УзГИФК. 2007 г. 112 с.

23.Курбанов О.А., Нуримов З.Р., Усманов А.М. Скоростно-силовая подготовка футболистов. Монография. Ташкент: Лидер Пресс, 2009.-209 с.

II-bob. MUSOBAQALARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH

2.1. Musobaqalarning ahamiyati

Futbol musobaqalari o'quv-mashg'ulot ishlarining asosiy qismini tashkil etadi. Ular mashg'ulotlarda qiziqishni oshiradi, mamlakatda futbolning ommaviy rivojlanishiga yordam beradi. Futbolchi o'yinlarda muntazam qatnashmay turib, yuqori natijalarga erisha olmaydi. Musobaqalar musobaqa qatnashchilarining va umuman, jamoaning jismoniy, texnik, taktik va axloqiy-irodaviy tayyorgarligi darajasini aniqlaydi, o'quv-mashg'ulot jarayonining ahvoli va yo'nalishini aniqlash imkonini beradi. Musobaqa natijalari o'quv-mashg'ulot ishlarini yakunlash vositasi bo'lib xizmat qiladi.

Musobaqalar qat'iylikni, g'alabaga erishish yo'lidagi iroda kuchini, korxona jamoasi, shahar, respublika, mamlakat oldidagi mas'uliyat hissini tarbiyalaydi. O'yinlarning emotsional keskinligi futbolchilarning ruhiy xususiyatlarini aniqlashga imkon beradi.

Ochiq havoda o'tkaziladigan musobaqalar qatnashchilarni sog'lomlashtirish jihatidan katta ahamiyatga ega bo'lib, jismoniy kamolotning hammabop va qimmatli vositalaridan biridir. Musobaqalar ko'p sonli tomoshabinlarni jalb qilish bilan futbolni targ'ib qilish va ommalashtirishning qudratli vositasi bo'lib xizmat qiladi. Ular musobaqa qatnashchilari va tomoshabinlarga uyushtiruvchi ta'sir ko'rsatib, tomoshabinlarni jismoniy tarbiya va sport bilan faol shug'ullanishga jalb etadi.

Futbol hakamining tarbiyachi-pedagog va o'yin rahbari sifatidagi ahamiyati juda katta. Aniq hakamlik qilish, maydonda ro'y beradigan qo'polliklarga va ayrim futbolchilarning intizomsizligiga qarshi qat'iy kurashish, musobaqalashayotgan jamoa o'yinchilariga o'z vaqtida tanbeh va ko'rsatmalar berish musobaqani taktik va texnik jihatdan yuqori darajada o'tkazishga yordam beradi.

2.2. Musobaqa turlari

Oldiga qo'yilgan vazifalarga qarab musobaqalarni asosiy va yordamchi musobaqalarga bo'lish mumkin.

Yagona sport tasnifi talablariga muvofiq tashkil etiladigan va natijalariga ko'ra, sport tasnifi belgilanadigan hamda g'olib yoki chempion degan nom beriladigan musobaqalar asosiy musobaqalarga kiradi.

Musobaqalarning asosiy turi - taqvim musobaqalar bo'lib, ular sport tadbirlarining yagona taqvim rejasida nazarda tuziladi va tasdiqlangan nizomga muvofiq ravishda o'tkaziladi.

Quyidagilar musobaqalarning asosiy turlariga kiradi:

- birinchilik yoki chempionatlar;
- kubok musobaqalari;
- saralash musobaqalari.

Birinchilik yoki chempionatlar - eng mas'uliyatli musobaqalar bo'lib, ularning natijalari bo'yicha g'olib jamoaga chempionlik nomi beriladi. Musobaqalarni tashkil etishning bu turi jamoalar kuchini oqilona baholashga, olib borilayotgan o'quv-mashg'ulot ishining sifatini taqqoslashga imkon beradi.

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

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

Musobaqalarning yordamchi turlariga quyidagilar kiradi:

- nazorat uchrashuvlari;
- o'rtoqlik uchrashuvlari;
- namunali uchrashuvlar;
- qisqartirilgan musobaqalar.

Nazorat uchrashuvlari jamoalarni bo'lajak musobaqalarga tayyorlash va ularning tayyorgarligini tekshirish maqsadida o'tkaziladi.

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

Namunali uchrashuvlar futbolni ommalashtirishga va sport mahoratini ko'rsatishga xizmat qiladi.

Qisqartirilgan musobaqalar bir necha soat mobaynida o'tkaziladi. Ular, odatda, bayram kunlariga va sport mavsumining ochilish yoki yopilish kunlariga rejalashtiriladi.

Bunday musobaqalarni o'tkazishda o'yin vaqti qisqartiriladi. Qisqartirilgan musobaqalarning dasturi faqat o'yin o'tkazishni emas, balki o'yinchilarning texnik yoki jismoniy tayorgarligiga doir musobaqalarni ham o'z ichiga olishi mumkin.

2.3. Musobaqalarni rejalashtirish

Mamlakatimizda jismoniy tarbiya harakatining tashkiliy tuzilish xususiyatlarini hisobga olgan holda respublikalar, viloyatlar, shaharlar va jismoniy tarbiya jamoalarida o'tkaziladigan futbol musobaqalarining muayyan tizimi qaror topgan. Bu tizim turli ko'lamdagi musobaqalarning mintaqaviy va muassasa prinsipini hisobga olgan holda muttasil, izchil bo'lishini va almashinib turishini talab etadi.

Bu musobaqalarning bir yo'la ikki joyda bo'lishi, jamoalarning haddan tashqari band bo'lib qolishi, uzoq vaqt yo'lda bo'lishning oldini olishga hamda jamoalarda to'la qimmatli o'quv-mashg'ulot ishlari uchun sharoit yaratishga imkon beradi. Musobaqaning umumiy yig'ma taqvim rejasi faqat tadbirlar ro'yxati emas, balki sport tashkilotlarining futbolini yanada rivojlantirish yuzasidan birgalikda olib boradigan ishlarning chuqur o'ylangan rejasidir.

U hududiy va idoralar bo'yicha uyushtiriladigan musobaqalarni o'tkazish bilan aloqador barcha masalalarni o'z ichiga oladi. Respublika, viloyat, o'lka va shahar musobaqalarining yig'ma taqvim rejasini yuqori tashkilotlar tomonidan rejalashtiriladigan musobaqalarni hisobga olgan holda, 4 yillik qilib tuzish maqsadga muvofiqdir. Zarur o'zgartirishlar kiritilgandan keyin futbol bo'yicha umumiy yig'ma reja tegishli jismoniy tarbiya va sport qo'mitalarining ommaviy sport tadbirlari rejasiga kiritiladi hamda barcha sport tashkilotchilari uchun majburiy hisoblanadi.

2.3.1. O'yin tizimlari

Amalda o'yinning uchta asosiy tizimi qaror topgan: davrali tizim, bir yoki ikki marta yutqazgandan keyin o'yindan chiqib ketiladigan tizim, avvalgi ikki tizimning qo'shilmasidan iborat bo'lgan aralash tizim.

2.4. Musobaqa nizomi

Sovrinli o'rinlar, shuningdek, musobaqada qatnashuvchi jamoalar yoki jismoniy tarbiya jamoalari (natijalar klublar bo'yicha hisobga olinganda) egallaydigan barcha keyingi o'rinlar aniqlanadigan biron-bir rasmiy musobaqa o'tkazishdan avval musobaqa haqidagi nizom tuzilgan bo'lishi kerak.

Bu nizom futbol Federatsiyasi yoki musobaqani o'tkazuvchi boshqa biror tashkilot tomonidan tasdiqlanadi.

Musobaqa nizomi katta yuridik kuchga ega bo'lgan hujjatdir. Unda asosiy tashkiliy va texnik shart-sharoitlar aniq bayon qilingan bo'ladi. Nizom o'quv-mashg'ulot ishlarining mazmunini belgilab beradi, chunki jamoalarning tashkiliy-uslubiy tayyorgarligi bo'lajak musobaqalarning xususiyatlarini hisobga olgan holda o'tkaziladi. Musobaqada qatnashuvchi jamoalarning tayyorgarlik ko'rish uchun yetarli vaqtga ega bo'lishlari nazarda tutilib, nizom oldindan tasdiqlanishi va tarqatilishi kerak.

Musobaqani o'tkazish davrida tasdiqlangan nizomdan chetga chiqishga yo'l qo'yilmaydi, aks holda mazkur musobaqani o'tkazayotgan tashkilotning obro'yiga putur yetadi va keraksiz nizolarning kelib chiqishiga sabab bo'ladi, xolos.

Musobaqa nizomida quyidagi masalalar aks ettirilgan bo'lishi kerak:

1. O'tkazilayotgan musobaqaning maqsadi va vazifalari.
2. Musobaqani kim o'tkazishi (federatsiya, tashkiliy komitet va hokazolar).
3. Musobaqa o'tkazish muddatlari va shartlari.

4. Musobaqaga qo'yiladigan jamoalar soni va nomi, talabnomaga kiritiladigan qatnashchilarning maksimal miqdori.

5. Musobaqa o'tkaziladigan o'yin tizimi (davralari - bir yoki ikki davrali, mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketiladigan, aralash tizim).

6. Hisobga olish tizimi va jamoalarning hamda jismoniy tarbiya jamoalarining (natijalar klublar bo'yicha hisoblanganda) egallagan o'rinlarini aniqlash tartibi.

7. Musobaqalarning 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'rsatilgandan tashqari nechta o'yinchi almashtirish mumkinligi va hokazolar).

8. Jamoalarni va musobaqa qatnashchilarini rasmiylashtirish tartibi, shakli, o'yinchilarga talabnomalar berish va qayta talabnoma berish muddati.

9. Musobaqalarni olib boradigan hakamlar jamoasining nomi.

10. 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.

11. O'yinchilar intizomni buzganligi uchun jamoalarning javobgarligi hamda stadion va klublar ma'muriyatining o'yin o'tkazish vaqtida tartib saqlanishi uchun javobgar bo'lishi.

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

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

Nazorat savollari

1. O'quv-mashg'ulot ishlarining asosiy qismini nima tashkil etadi?

2. Musobaqalarda ishtirok etuvchilar qanday imkoniyatlarini sinovdan o'tkazishadi?

3. Musobaqa turlariga nimalar kiradi?

4. Musobaqalarning asosiy turiga nimalar kiradi?
5. Qanday musobaqalar musobaqalarning asosiy turlariga kiradi?
6. Birinchilik yoki chempionatlar qanday musobaqalar?
7. Kubok musobaqalari qanday musobaqalar?
8. Saralash musobaqalari qanday musobaqalar?
9. Musobaqalarning yordamchi turlariga nimalar kiradi?
10. Nazorat uchrashuvlari qanday musobaqalar?
11. O'rtoqlik uchrashuvlari qanday musobaqalar?
12. Namunali uchrashuvlar qanday musobaqalar?
13. Qisqartirilgan musobaqalar qanday musobaqalar?
14. Musobaqalarni rejalashtirish deganda nimalarni tushunasiz?
15. Qanday o'yin tizmilari mavjud?
16. Musobaqa nizomi nimaga kerak?
17. Musobaqa nizomi necha moddadan iborat?

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I.Nurimovning umumiy tahriri ostida. T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI». 2018. - 316 b.
2. Futbol nazariyasi va uslubiyati. Darslik. R.I.Nurimovning umumiy tahriri ostida T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI»». 2015. - 364 b.
3. Sport pedagogik mahoratini oshirish (futbol). Darslik. Sh.X.Isroilovning umumiy tahriri ostida. O'zR. Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya instituti. T.: "IQTISOD-MOLIYA", 2015. - 224 b.
4. Sport pedagogik mahoratini oshirish (Futbol). Darslik. Sh.T.Iseyevning umumiy tahriri ostida. T.: «ILMIY TEXNIKA AXBOROTI – PRESS NASHRIYOTI». 2018. - 312 b.
5. Sport va harakatli o'yilar (futbol) / darslik: Sh.X. Isroilov, Z.R.Nurimov, Sh.U.Abidov, S.R.Davletmuratov, A.A.Karimov. – T.: «Sano-standart» nashriyoti, 2017. – 320 b.
6. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyuldagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli Qarori. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami. - 23(783)-son. - 455 modda. - B.47-69.
7. Футбол: книга-тренер.- Москва: Эксмо, 2015. – 272 ил.
8. Джонатан Уилсон. Книга о футбольных тактиках. Стратегии на футбольном поле/Дж.Уилсон; [пер. с англ. Д.Курочки]. – Москва: Эксмо, 2014. - 352 с.
9. Abidov Sh.U. Yosh futbolchilarning o'quv mashg'ulot jarayonini tashkil qilish va rejalashtirish. Uslubiy tavsiyanoma. T., O'zDJTI. 2011. - 38 b.
10. Artikov A.A. Alimjanov S.I. Shukurova Sh.T. Futbolchilarning mashg'ulot jarayonida pedagogik nazorat. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. -62 b.
11. Artikov A.A. Futbolchilarning pressing taktik harakatlari taxlili. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2013. - 67 b.

12. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Futbol sport turida taktik tizimlarining o'zgarishi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2015. - 50 b.
13. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi. Uslubiy tavsiyanoma. Toshkent. 2014. - 46 b.
14. Artikov A.A. Shukurova Sh.T. Musobaqalarni davrli tizimda o'tkazish tartibi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2015. - 50 b.
15. Bekturov O.Yo. Yosh futbolchilarning nazariy bilimlarini oshirish. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2013. - 35 b.
16. Davletmuradov S.R. Futbolchilarni tayyorlashda pedagogik nazorat. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 26 b.
17. Kuryazov R. Yosh futbolchilarning jismoniy tayyorgarligi. Uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2012. - 38 b.
18. Mirzaqulov A.G., To'laganov A.A., Po'latov S.N. Futbol o'yin qoidalari va musobaqalarni tashkil etish. O'quv uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 52 b.
19. Nurimov R.I. Yosh futbolchilarni texnik va taktik tayyorlash. O'quv qo'llanma. O'zDJTI nashriyot-matbaa bo'limi. 2005. - 105 b.
20. Nurimov R.I. Davletmuradov S.R. Yuqori malakali futbolchilarning gurux taktik harakatlarni takomillashtirish. O'quv-uslubiy qo'llanma. Toshkent. 2014. - 51 b.
21. Iseyev Sh.T. Futbolchilarni yillik siklda tayyorlashni rejalashtirish. O'quv qo'llanma. «ITA-PRESS». Toshkent. 2014. - 460 b.
22. Курбанов О.А. Совершенствование точности передач и ударов мяча головой юных футболистов, Учебное пособие. Т. УзГИФК. 2007 г. 112 с.
23. Курбанов О.А., Нуримов З.Р., Усманов А.М. Скоростно-силовая подготовка футболистов. Монография. Ташкент: Лидер Пресс, 2009.-209 с.

III-bob MAG'LUBIYATDAN KEYIN O'YINDAN CHIQIB KETISH BILAN O'YNALADIGAN MUSOBAQA TIZIMI (OLIMPIYA TIZIMI)

3.1. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimining ahamiyati

Mag'lubiyatdan so'ng o'yindan chiqib ketish bilan o'tkaziladigan musobaqa tizimi (olimpiya usuli deb ham ataladi) afzalligi shundan iboratki, bunda, odatda, tashkil etilayotgan musobaqalarni qisqa muddatda o'tkazilishi kerak bo'lganda va musobaqada qatnashuvchi jamoalarning soni ko'p bo'lgan taqdirdagina qo'llaniladi. O'zbekiston kubogi, Respublika va shahar kubogi o'yinlari odatda shu tizim bo'yicha o'tkaziladi. Baxs olib borayotgan raqibga o'yin jarayonida mag'lubiyatga uchragan jamoa musobaqalarni tark etgan holda tomoshabin sifatida davom ettiradi. Ya'ni, bu tizim bo'yicha musobaqalar o'tkazilganda uchrashuvda g'alabani boy bergan jamoa keyingi bo'lib o'tadigan uchrashuvlarda ishtirok etmaydi. Musobaqa oxirida biror marta ham yutqazmay g'alaba qozongan jamoa qoladi. Ana shu jamoa musobaqaning mutloq g'olib hisoblanadi. Musobaqaning oxirgi uchrashuvda final hisoblanib, unda g'alaba qozongan jamoa birinchi o'rin bilan taqdirlansa, yutqazgan jamoa ikkinchi o'rinni egallagan hisoblanadi.

Yuqorida ta'kidlanganidek, bu tizimning afzalligi shundaki, agar 64 jamoa bilan aylanma (davrali) tizim bo'yicha musobaqa o'tkazish uchun 63 kalendar kuni talab qilinadigan bo'lsa, mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi bo'yicha esa faqat 6 kalendar kunining o'zi kifoya.

3.2. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimidagi kamchiliklar

Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan tizimning afzalligi shundaki, jamoalar soni ko'p bo'lishiga qaramay,

g'olib qisqa muddatda aniqlanishini ta'kidlagan edik. Lekin u bir qator kamchiliklarga ham egadir. Bu tizim barcha jamoalarning haqiqiy egallab turgan kuchlarini aniqlash imkonini bermaydi va shu usul qo'llanilganda aksariyat jamoalar juda kam uchrashuvlarda qatnashadi. Birorta kuchli jamoa birinchi kunning o'zida mag'lubiyatga uchrab, musobaqalardan chiqib ketishi mumkin.

Biroq bu tizimning jiddiy kamchiligi shundaki, bir-biri bilan o'ynaydigan jamoalar qur'a tashlash bilan aniqlanadi, bu esa musobaqaga tasodifiylik elementini kiritadi. Shu tufayli, bir necha kuchli jamoalar qur'a natijasi bilan chizmaning (setka) bir tomonida bo'lib qolishi mumkin. Buning natijasida kuchli jamoalar musobaqalardan finalgacha chiqib ketishi lozim bo'lib qoladi. Shu tariqa ancha kuchli jamoa finalga yo'llanma oladi. Bunday hol yuz bermasligi uchun, kuchli jamoalarni sun'iy ravishda bo'lib yuboriladi. Bu maqsadda qur'aga binoan chizmaning (setka) turli tomonidan ularga raqam beriladi, keyin esa qolgan jamoalar uchun bo'sh raqamlarga qur'a tashlanadi.

3.3. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilish tartibi

Tashkillashtirilgan musobaqadagi jamoalarni bu tizim bo'yicha o'tkaziladigan uchrashuvlar tartibini aniqlashda avvalam bor musobaqada ishtirok etish uchun berilgan talabnomaga asosan jamoalarning soniga mos chizmani tuzish zarur, shundan keyin qur'a tashlanadi. Bunda musobaqani o'tkazishga mas'ul shaxs, oldindan jamoa uchun raqamlarni tayyorlab qo'yadi, mana shu raqamlarni musobaqada ishtirok etuvchi jamoalarning vakillari, hammani ishtirokida tanlab olishadi. Jamoa vakillarining o'zlari tortib olgan raqamga muvofiq, oldindan tayyorlangan chizmaga qayd etiladi. Mana shu asosida, ya'ni jamoalarning tanlab olingan raqamlariga muvofiq, bir-birlari bilan baxs olib boruvchi jamoalar qur'a tashlash bilan aniqlanadi. Chiqib ketish tizimi bo'yicha o'tkazilgan musobaqalarda hamma uchrashuvlar biror jamoaning g'alabasi bilan tugallanishi lozim.

Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilishning ikki variantdan iborat:

a) bir marta mag'lubiyatga uchragandan keyin musobaqani tark etish;

b) ikki marta mag'lubiyatga uchragandan keyin musobaqani tark etish (Ikkinchi variant juda kam hollarda qo'llaniladi).

3.4. Bir marta mag'lubiyatga uchragandan keyin musobaqani tark etish

Bir marta mag'lubiyatga uchrab chiqib ketish usuli bilan o'tkaziladigan musobaqa uchun quyidagicha kalendar tuziladi. Yuqorida ta'kidlaganimizdek avval musobaqada qatnashayotgan jamoalarning uchrashuv tartibini belgilaydigan chizma tuziladi. So'ng qur'a yordamida har bir jamoaning chizmadagi tartib raqami aniqlanadi.

Agarda qatnashayotgan jamoalarning soni 2^n (4, 8, 16, 32, 64 va boshqa)ga teng bo'lsa, u holda hamma jamoalar musobaqaga birinchi kalendar kunida qatnashadilar. Birinchi turda jadvalda yonma-yon turgan jamoalar uchrashadi:

- birinchi jamoa ikkinchi bilan;
- uchinchi jamoa to'rtinchi jamoa bilan.

Ikkinchi turda birinchi turning g'oliblari qatnashadilar: birinchi juftning g'olibi ikkinchi juft g'olibi bilan uchrashadi.

Yuqorida ta'kidlaganimizday, chizma jamoalar soniga qarab tuziladi. Bunda jamoalar soni 2^n sonining darajasiga teng bo'lsa, bunda $2^2 = 4$; $2^3 = 8$; $2^4 = 16$; $2^5 = 32$; $2^6 = 64$ holatida hamma jamoalar o'yinni birinchi davradan boshlaydilar.

Agar musobaqada qatnashuvchi jamoalar soni 2^n ga teng bo'lmasa, u holda chizmadagi ikkinchi turga kelib 2^n ga teng miqdordagi jamoa qoladigan qilib tuzilishi kerak. Binobarin, jamoalarning bir qismi o'yinlarni ikkinchi turdan, bir qismi esa birinchi turdan boshlaydi.

Shu sababdan o'yinni birinchi turdan boshlaydigan jamoalar sonini aniqlash lozim bo'ladi. Buning uchun quyidagi formuladan foydalaniladi:

$$K_1 = (K_0 - 2^n) - 2,$$

Bunda: K_1 — musobaqada birinchi turdan boshlab qatnashadigan jamoalar soni;

K_0 — musobaqada qatnashuvchi jamoalarning umumiy soni;

2^n — musobaqada qatnashuvchi jamoalarning umumiy soniga eng yaqin bo'lgan kichik son.

p — musobaqada qatnashuvchi jamoalarning umumiy soniga qarab tanlanadigan daraja ko'rsatkichi (butun son) ($p = 2, 3, 4, 5, 6$ va hokazo) tanlanadi. Misol uchun, musobaqada 18 ta jamoa qatnashishi kerak, shu songa mos bo'lgan o'yinlar chizmasini tuzish lozim. Agar 19 soni 2^2 sonining darajasi emas, shu sababli ikkinchi turga kelib 2^n ga teng sonli jamoalar qolishi uchun ma'lum miqdordagi jamoalar birinchi turda o'ynashi kerak.

Turli miqdordagi jamoalar yuqorida keltirilgan formula bo'yicha aniqlanadi:

1.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (3 - 2^1) \cdot 2 = (3 - 2) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
2.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (5 - 2^2) \cdot 2 = (5 - 4) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
3.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (6 - 2^2) \cdot 2 = (6 - 4) \cdot 2 = 4$	$K_1 = 4$
4.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (7 - 2^2) \cdot 2 = (7 - 4) \cdot 2 = 6$	$K_1 = 6$
5.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (9 - 2^3) \cdot 2 = (9 - 8) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
6.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (10 - 2^3) \cdot 2 = (10 - 8) \cdot 2 = 4$	$K_1 = 4$
7.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (11 - 2^3) \cdot 2 = (11 - 8) \cdot 2 = 6$	$K_1 = 6$
8.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (12 - 2^3) \cdot 2 = (12 - 8) \cdot 2 = 8$	$K_1 = 8$
9.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (13 - 2^3) \cdot 2 = (13 - 8) \cdot 2 = 10$	$K_1 = 10$
10.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (14 - 2^3) \cdot 2 = (14 - 8) \cdot 2 = 12$	$K_1 = 12$
11.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (15 - 2^3) \cdot 2 = (15 - 8) \cdot 2 = 14$	$K_1 = 14$
12.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (17 - 2^4) \cdot 2 = (17 - 16) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
13.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (18 - 2^4) \cdot 2 = (18 - 16) \cdot 2 = 4$	$K_1 = 4$
14.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (19 - 2^4) \cdot 2 = (19 - 16) \cdot 2 = 6$	$K_1 = 6$
15.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (20 - 2^4) \cdot 2 = (20 - 16) \cdot 2 = 8$	$K_1 = 8$
16.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (21 - 2^4) \cdot 2 = (21 - 16) \cdot 2 = 10$	$K_1 = 10$
17.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (22 - 2^4) \cdot 2 = (22 - 16) \cdot 2 = 12$	$K_1 = 12$
18.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (23 - 2^4) \cdot 2 = (23 - 16) \cdot 2 = 14$	$K_1 = 14$
19.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (24 - 2^4) \cdot 2 = (24 - 16) \cdot 2 = 16$	$K_1 = 16$
20.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (25 - 2^4) \cdot 2 = (25 - 16) \cdot 2 = 18$	$K_1 = 18$
21.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (26 - 2^4) \cdot 2 = (26 - 16) \cdot 2 = 20$	$K_1 = 20$
22.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (27 - 2^4) \cdot 2 = (27 - 16) \cdot 2 = 22$	$K_1 = 22$
23.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (28 - 2^4) \cdot 2 = (28 - 16) \cdot 2 = 24$	$K_1 = 24$
24.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (29 - 2^4) \cdot 2 = (29 - 16) \cdot 2 = 26$	$K_1 = 26$

25.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (30 - 2^4) \cdot 2 = (30 - 16) \cdot 2 = 28$	$K_1 = 28$
26.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (31 - 2^4) \cdot 2 = (31 - 16) \cdot 2 = 30$	$K_1 = 30$
27.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (33 - 2^5) \cdot 2 = (33 - 32) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
28.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (34 - 2^5) \cdot 2 = (34 - 32) \cdot 2 = 4$	$K_1 = 4$
29.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (35 - 2^5) \cdot 2 = (35 - 32) \cdot 2 = 6$	$K_1 = 6$
30.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (36 - 2^5) \cdot 2 = (36 - 32) \cdot 2 = 8$	$K_1 = 8$
31.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (37 - 2^5) \cdot 2 = (37 - 32) \cdot 2 = 10$	$K_1 = 10$
32.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (38 - 2^5) \cdot 2 = (38 - 32) \cdot 2 = 12$	$K_1 = 12$
32.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (39 - 2^5) \cdot 2 = (39 - 32) \cdot 2 = 14$	$K_1 = 14$
33.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (40 - 2^5) \cdot 2 = (40 - 32) \cdot 2 = 16$	$K_1 = 16$
34.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (41 - 2^5) \cdot 2 = (41 - 32) \cdot 2 = 18$	$K_1 = 18$
35.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (42 - 2^5) \cdot 2 = (42 - 32) \cdot 2 = 20$	$K_1 = 20$
36.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (43 - 2^5) \cdot 2 = (43 - 32) \cdot 2 = 22$	$K_1 = 22$
37.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (44 - 2^5) \cdot 2 = (44 - 32) \cdot 2 = 24$	$K_1 = 24$
38.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (45 - 2^5) \cdot 2 = (45 - 32) \cdot 2 = 26$	$K_1 = 26$
39.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (46 - 2^5) \cdot 2 = (46 - 32) \cdot 2 = 28$	$K_1 = 28$
40.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (47 - 2^5) \cdot 2 = (47 - 32) \cdot 2 = 30$	$K_1 = 30$
41.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (48 - 2^5) \cdot 2 = (48 - 32) \cdot 2 = 32$	$K_1 = 32$
42.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (49 - 2^5) \cdot 2 = (49 - 32) \cdot 2 = 34$	$K_1 = 34$
43.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (50 - 2^5) \cdot 2 = (50 - 32) \cdot 2 = 36$	$K_1 = 36$
44.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (51 - 2^5) \cdot 2 = (51 - 32) \cdot 2 = 38$	$K_1 = 38$
45.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (52 - 2^5) \cdot 2 = (52 - 32) \cdot 2 = 40$	$K_1 = 40$
46.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (53 - 2^5) \cdot 2 = (53 - 32) \cdot 2 = 42$	$K_1 = 42$
47.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (54 - 2^5) \cdot 2 = (54 - 32) \cdot 2 = 44$	$K_1 = 44$
48.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (55 - 2^5) \cdot 2 = (55 - 32) \cdot 2 = 46$	$K_1 = 46$
49.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (56 - 2^5) \cdot 2 = (56 - 32) \cdot 2 = 48$	$K_1 = 48$
50.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (57 - 2^5) \cdot 2 = (57 - 32) \cdot 2 = 50$	$K_1 = 50$
51.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (58 - 2^5) \cdot 2 = (58 - 32) \cdot 2 = 52$	$K_1 = 52$
52.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (59 - 2^5) \cdot 2 = (59 - 32) \cdot 2 = 54$	$K_1 = 54$
53.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (60 - 2^5) \cdot 2 = (60 - 32) \cdot 2 = 56$	$K_1 = 56$
54.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (61 - 2^5) \cdot 2 = (61 - 32) \cdot 2 = 58$	$K_1 = 58$
55.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (62 - 2^5) \cdot 2 = (62 - 32) \cdot 2 = 60$	$K_1 = 60$
56.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (63 - 2^5) \cdot 2 = (63 - 32) \cdot 2 = 62$	$K_1 = 62$
57.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (65 - 2^6) \cdot 2 = (65 - 64) \cdot 2 = 2$	$K_1 = 2$
58.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (66 - 2^6) \cdot 2 = (66 - 64) \cdot 2 = 4$	$K_1 = 4$
59.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (67 - 2^6) \cdot 2 = (67 - 64) \cdot 2 = 6$	$K_1 = 6$
60.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (68 - 2^6) \cdot 2 = (68 - 64) \cdot 2 = 8$	$K_1 = 8$
61.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (69 - 2^6) \cdot 2 = (69 - 64) \cdot 2 = 10$	$K_1 = 10$
62.	$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (70 - 2^6) \cdot 2 = (70 - 64) \cdot 2 = 12$	$K_1 = 12$

Musobaqada qatnashuvchi jamoalar soni juft bo'lganda o'yinga ikkinchi turdan boshlab kirishadigan jamoalar chizmaning yuqori va pastidan teng qilib taqsimlanadi. Jamoalar soni toq bo'lganda

chizmaning pastida o'yinga ikkinchi turdan boshlab kirishadigan jamoalar soni bitta ko'p bo'lishi lozim.

Birinchi turda hamma jamoalar musobaqada qatnashmagan holatlarda ikkinchi turda jamoalarning sonini 2^n darajasiga keltirish maqsadida jadvalning o'rtasidagi jamoalar birinchi turdan, chetdagi (yuqoridagi va pastdagi) jamoalar esa ikkinchi turdan musobaqalarga qatnasha boshlaydilar.

Birinchi turda qatnashmaydigan jamoalarning soni juft bo'lganda yuqoridan va pastdan barobar sondagi jamoalar birinchi tur o'yinlaridan ozod qilinadi. Agar birinchi turda qatnashmaydigan jamoalar soni toq bo'lsa, birinchi tur o'yinlaridan jadvalning pastidan yuqoriga nisbatan bitta jamoa ortiq ozod qilinadi.

Misol uchun, 12 ta jamoa va 13 ta jamoa musobaqaga ishtirok etadigan holatlarni ko'rib chiqaylik:

$$(a - 2^n) \cdot 2 = x;$$

$$(12 - 2^3) \cdot 2 = (12 - 8) \cdot 2 = 4 \cdot 2 = 8;$$

ya'ni birinchi turda 8 ta jamoa (3-, 4-, 5-, 6-, 7-, 8-, 9-, 10-jamoalar) ishtirok etar ekan, 4 ta jamoa (1-, 2-, 11-, 12-,) ikkinchi turdan ishtirok etadi (yuqorida keltirilgan 12 ta jamoa ishtirok etgan kalendarga qarang).

O'n uchta jamoa o'ynaganda quyidagidek bo'ladi:

$$(a - 2^n) \cdot 2 = x;$$

$$(13 - 2^3) \cdot 2 = (13 - 8) \cdot 2 = 5 \cdot 2 = 10;$$

ya'ni birinchi turda 10 jamoa (2-, 3-, 4-, 5-, 6-, 7-, 8-, 9-, 10-, 11-) ishtirok etar ekan, 3ta jamoa (1-, 12-, 13-) ikkinchi turdan musobaqada ishtirok etadi (yuqorida keltirilgan 13 ta jamoa uchun tuzilgan kalendarga qarang).

Kuchli jamoalar I turning o'zida o'zaro uchrashib mag'lubiyatga uchrab chiqib ketishlarining oldini olish uchun ularni jadvalga tarqatib chiqish mumkin.

3.5. Turli miqdordagi jamoalar ishtirokidagi mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilish tartibidagi chizmalar (setka).

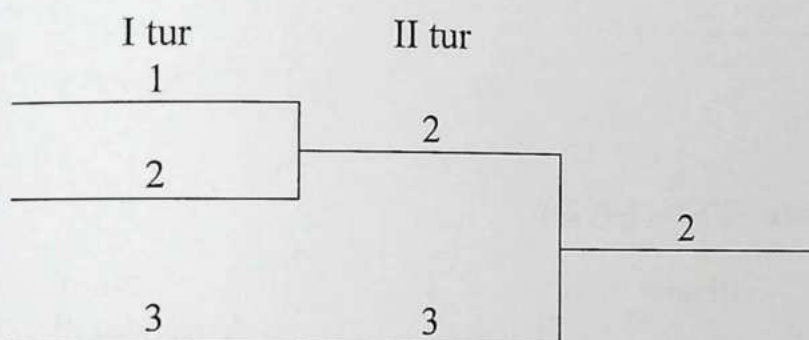
$$K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2$$

Uchta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (3 - 2) \cdot 2 = 2$

$$3 - 2 = 1$$

Yuqoridan - 0

Pastdan - 1



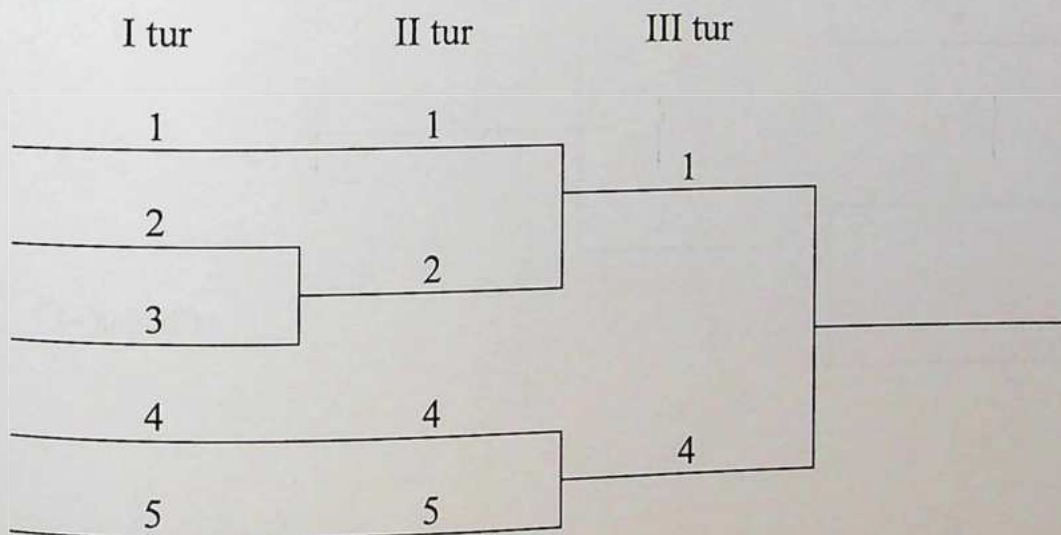
Chizma-1

Beshta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (5 - 4) \cdot 2 = 2$

$$5 - 2 = 3$$

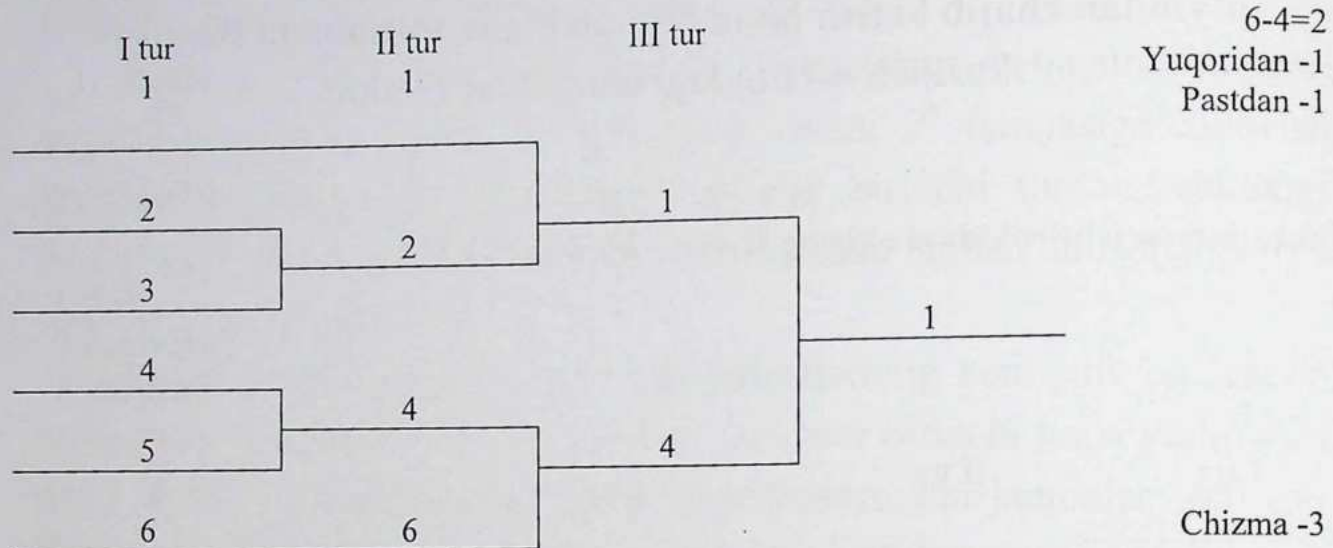
Yuqoridan - 1

Pastdan - 2

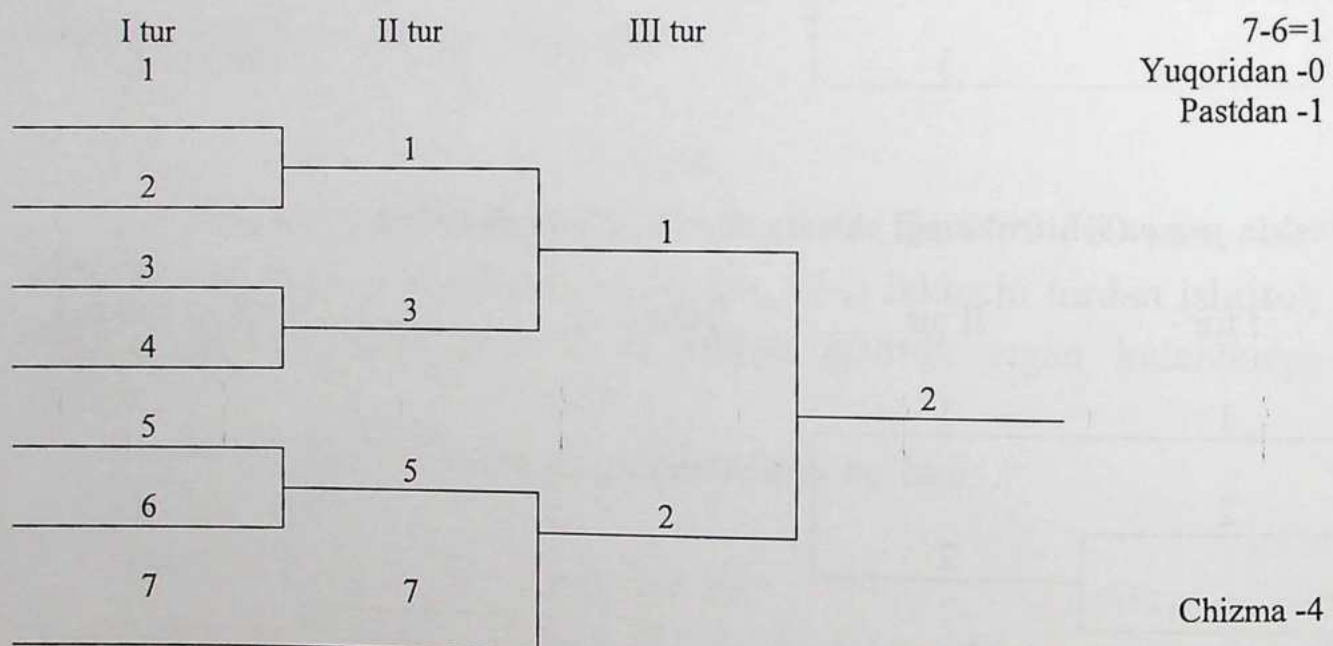


Chizma -2

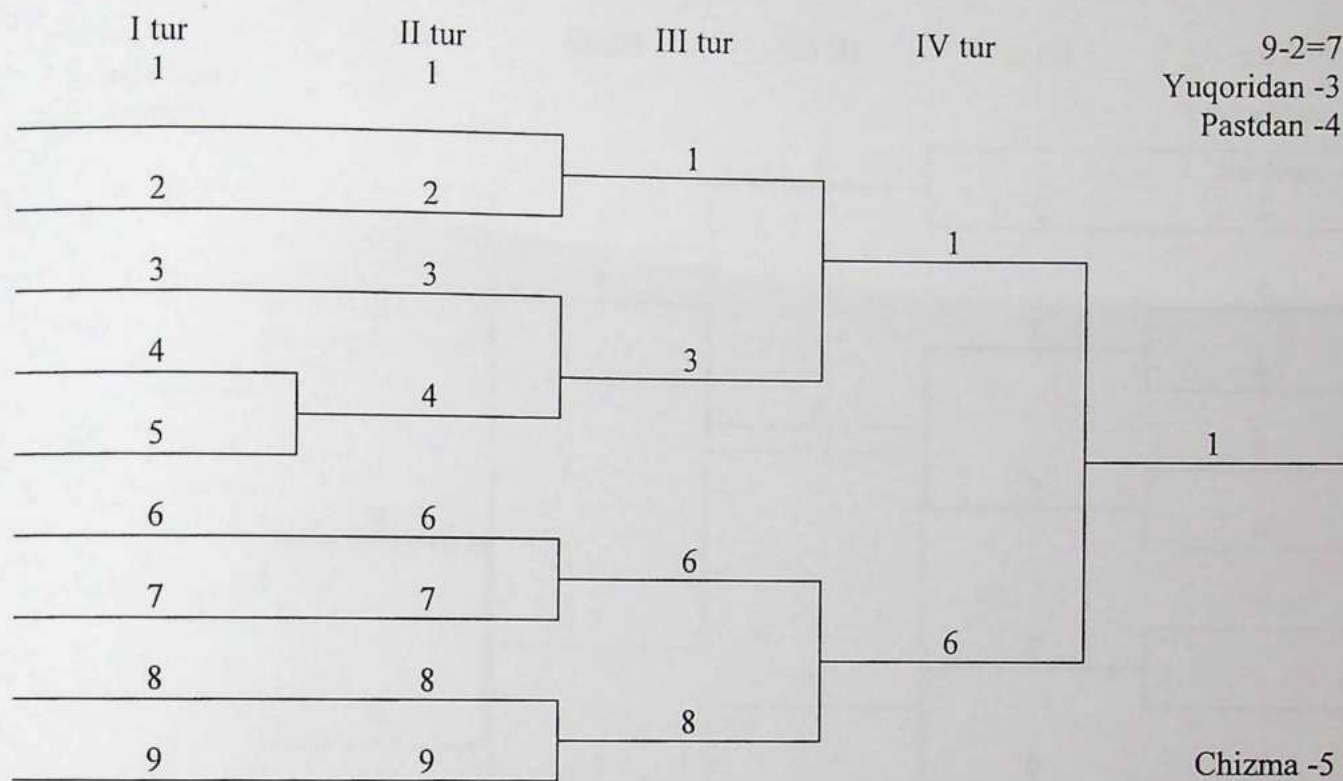
Oltita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(6-4) \cdot 2=4$



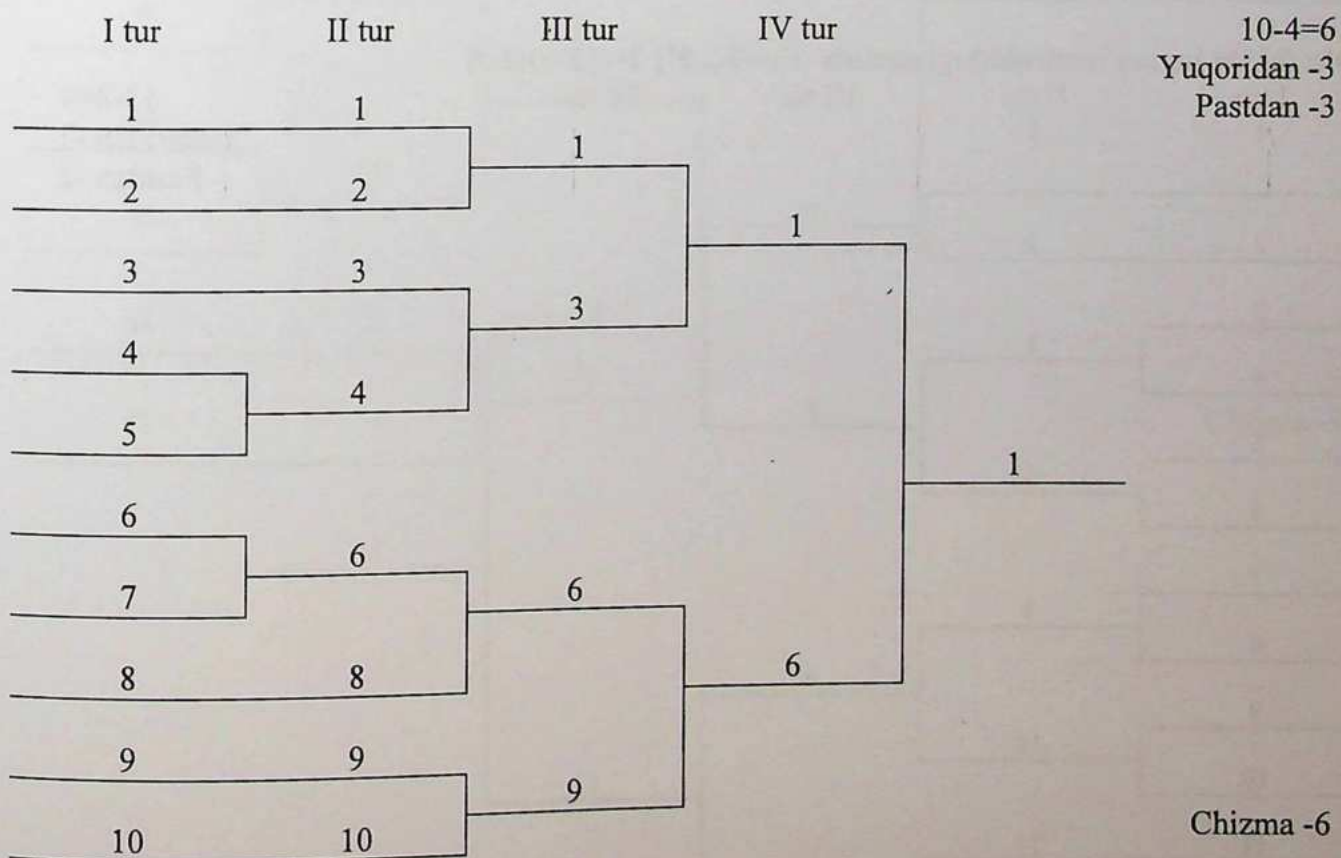
Yettita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(7-4) \cdot 2=6$



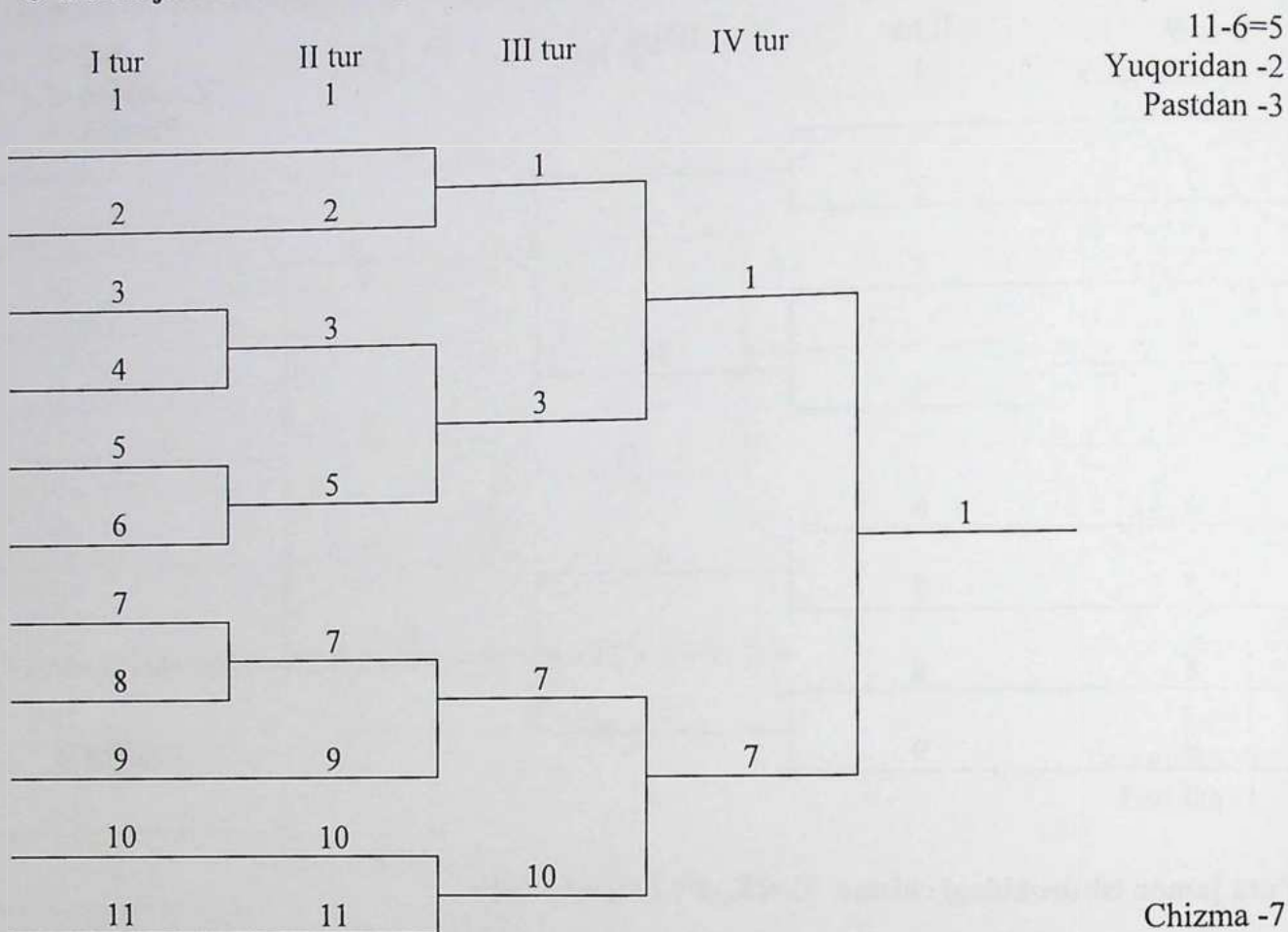
To'qqizta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(9-8) \cdot 2=2$



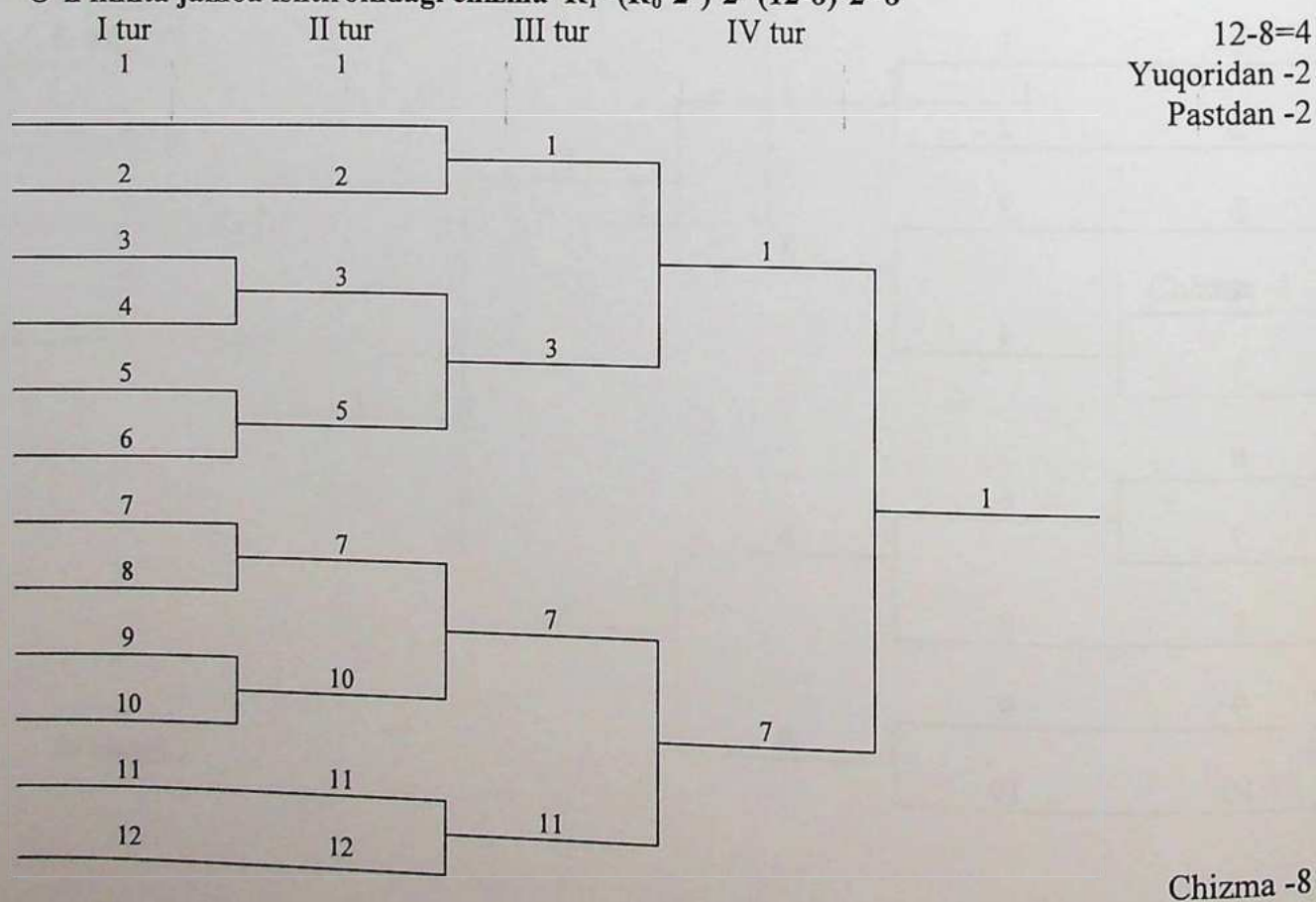
O'nta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(10-8) \cdot 2=4$



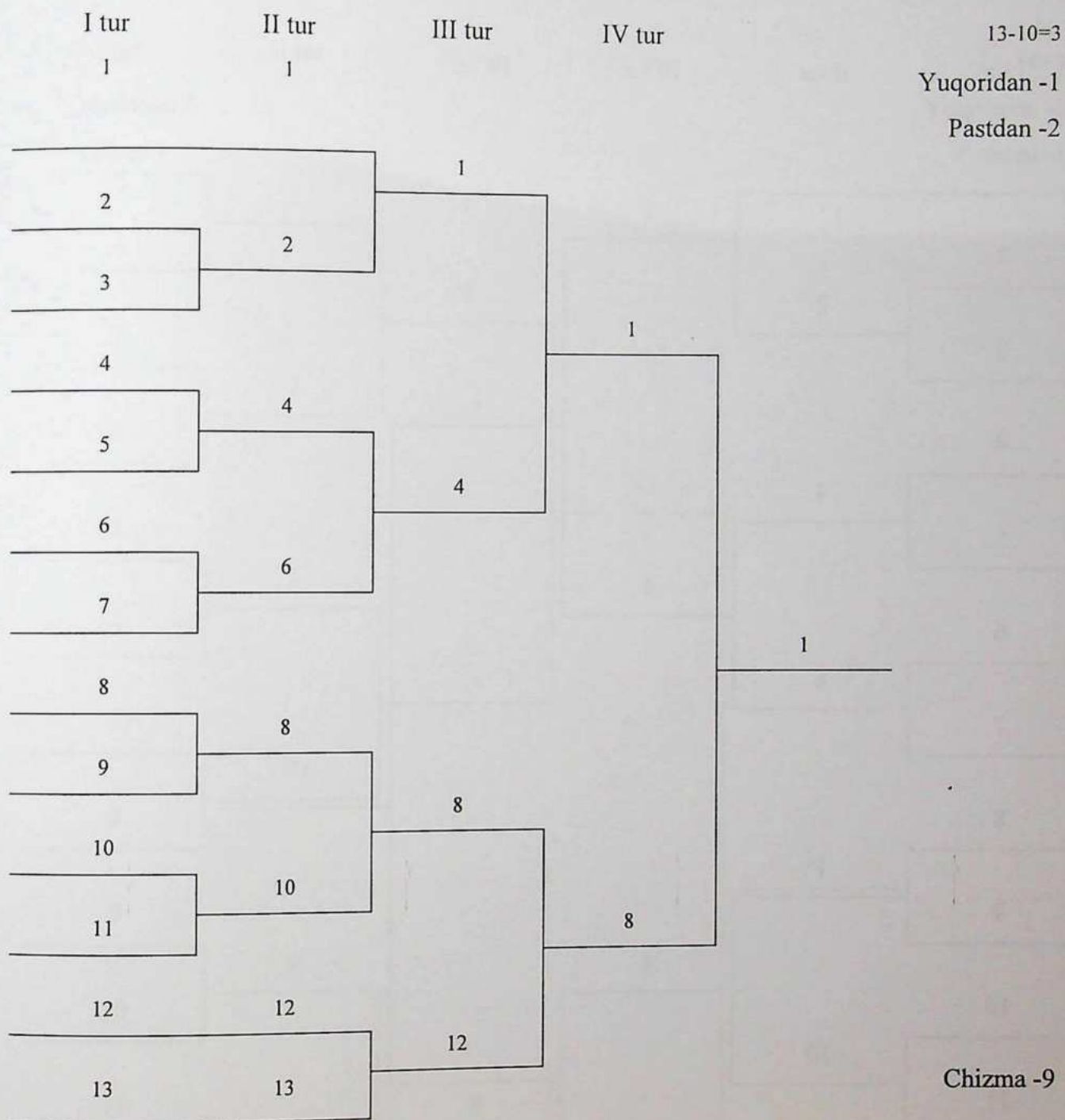
O'n bitta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(11-8) \cdot 2=6$



O'n ikkita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(12-8) \cdot 2=8$

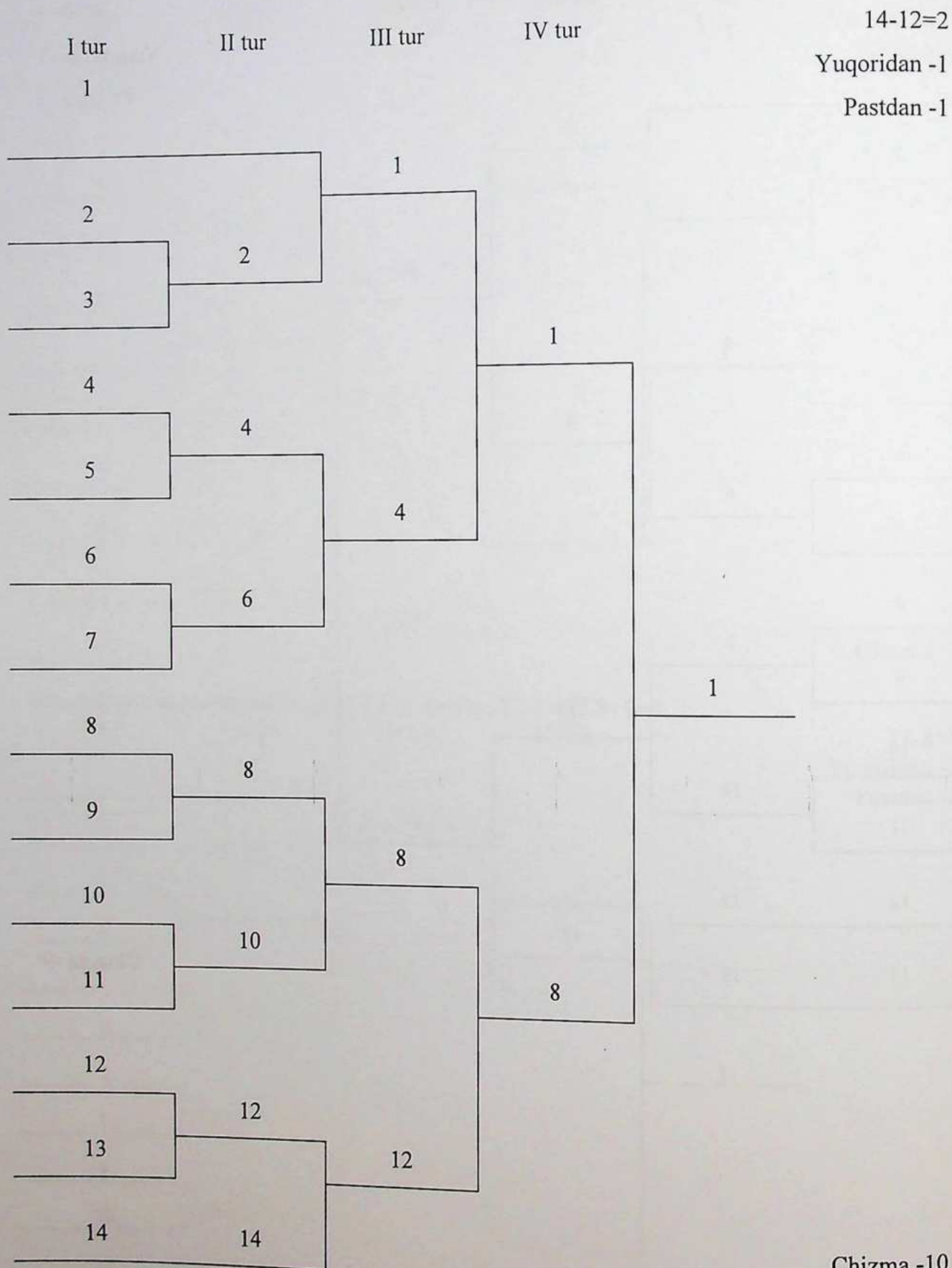


O'n uchta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(13-8) \cdot 2=10$



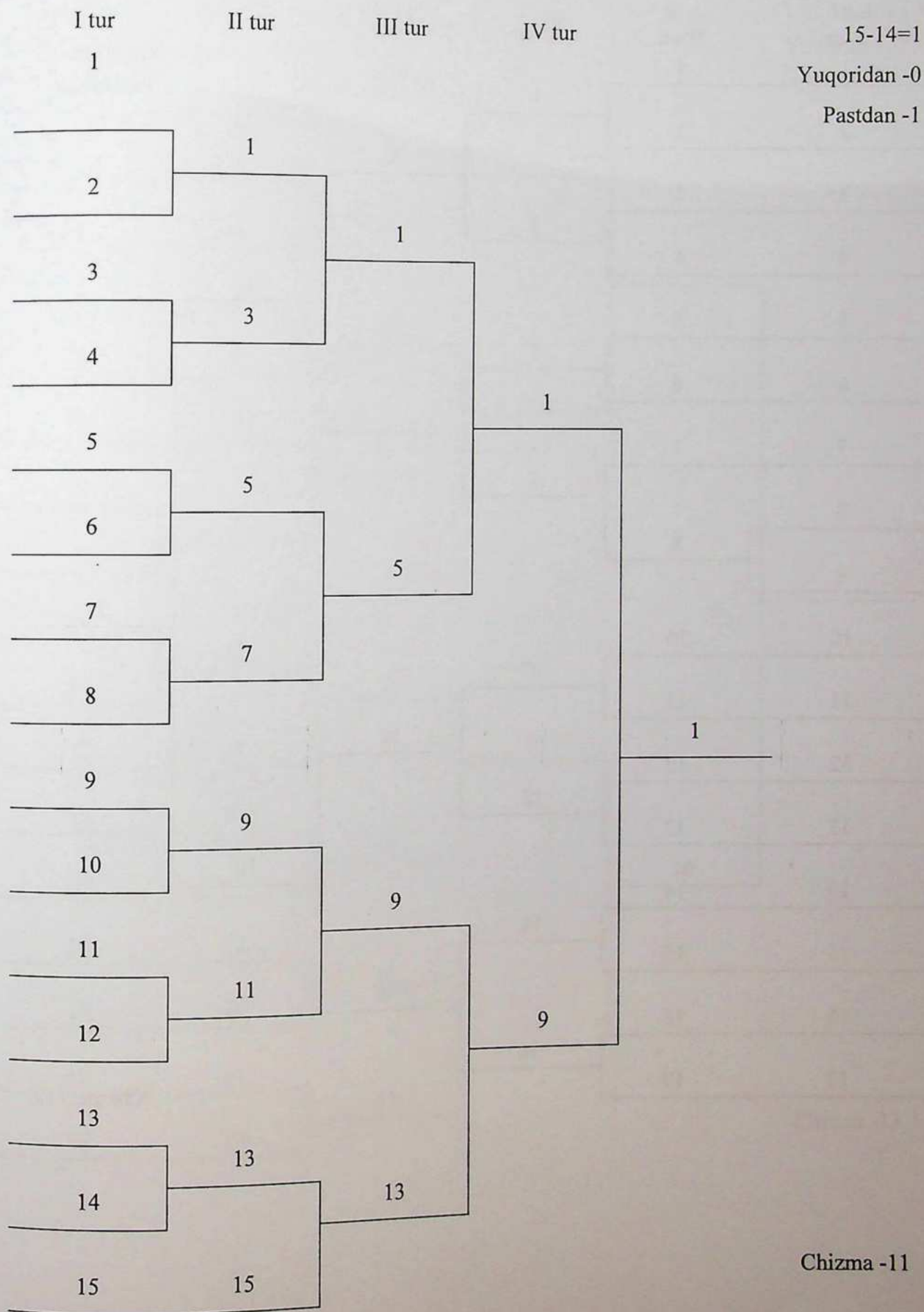
Chizma -9

O'n to'rtta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(14-8) \cdot 2=12$



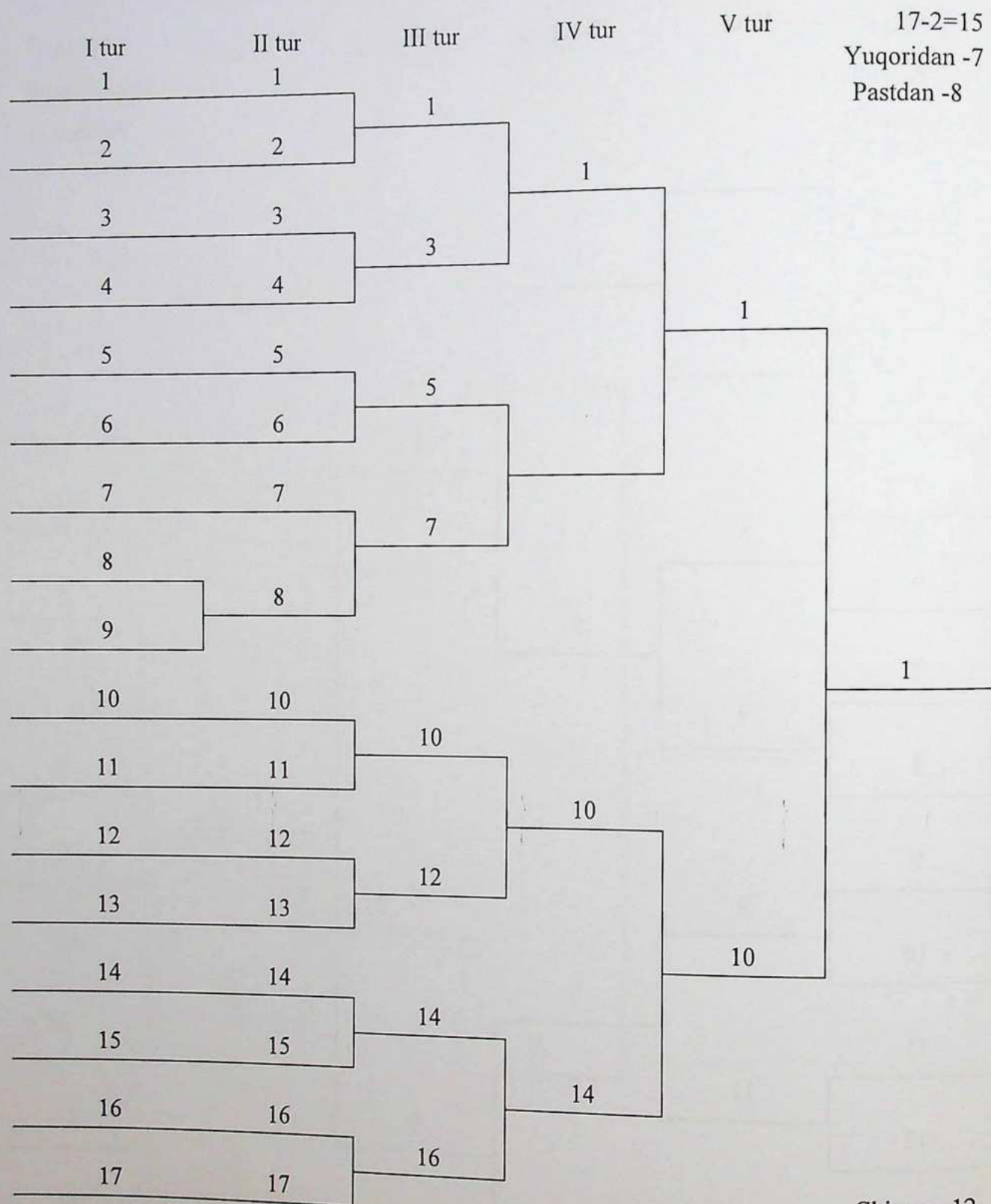
Chizma -10

O'n beshta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(15-8) \cdot 2=14$



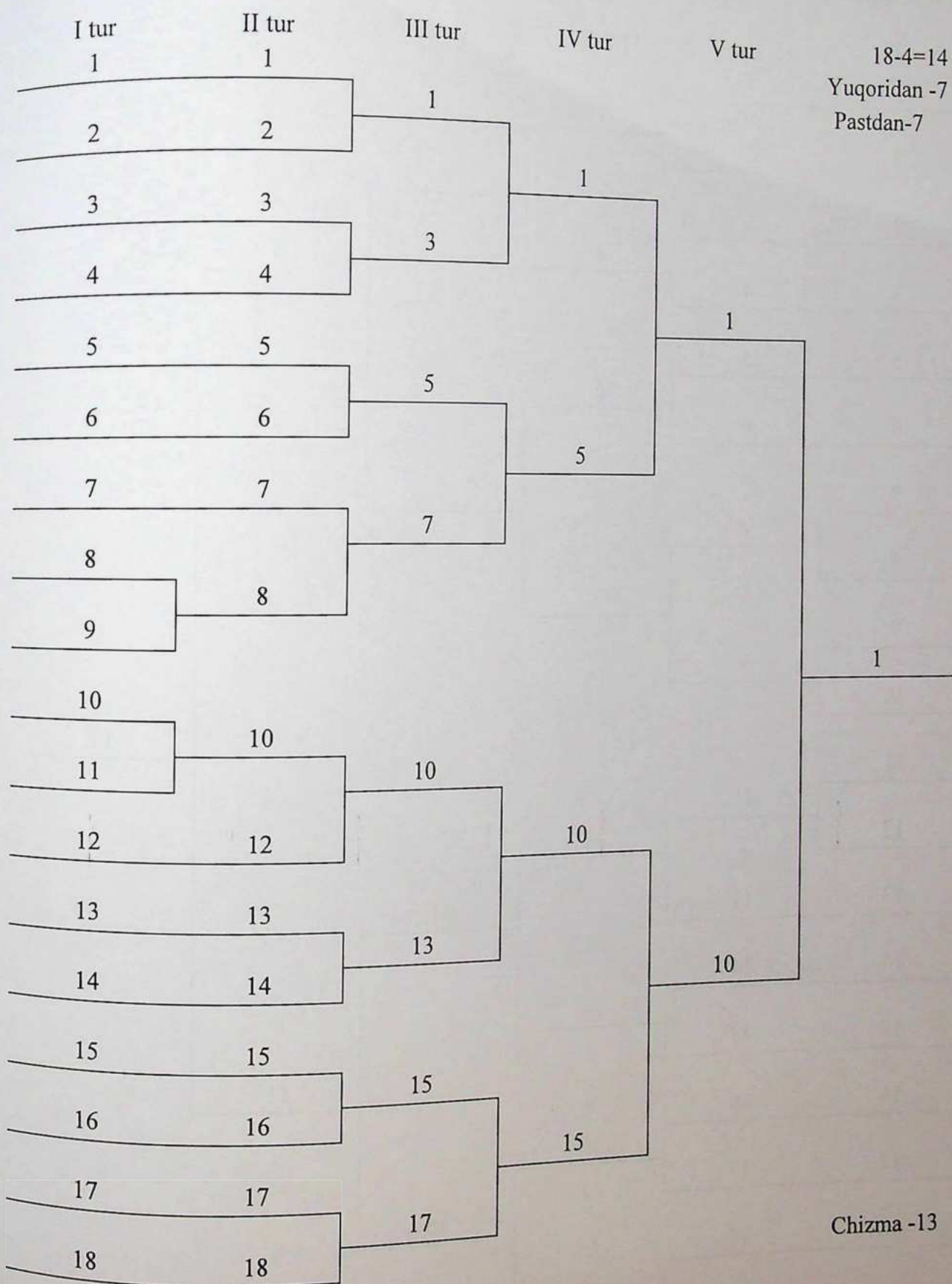
Chizma -11

O'n ettita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(17-16) \cdot 2=2$

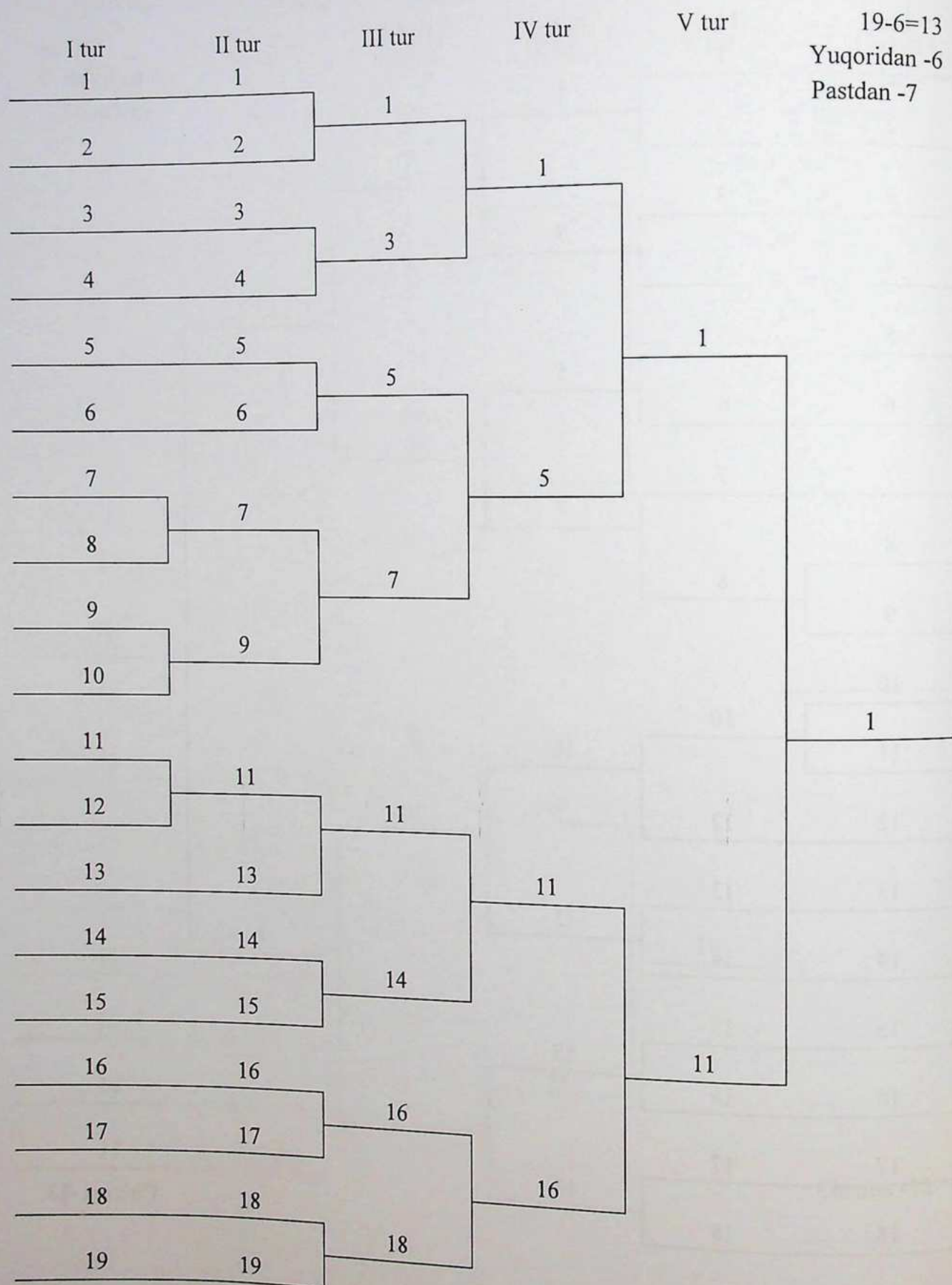


Chizma -12

O'n sakkizta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(18-16) \cdot 2=4$

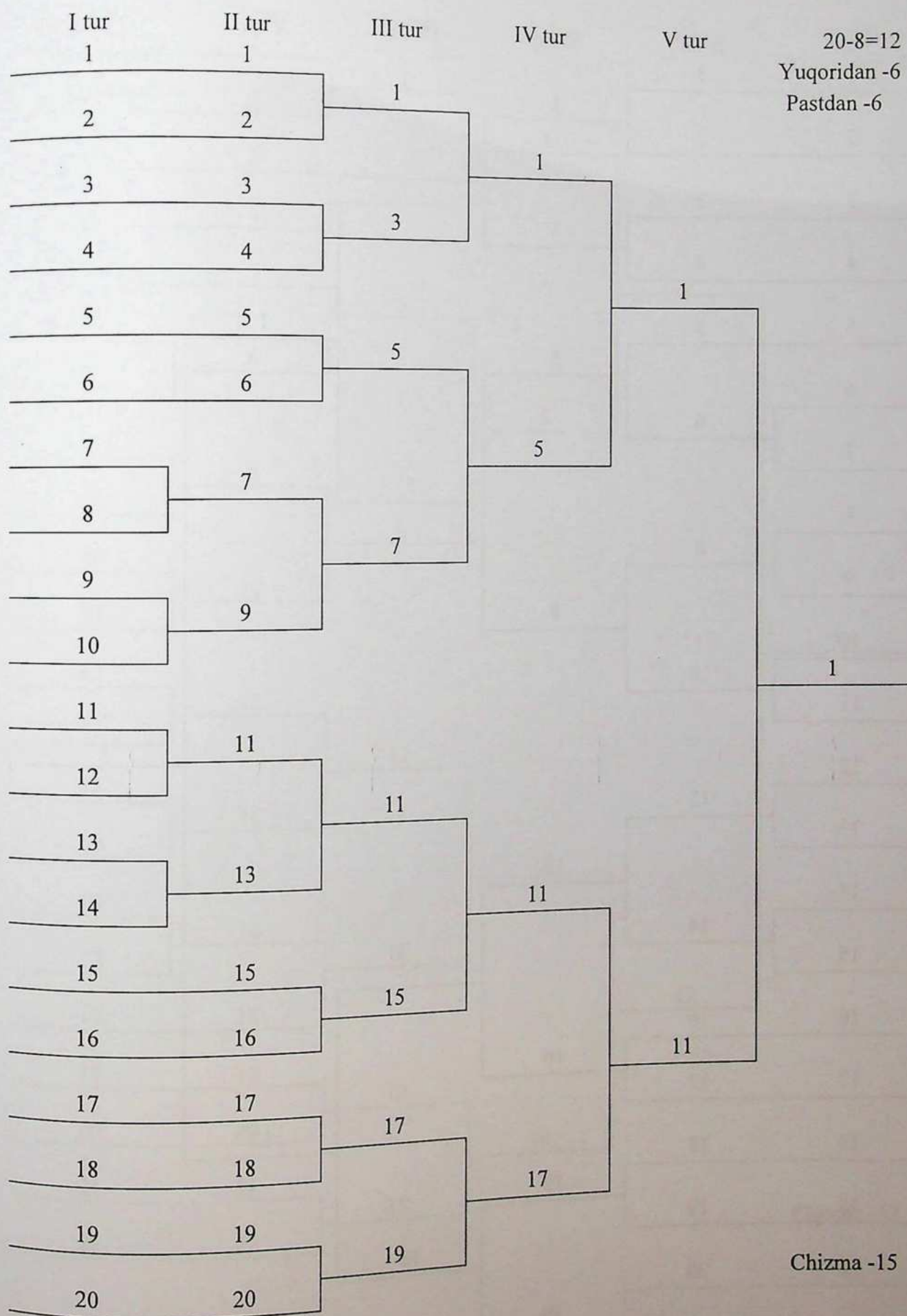


O'n to'qqizta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (19 - 16) \cdot 2 = 6$

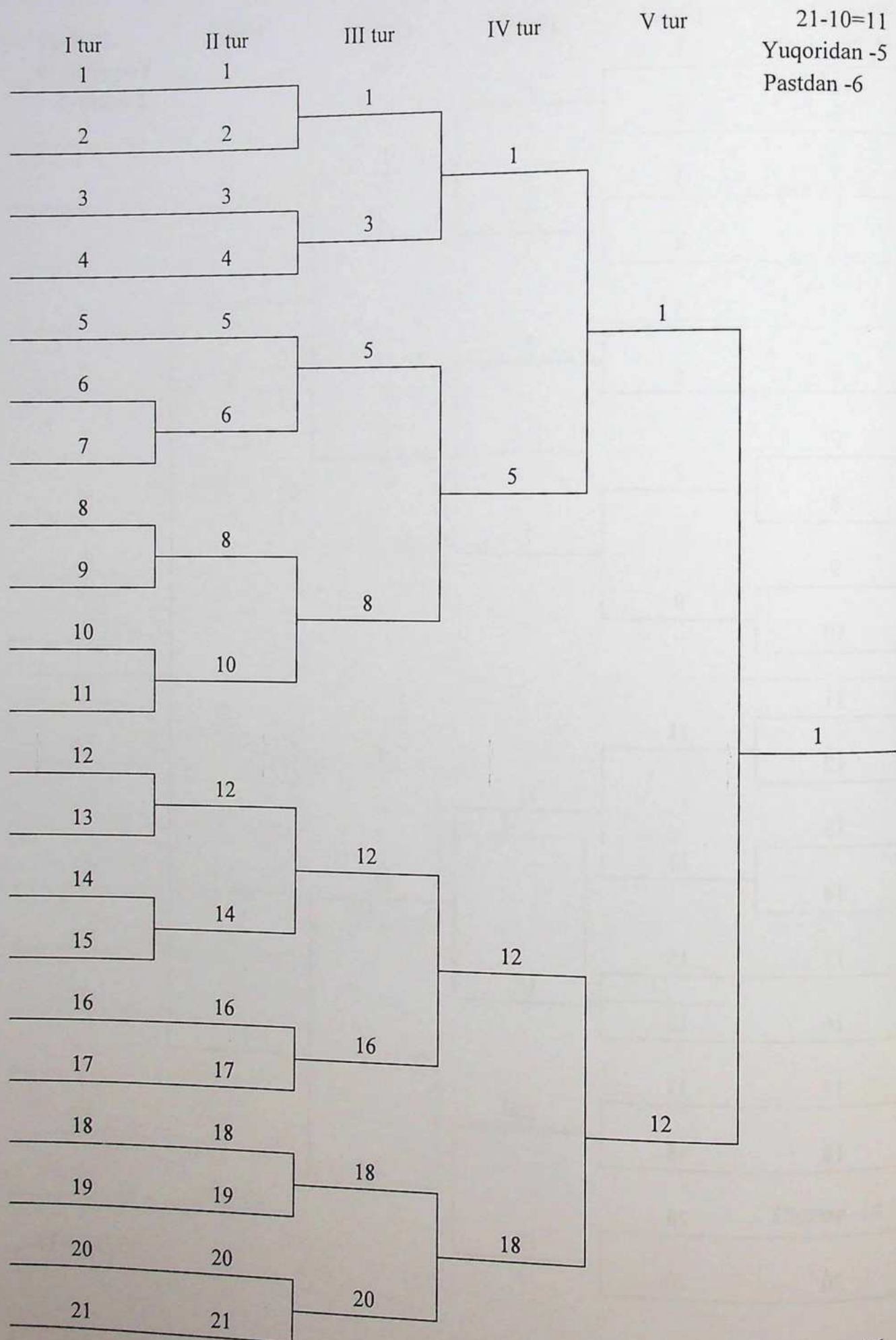


Chizma -14

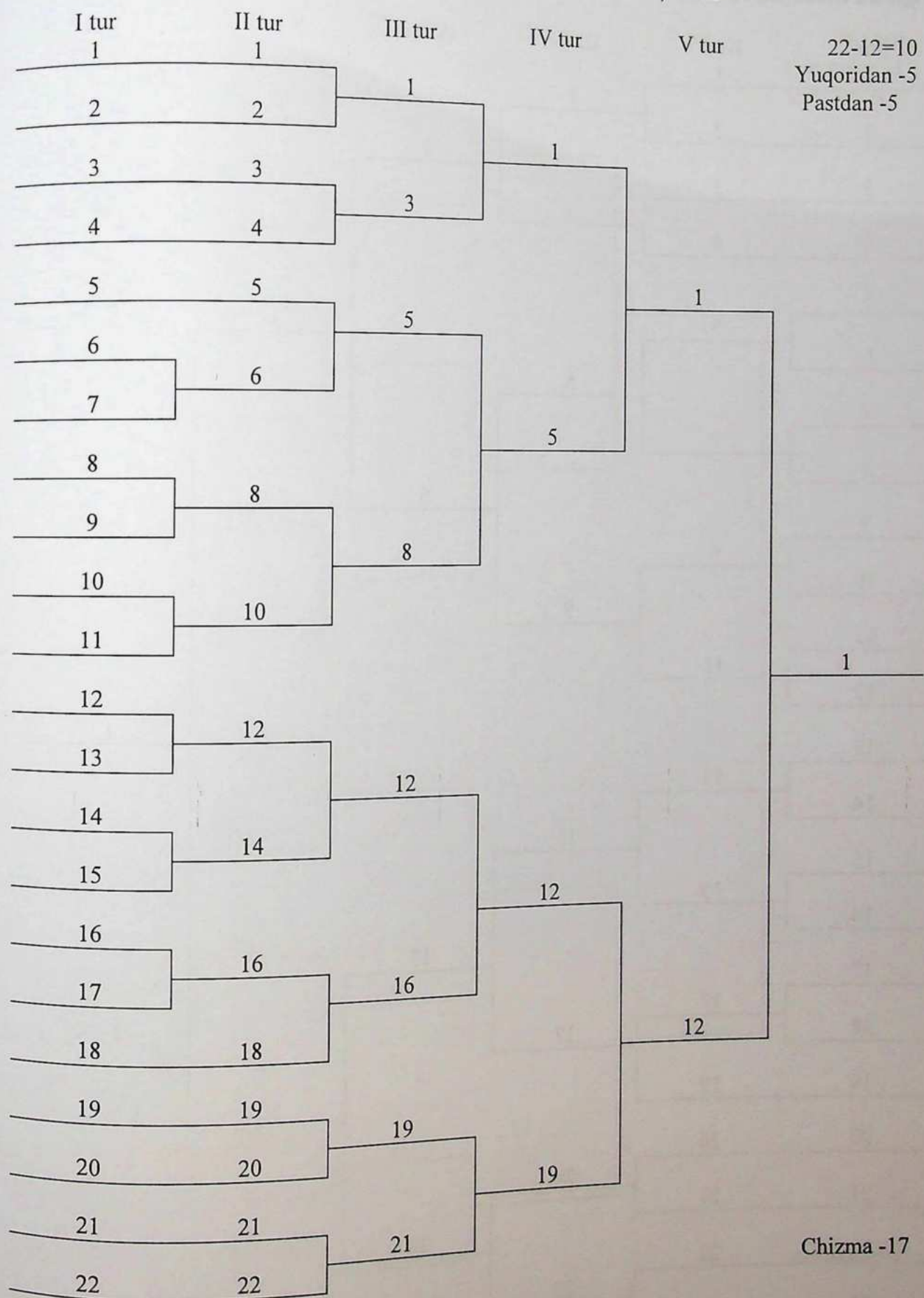
Yigirmata jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(20-16) \cdot 2=8$



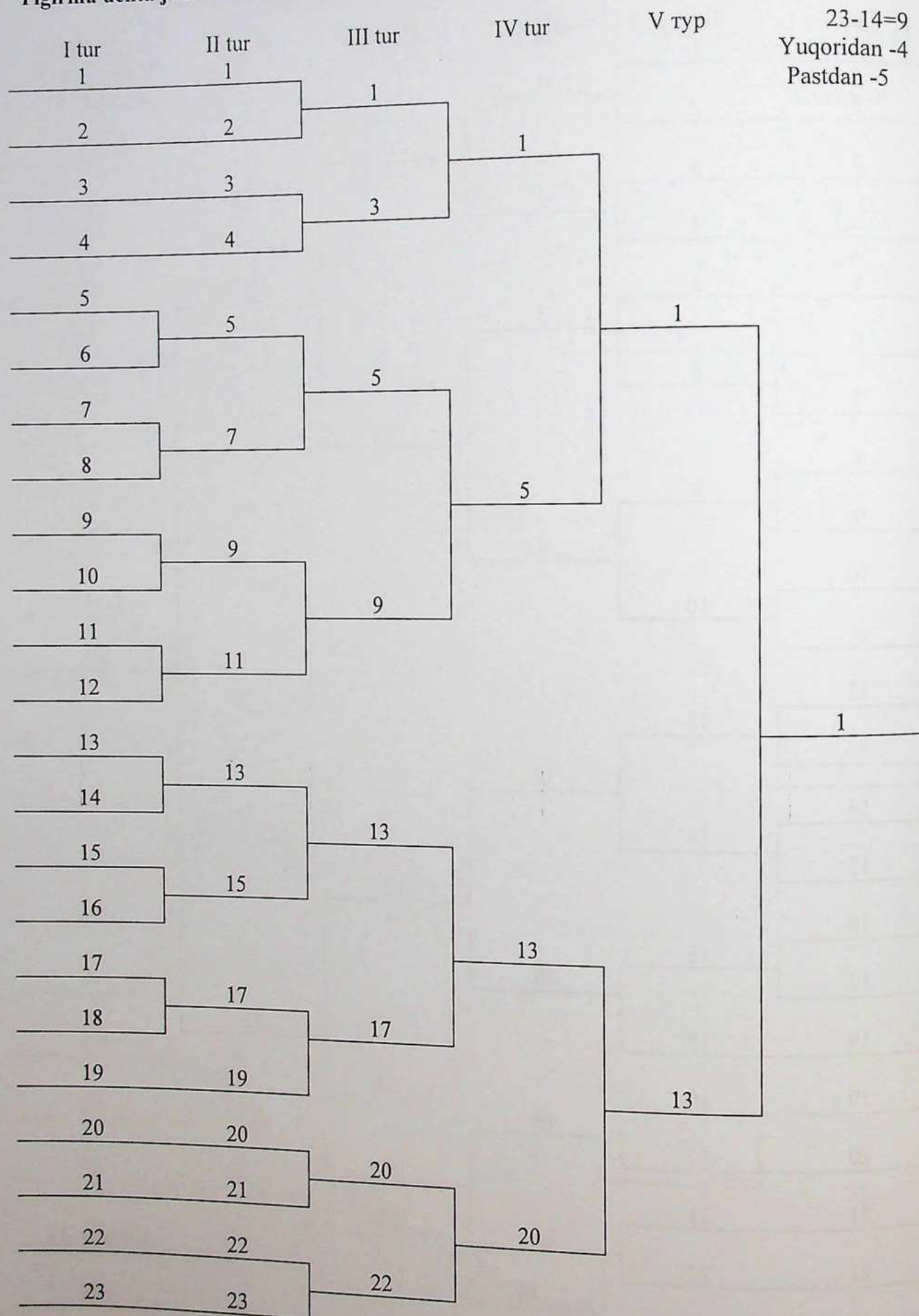
Yigirma bitta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (21 - 16) \cdot 2 = 10$



Yigirma ikkita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(22-16) \cdot 2=12$

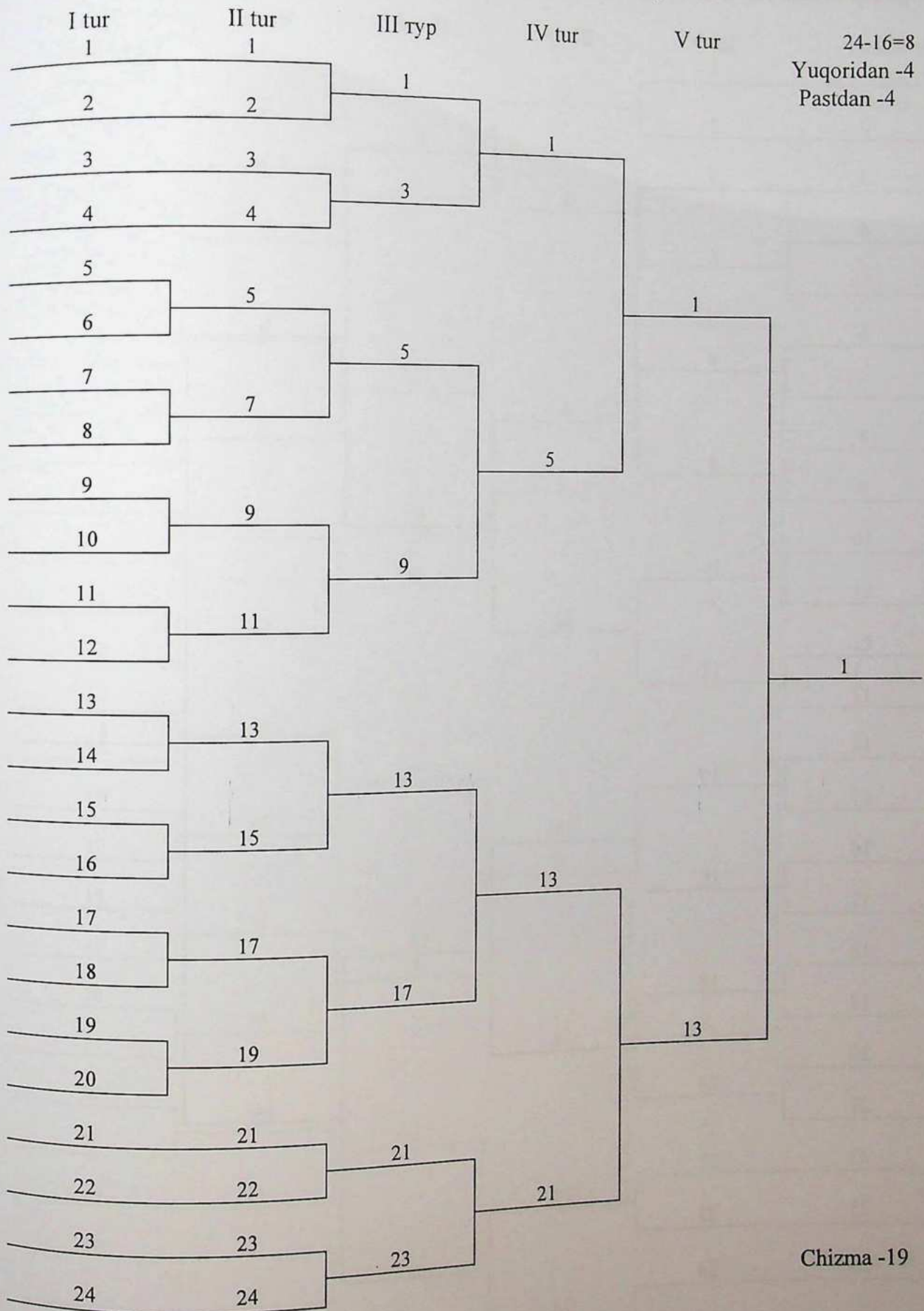


Yigirma uchta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (23 - 16) \cdot 2 = 14$

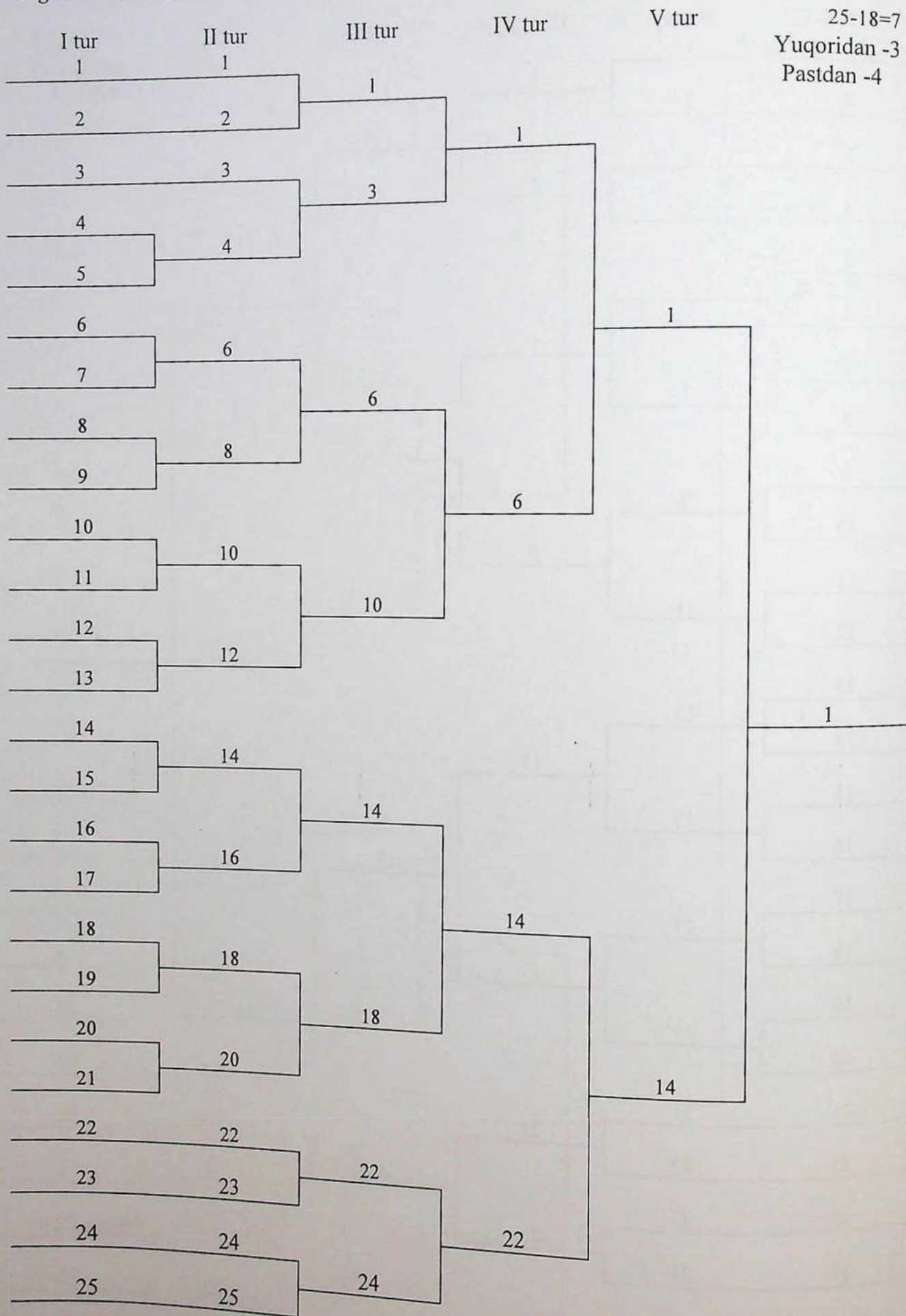


Chizma -18

Yigirma to'rtta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(24-16) \cdot 2=16$

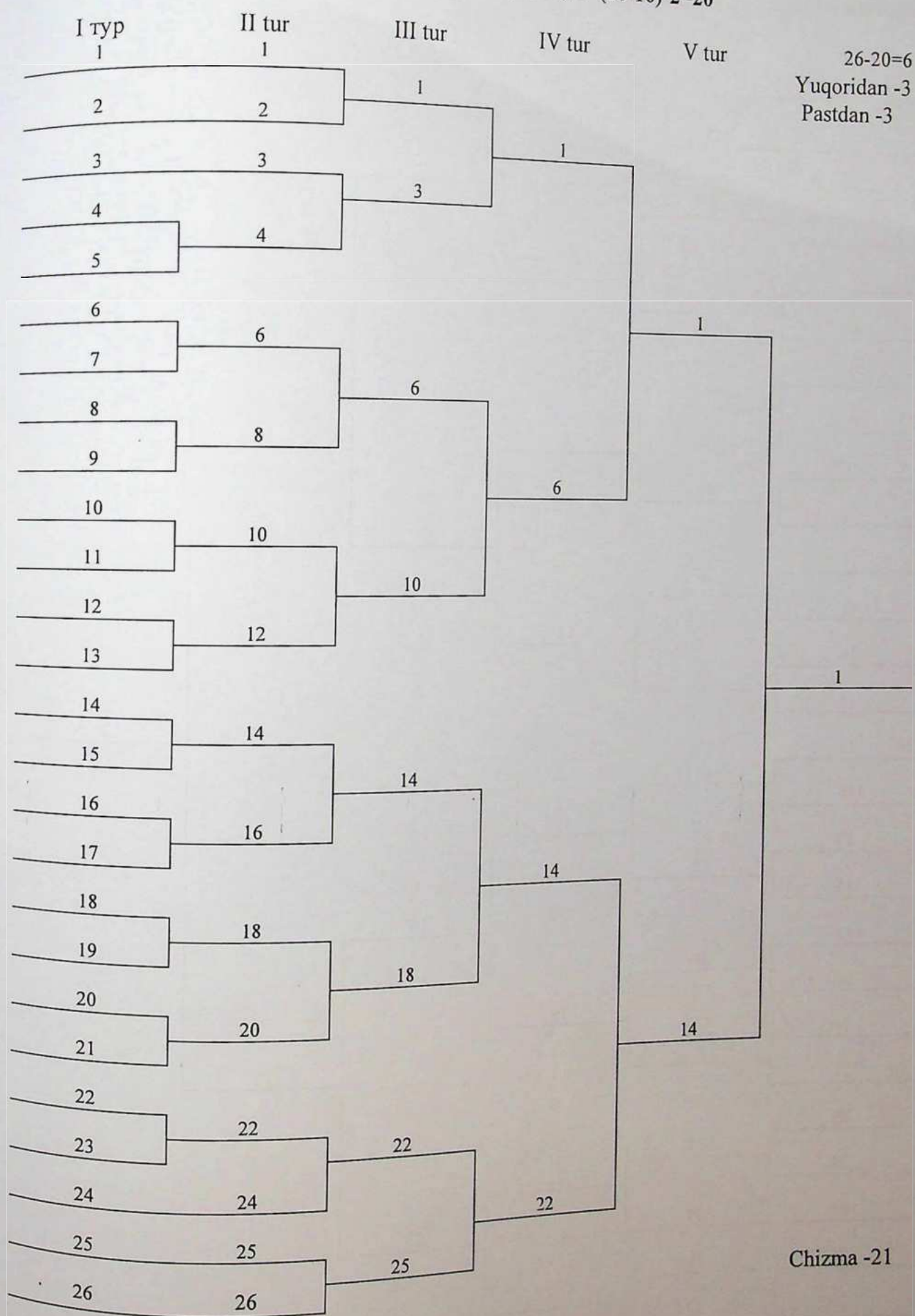


Yigirma beshta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (25 - 16) \cdot 2 = 18$

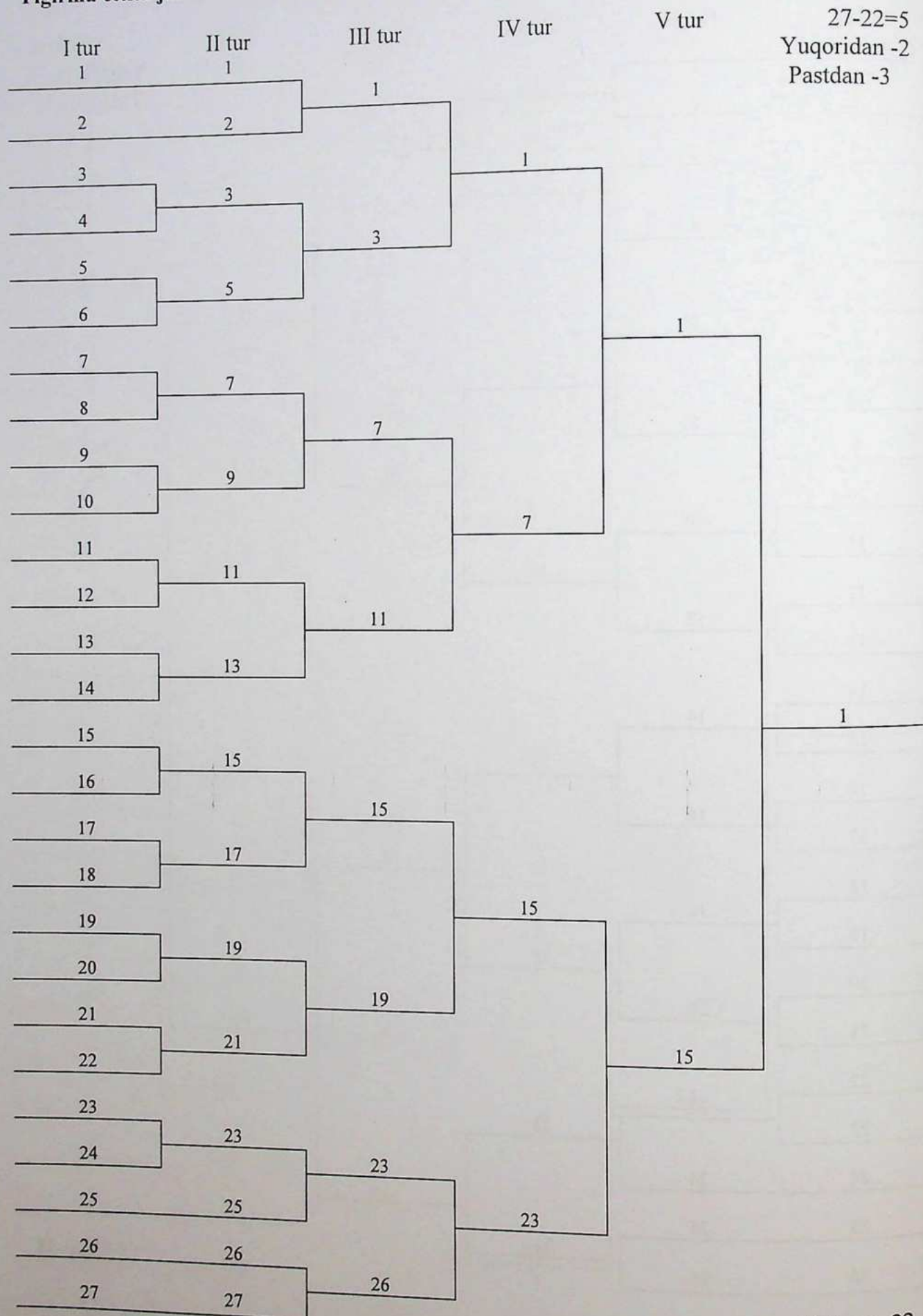


Chizma -20

Yigirma oltita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (26 - 16) \cdot 2 = 20$



Yigirma ettita jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(27-16) \cdot 2=22$



Chizma -22

Yigirma sakkizta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(28-16) \cdot 2=24$



O'ttizta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (30 - 16) \cdot 2 = 28$



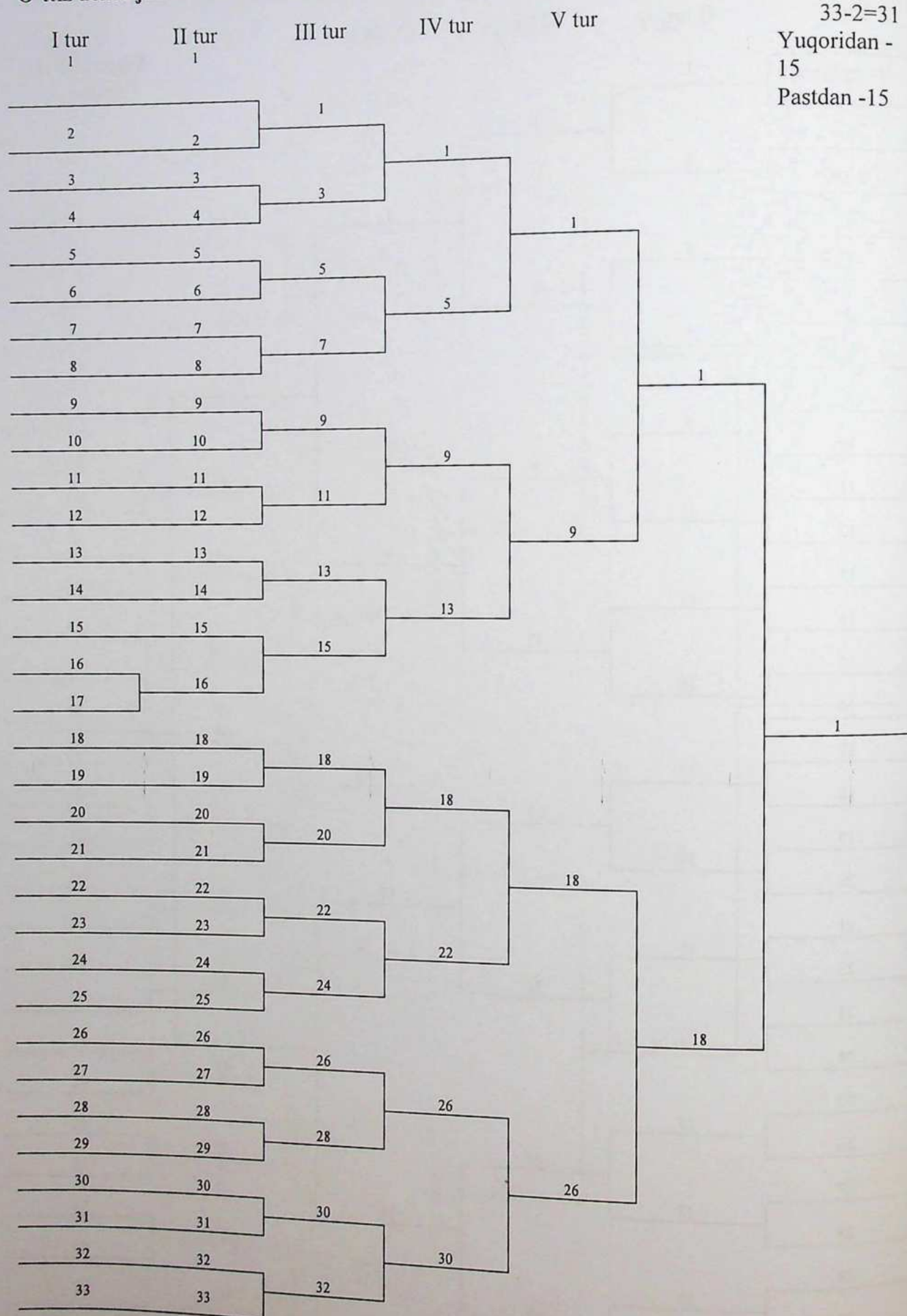
Chizma -24

O'ttiz bitta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(31-16) \cdot 2=30$



Chizma -25

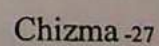
O'ttiz uchta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(33-32) \cdot 2=2$



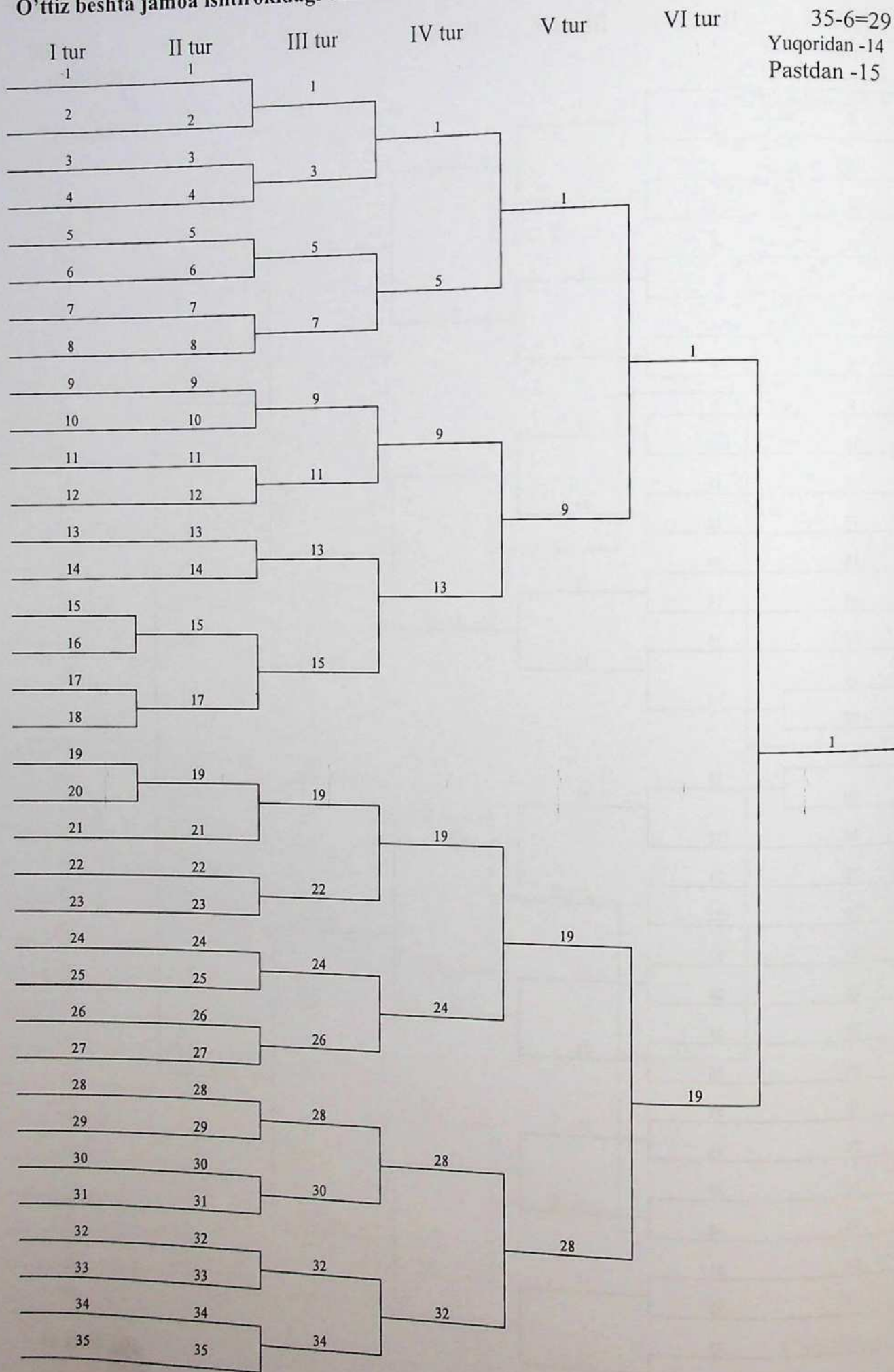
Chizma -26

1. 1998-2000 1998-2000 1998-2000 1998-2000 1998-2000

Pastdan -15



O'ttiz beshta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1=(K_0-2^n) \cdot 2=(35-32) \cdot 2=6$



3.6. Ikki marta mag'lubiyatga uchragandan keyin keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi

Ikkita mag'lubiyatdan keyin chiqib ketishi bilan o'ynaladigan o'yin tizimi mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish bilan o'ynaladigan o'yin tizimasining bir turidir.

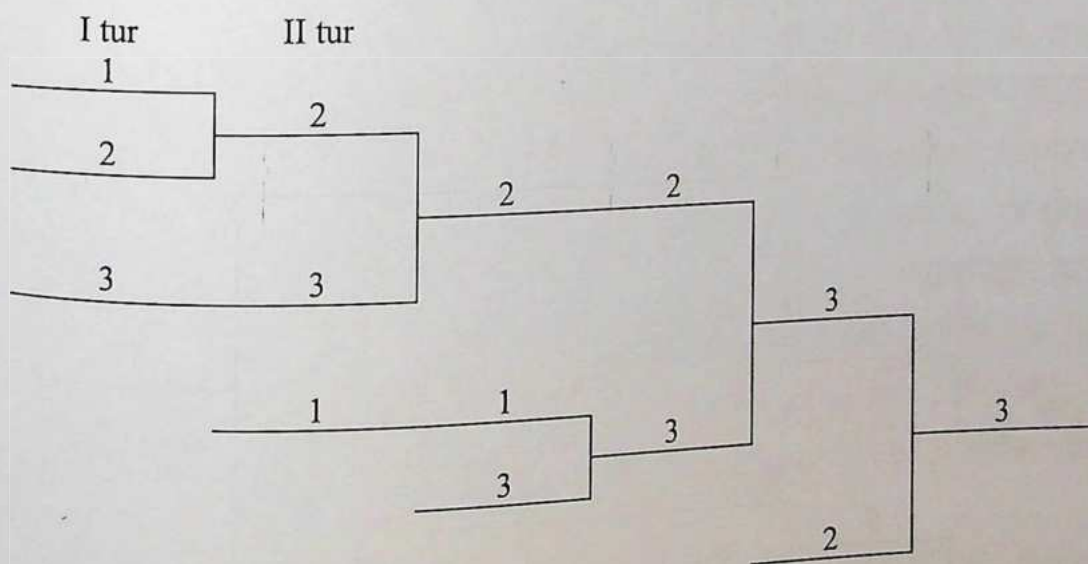
Ikki mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish usuli qatnashayotgan jamoalarning soni ko'p bo'lmagan paytlarda qo'llaniladi. Bunda jamoa ikki marta mag'lubiyatga uchragandan so'ng musobaqalardan chiqib ketadi.

Agar asosiy jadvaldagi jamoa (bu misolda 3-jamoa) qo'shimcha jadvaldagi bir marta yutqazgan jamoaga ya'ni 1-jamoa, yutqazib qo'ysa, u holda g'olibni aniqlash uchun yana o'zaro bir marta o'ynashlari va bu uchrashuvda kim yutsa o'sha jamoa g'olib hisoblanadi.

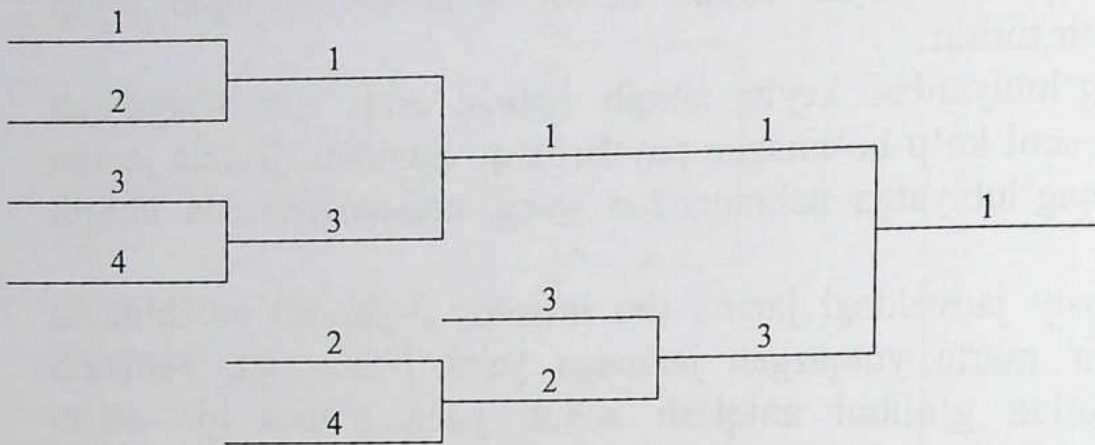
Ushbu quyidagi jadvalda yuqoridagi fikrlar o'z aksini topgan.

Uchta jamoa ishtirokidagi chizma $K_1 = (K_0 - 2^n) \cdot 2 = (3 - 2) \cdot 2 = 2$

3-2=1
Yuqoridan - 0
Pastdan - 1

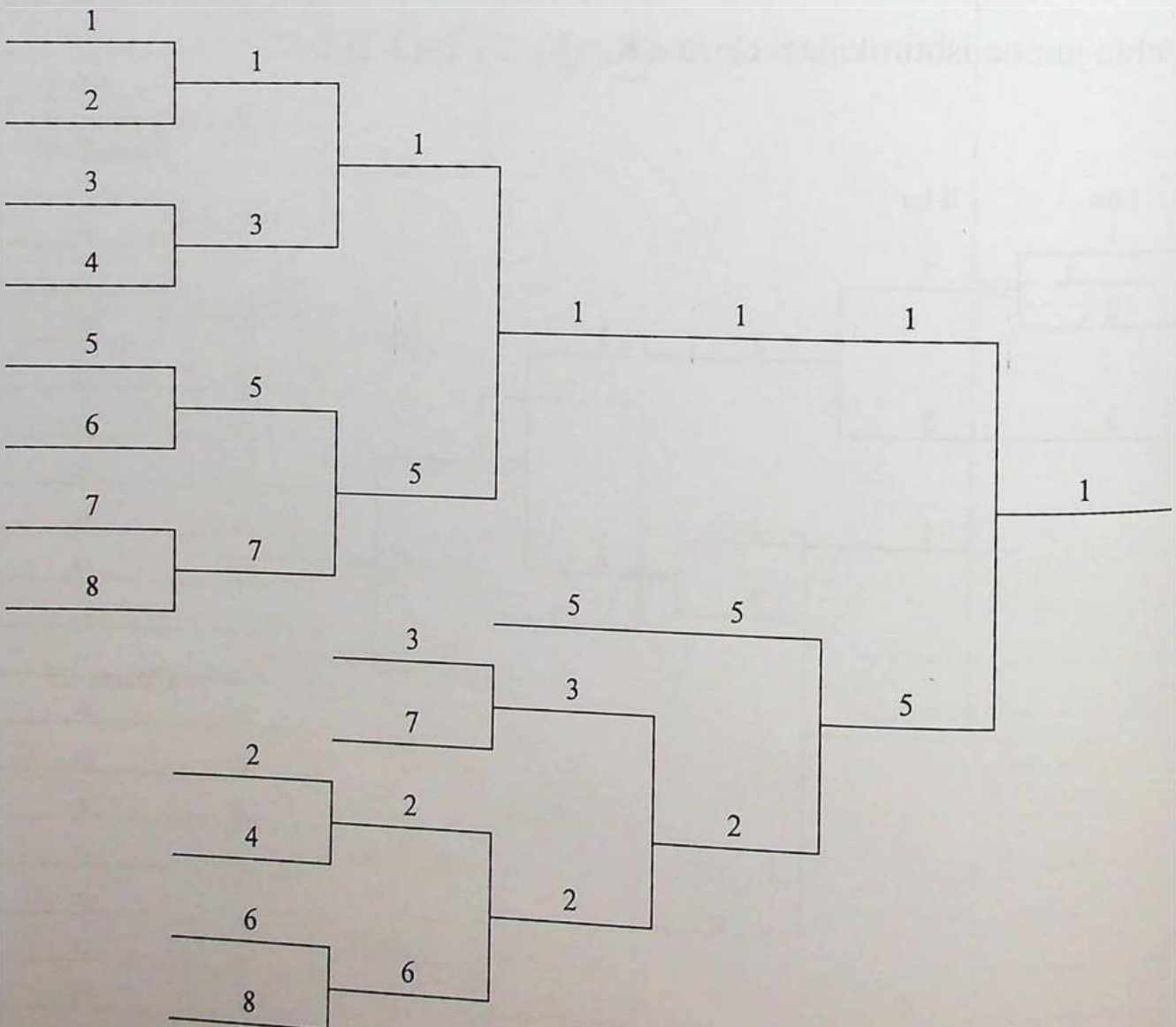


Chizma -29



Chizma -30

Sakkizta jamoa ishtirokida ikki marta magʻlubiyatga uchragandan keyin oʻyindan chiqib ketish bilan oʻynaladigan musobaqa tizimidagi chizma



Chizma -30

3.7. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimida o'tkazilish vaqti

Bir mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish usuli bilan musobaqa o'tkazilganda, uchrashuvlar soni qatnashayotgan jamoalar sonidan bitta kam bo'ladi.

Bir mag'lubiyatdan keyin chiqib ketish usuli bilan musobaqa o'tkazish tashkil qilinsa va bunga necha kun kerakligini aniqlash lozim bo'lsa, quyidagi qoidani qo'llash mumkin. Qatnashuvchi jamoalar soni ikkinining " n " darajasiga (2^n) teng bo'lsa, ya'ni $2^2, 2^3, 2^4, 2^5, 2^6$ va hokazo, darajani ko'rsatib turgan son (daraja ko'rsatkichi) necha bo'lsa, shuncha kun kerak bo'ladi. Daraja ko'rsatkichi musobaqa necha turdan iborat ekanligini ham bildiradi.

Misol uchun, a) 8 ta jamoa (sakkiz ikkinining uchinchi darajasi, ya'ni 2^3 ga teng) ishtirok etadigan musobaqa 3 turdan iborat bo'lib, uch kun davom etadi.

Agar qatnashuvchi jamoalarning soni 2^n darajasidan ortiq bo'lsa, u holda daraja ko'rsatkichiga 1 sonini qo'shish bilan musobaqa necha turdan iborat ekanligini hamda necha kun kerakligini aniqlab olinadi.

Misol uchun, b) 10 ta jamoa ishtirokidagi musobaqa g'olibini aniqlash uchun 4 kun kerak bo'ladi. Nega deganda, 10 ikkinining uchinchi darajasi – 2^3 dan, ya'ni 8 dan ortiq, shuning uchun yuqorida aytganimizdek daraja ko'rsatkichiga (bu yerda uchga) 1 sonini qo'shamiz va hosil bo'lgan son (bu misolda $3+1=4$), ya'ni yig'inda musobaqa necha turdan iborat ekanligini va necha kun kerakligini anglatadi.

Yuqorida ta'kidlab o'tganlarimizni quyidagi formulalar orqali ifodalasa bo'ladi:

$$a) 2^n = a \Rightarrow n=t, \text{ ya'ni } 2^3 = 8 \Rightarrow 3=3$$

$$b) 2^n < a \Rightarrow n+1=t, \text{ ya'ni } 2^3 < 10 \Rightarrow 3+1=4$$

Eslatma:

a – musobaqada ishtirok etadigan jami jamoalarning soni

n – daraja ko'rsatkichi

t – turlar va kunlar soni.

Ushbu formulalarga asoslanib quyidagi jadvalni tuzish mumkin.

3.8. Musobaqada ishtirok etadigan jamoalarning soniga qarab musobaqa necha turdan iborat ekanligini va musobaqa qancha kun davom etishini aniqlash jadvali

Jamoalar soni	Turlar va kunlar soni						
	1	2	3	4	5	6	7
2	+						
3-4		+					
5-8			+				
9-16				+			
17-32					+		
33-64						+	
65-128							+

3.9. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketiladigan tizim bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarga xos bo'lgan tasodifiylik omil

Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketiladigan tizim bo'yicha (bunda musobaqada qatnashuvchi jamoalar sof qur'a tashlash bilan aniqlanadi) o'tkaziladigan musobaqalarga xos bo'lgan tasodifiylik omilini kamaytirish istagi musobaqa tashkilotchilarini musobaqa o'yinlarining tobora yangi tizimlarini izlashga majbur etadiki, bu tizimlar, odatda, aralash usullardan iborat bo'ladi.

Xilma-xil xalqaro turnirlarda, jumladan jahon birinchiligi va olimpiada o'yinlarining final qismida keng qo'llanilgan o'yin tizimlari shu tariqa paydo bo'lgan.

Bu tizimga binoan musobaqada qatnashuvchi jamoalar guruhlariga bo'linadi. Masalan, musobaqada qatnashuvchi jamoalar soni 16 ta bo'lganda, ular har bir guruhda to'rttadan jamoa bo'lgan to'rt guruhga bo'lib yuboriladi. Guruhdagi o'yinlar davrali tizim buyicha bir yoki ikki davrada o'tkaziladi. Jamoalarni qur'a tashlash bilan guruhlariga bo'lishni

turli sharoitlarni hisobga olib o'tkazish mumkin. Bu sharoitlar oldindan musobaqa nizomida ko'rsatib o'tiladi (jamoalarning territoriyaga mansublik prinsipi, kuchli jamoalarni oldindan klassifikatsiyalash asosida turli guruhlariga bo'lib yuborish va hokazo). Jamoalar qandaydir bir joyda yigilganda emas, balki turli guruhlar va hatto guruhga kiruvchi jamoalar territoriya jihatidan turli joylarda joylashtirilganda ham musobaqalarni bu tizim bilan o'tkazish mumkin. Guruhda birinchi yoki ikkinchi o'rinni egallagan jamoalar keyingi musobaqalarda ishtirok etishga yo'l qo'yiladi. Bu musobaqalar mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan tizim bo'yicha o'tkaziladi, lekin bunda birinchi ikki tur o'yinlarida bir guruhdagi jamoalar bir-birlari bilan uchrashmasliklari kerak, chunki ular dastlab o'zaro o'yin o'tkazganlar.

Quyida musobaqa o'tkazishning shunday sxemasi keltiriladi, bu sxema musobaqaning birinchi qismida ham, ikkinchi qismida ham jamoalarning qur'a tashlashidan oldin tasdiqlangan bo'lishi kerak.

Yuqorida keltirilgan musobaqa tizimining afzalligi ravshan: bunda musobaqaning birinchi qismida mumkin bo'lgan tasodiflar iloji boricha yo'qotiladi va musobaqalar jamoalar soni anchagina ko'p bo'lganda ham nisbatan qisqa muddat ichida o'tkaziladi.

Ma'lumki, mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish tizimi bo'yicha o'ynaladigan o'yinlarda yoki aralash tizimda o'tkazilayotgan musobaqada, garchi o'yin asosiy va qo'shimcha vaqtda durrang bilan tugallansa ham, bir o'yinda yoxud bir necha o'yinda keyingi musobaqalarda qatnashish uchun g'olibni aniqlash zarur, albatta. Buni aniqlashning bir necha usuli bor. Ulardan birining, hozirgi vaqtda eng keng tarqalganining mohiyati shundan iboratki, jamoalar o'zaro ikki marta o'z maydonida va raqib maydonida uchrashishadi.

Xulosalar

Biz tomonimizdan keltirilgan natijalardan, shunday xulosa qilishimiz mumkinki, mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi yuqorida ta'kidlab o'tilganidek, ko'p jamoalarni ishtiroki asosida o'tkaziladigan paytda eng qulay musobaqa o'tkazish turi xisoblanadi.

Shu sababdan, bu tizimdan futbol va boshqa ommaviy sport turlarida ko'pgina korxona, muassasa, oliygoh, maktablarda musobaqalarni o'tkazishda asosan sport ishlariga mas'ul xodimlar to'g'ri maqsadga muvofiq bo'lardi. Ular tomonidan musobaqalarni to'g'ri tashkil etish hamda olib borish tizimlari asosida musobaqa saviyasi namoyon bo'ladi. Biz tomonimizdan tavsiya etilgan o'quv uslubiy qo'llanmada mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi ahamiyati to'g'risida keng yoritilgan bo'lib, barcha sport ishlariga mas'ul shaxslar foydalanishlari mumkin.

Amaliy tavsiyalar

Tashkiliy jihatdan to'g'ri va yaxshi tashkil qilingan musobaqalar juda muhim ahamiyatga ega, chunki musobaqalar faqat jismoniy sifatlargagina (kuchlilik, chidamlilik, tezkorlik va egiluvchanlik) emas, balki ruhiy-psixologik sifatlarga ham katta ta'sir ko'rsatadi. Musobaqa davrida sportchilarning tashkilotchilik, o'zini tuta bilishlik, jamoa maqsadini o'z maqsadidan yuqori qo'ya olishlik kabi yana bir qancha sifatlari ham takomillashadi.

Mamlakatimizda musobaqalar o'tkazilishi tufayligina sport o'yinlaridan basketbol, voleybol, futbol, gandbol, tennis va boshqalar ommaviylashdi. Demak, musobaqalarsiz sportning bo'lishi mumkin emas. Ularni o'tkazish har doim dolzarb masalalardan bir bo'lib kelmoqda. Ko'pgina korxona, muassasa, oliygoh, maktablarda musobaqalarni o'tkazishda asosan sport ishlariga mas'ul xodimlar zimmasida bo'ladi. Ular tomonidan musobaqalarni to'g'ri tashkil etish hamda olib borish tizimlari asosida musobaqa saviyasi namoyon bo'ladi. Biz tomonimizdan tavsiya etilgan o'quv uslubiy qo'llanmada mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi ahamiyati to'g'risida keng yoritilgan bo'lib, barcha sport ishlariga mas'ul shaxslar foydalanishlari mumkin.

Nazorat savollari

1. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi nimaga kerak?

2. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimidagi kamchiliklar?

3. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimining ahamiyati nimadan iborat?

4. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilish tartibi qanday?

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Акрамов Ж.А. Гандбол. Дарслик. Т., Лидер Пресс, 2008 й.

2. Правила игры-2013-2014. Международная федерация футбола (ФИФА). Цюрих-2014 г. 143 ст

3. Футбол. Дарслик. Р.А. Акрамовнинг умумий тахрири остида. Т.: ЎзДЖТИ, 2006 й.

4. Футбол. Учебник. Под общей редакции Нуримова Р.И. Т.: УзГИФК, 2005 г.

5. Futbol o'yin qoidalari va musobaqalarni tashkil etish. Mirzaqulov A.G., To'laganov A.A., Po'latov S.N., O'zDJTI / Toshkent-2014 y.

6. Правила игры в футбол ; М.: Астрель, 2001. 112 с.

7. Футбол. Правила игры. М. : Терра-Спорт, 2004. 71 с.

8. Талипжанов А.И. Юқори малакали футболчилар тайёрлашнинг замонавий тизими. –Т.: «Fan va texnologiya», 2012, 164 бет

9. <http://www.offsport.ru>

10. <http://dartstula.ru>

11. <http://tennis-i.com>

IV-bob MUSOBAQALARNI DAVRALI TIZIMDA O'TKAZISH TARTIBI

4.1. Musobaqalarni davrali tizimda o'tkazishning ahamiyati

Ko'pgina musobaqalar hozirgi kunda nizomga asosan turli tizimlarda o'tkazilishini kuzatishimiz mumkin. Musobaqalar qisqa vaqt davomida o'tkazilsa, mag'lubiyatdan keyin musobaqadan chiqib ketish tizimida o'tkazilishi ko'pgina mutaxassislar tomonidan ta'kidlab kelingan. Ammo, bu tizim musobaqada jamoaning asosiy kuchlariga asosiy bahoni bera olmasligimiz bu tizimni kamchiliklarini ko'rsatadi. Shu sababdan jamoaning imkoniyatlarini baholovchi davrali tizimdan foydalanishni mutaxassislarimiz maslahat berishadi.

Musobaqada ishtirok etayotgan har bir jamoa agar musobaqa bir davrali o'tkazilsa, bir-biri bilan bir marta, agar musobaqa ikki davrali o'tkazilsa, ikki marta uchrashishi kerak. Uning bunday tizim yoki adolatli musobaqalashuvchilar kuchlari nisbatini ancha oqilona belgilashga va kuchli jamoani aniqlashga imkon beradi, bunda musobaqaning umumiy yakunidagi tasodifiylik elementi ma'lum darajada bartaraf qilinadi. Bu tizim bo'yicha musobaqalarni ikki davrali qilib o'tkazish eng to'g'ri hisoblanadi.

Davrali tizimda musobaqa ishtirokchilarining barcha o'rinlari to'plangan ochkolar soniga qarab aniqlanadi. O'tkazilgan barcha o'yinlar natijasida eng ko'p ochko olgan jamoa g'olib hisoblanadi. Bir yoki bir necha jamoalarda ochkolar teng bo'lib qolganda, g'olibni aniqlash uchun musobaqa tartibida qandaydir qo'shimcha ko'rsatkichlar yoki tadbirlar (masalan, shu jamoalar o'rtasida qo'shimcha o'yin yoki shu jamoalar o'rtasidagi avval o'ynalgan o'yin natijalari, yoki kiritilgan to'plar nisbati) nazarda tutilgan bo'lishi kerak.

Davrali tizim bo'yicha o'ynash tartibida qur'a tashlash bilan musobaqada qatnashuvchi jamoalarning raqamlari aniqlanadi. Jamoalarning aniqlangan raqamlari asosida o'yinlar jadvali (kalendari) tuziladi. Musobaqalar bir davrali qilib o'tkazilganda, o'yin bir-biri bilan bellashuvchi ikki jamoadan dastlabkisining maydonida o'tkaziladi. Agar

musobaqada ikki davra nazarda tutilgan bo'lsa, ikkinchi o'yin keyingi jamoa maydonida o'tkazilishi kerak.

Misol uchun: bir musobaqada 6 ta jamoa ishtirok etmoqchi deylik. Musobaqa nizomiga muvofiq qur'a tashlash jarayoni o'tkaziladi. Har bir jamoa murabbiyi belgilangan tartibda, ya'ni 1 dan 6 gacha bo'lgan raqamlarni yashirin yo'l orqali tanlash jarayoni o'tkaziladi. Musobaqani tashkillashtirishga mas'ul shaxs tomonidan nazoratga olgan holda murabbiylar tanlagan raqamlar belgilanadi. Masalan, Paxtakor-W jamoasi murabbiyi 5 raqamini, Bunyodkor-W jamoasi murabbiyi 3 raqamini, Sevinch jamoasi murabbiyi 4 raqamini, Sherdor jamoasi murabbiyi 1 raqamini, Yoshlik jamoasi murabbiyi 2 raqamini, Lokomotiv-W jamoasi murabbiyi 6 raqamini tanladi. Raqamlar belgilab olingandan so'ng jamoalar to'g'risiga tanlangan raqamlar yoziladi. Ya'ni:

Paxtakor-W – 5;

Bunyodkor-W – 3;

Sevinch – 4;

Sherdor – 1;

Yoshlik – 2;

Lokomotiv-W – 6.

Davrli tizim bo'yicha o'tkaziladigan o'yinlar kalendarini uch usul bilan tuzish mumkin.

4.2. Birinchi usulida olib borish tartibi.

Musobaqada ishtirok etuvchi jamoalar soniga qarab, jamoalarning umumiy soniga yaqin bo'lgan toq son olinadi va unga muvofiq ravishda vertikal chiziqlar o'tkaziladi. Masalan: 4 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 4 soniga) yaqin bo'lgan toq son 3 bo'ladi; 6 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 6 soniga) yaqin bo'lgan toq son 5 bo'ladi; 8 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 8 soniga) yaqin bo'lgan toq son 7 bo'ladi; 10 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 10 soniga) yaqin bo'lgan toq son 9 bo'ladi; 12 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 12 soniga) yaqin bo'lgan toq son 11 bo'ladi; 14 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 14 soniga) yaqin bo'lgan toq son 13 bo'ladi; 16 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 16 soniga) yaqin

bo'lgan toq son 15 bo'ladi; 18 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 18 soniga) yaqin bo'lgan toq son 17 bo'ladi; 20 ta jamoa bo'lganda, unga (ya'ni 20 soniga) yaqin bo'lgan toq son 19 bo'ladi. Demak: dastlab 4 ta jamoa ishtirok etsa, uchta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 6 ta jamoa ishtirok etsa, beshta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 8 ta jamoa ishtirok etsa, yettita vertikal chiziq o'tkazish zarur; 10 ta jamoa ishtirok etsa, to'qqizta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 12 ta jamoa ishtirok etsa, o'n bitta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 14 ta jamoa ishtirok etsa, o'n uchta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 16 ta jamoa ishtirok etsa, o'n beshta vertikal chiziq o'tkazish zarur; 18 ta jamoa ishtirok etsa, o'n yettita vertikal chiziq o'tkazish zarur; 20 ta jamoa ishtirok etsa, o'n to'qqizta vertikal chiziq o'tkazish zarur (2-chizmadan 18-chizmagacha).

Vertikal chiziqlarning ostidan va ustidan, pastdan boshlab chapdan o'ngga qaratib jamoalar nomeri ketma-ket tartibda birinchidan musobaqada qatnashuvchi jamoalarning umumiy soniga eng yaqin bo'lgan toq songacha, orada bir chiziq qoldirib yozib chiqiladi.

Bu raqamlar keyingi raqamlarni grafik tarzida yozish uchun dastlabki reja bo'lib hisoblanadi. Birinchi kun o'yinlar taqvimini tuzish uchun birinchi raqamdan boshlab vertikal chiziq atrofida soat strelkasiga qarshi yo'nalishda oshib boruvchi tartibda barcha ishtirok etuvchi raqamlar yozib chiqiladi. Qolgan o'yin kunlarining taqvimini tuzish uchun vertikal chiziqlar o'rtasidagi barcha raqamlar, avval ularning ostiga va ustiga qo'yilgan raqamlarni hisobga olgan holda, ilonizi qilib qo'yib chiqiladi. Shuni ham aytish kerakki, raqamlar birin-ketin vertikal chiziqlarning o'ng tomonidan ortib boruvchi tartibda takrorlanib yoziladi.

Shundan keyin ikkinchi va qolgan taqvim kunlarida bellashuvchi jamoalarni aniqlash uchun har bir vertikal chiziqning chap tomoniga avvalgi taqvim kunidagi barcha raqamlar o'zgarishsiz o'tkazilishi kerak.

Hamma grafalar to'ldirilib chiqilganidan keyin, o'yinlarning taqvimi tuziladi. Buning uchun vertikal chiziqning ikki tomonida turuvchi raqamlar juft-juft qilib birlashtiriladi. Musobaqada ishtirok etuvchi jamoalar soni toq bo'lsa, har bir vertikal chiziqning ostida yoki

ustida turuvchi raqamlar mazkur taqvim kuni (shu turda) o'ynamaydigan jamoa ekanini ko'rsatadi.

Jamoalar soni juft bo'lganda (masalan, jamoalar soni o'nta bo'lganda) ko'rsatilgan (vertikal chiziqning ostida yoki ustida) raqamlar (jamoalar) oxirgi raqamlar (o'ninchi) bilan o'ynaydilar.

Turlar bo'yicha o'yinlar jadvali bo'sh raqamli jamoalar (vertikal chiziq ostida yoki ustidagi raqamlar) bilan so'nggi raqamli jamoa o'yinini hisobga olgan holda tuziladi (yuqoridagi misolda 1-raqam bilan, 10-raqam bilan va hokazo) (8-chizma).

Odatda, tur jadvalida birinchi bo'lib ko'rsatilgan jamoa maydon egasi hisoblanadi. Shuning uchun qur'aning oxirgi raqami (masalan, musobaqada qatnashuvchi jamoalar o'nta bo'lganda 10-raqam, o'n ikkita bo'lganda 12-raqam, o'n to'rtta bo'lganda 14-raqam, o'n oltita bo'lganda 16-raqam,) har bir turdan keyin o'rin almashib turadi. Qolgan bellashuvchi jamoalar vertikal chiziqning o'ng tomonida turuvchi raqamdan boshlab tuziladi.

Misol uchun:

Paxtakor-W – 1;

Bunyodkor-W – 3;

Sevinch – 2.

$$\begin{array}{c} 3 \mid 2 \\ 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 3 \\ 2 \mid 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$$

I tur	II tur	III tur
Paxtakor-W -0	0- Bunyodkor-W	Sevinch -0
Sevinch - Bunyodkor-W	Paxtakor-W - Sevinch	Bunyodkor-W - Paxtakor-W

0 – raqam bilan baxs olib bormoqchi bo'lgan jamoalar o'yinni o'tkazib yuboradi. Shunday qilib, bu usulda jamoalarning har bir turda navbat bilan maydon almashishiga qat'iy rioya qilinadi.

1-chizma

Uchta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$$\begin{array}{c} 3 \\ 3 \mid 2 \\ 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 3 \\ 2 \mid 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$$

I tur	II tur	III tur
1-0	0-3	2-0
2-3	1-2	3-1

2-chizma

To'rtta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$$\begin{array}{c} 3 \\ 3 \mid 2 \\ 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 3 \\ 2 \mid 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$$

I tur	II tur	III tur
1-4	4-3	2-4
2-3	1-2	3-1

3-chizma

Beshta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$$\begin{array}{c} 4 \\ 4 \mid 3 \\ 5 \mid 2 \\ 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 4 \\ 3 \mid 5 \\ 2 \mid 1 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 5 \\ 5 \mid 4 \\ 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 5 \\ 4 \mid 1 \\ 3 \mid 2 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} 1 \mid 5 \\ 2 \mid 4 \\ 3 \end{array}$$

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur
1-0	0-4	2-0	0-5	3-0
2-5	1-2	3-1	2-3	4-2
3-4	5-3	4-5	1-4	5-1

4-chizma

Oltita jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$\begin{array}{c} 4 \\ 4 \mid 3 \\ 5 \mid 2 \\ 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 4 \\ 3 \mid 5 \\ 2 \mid 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 5 \\ 5 \mid 4 \\ 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 5 \\ 4 \mid 1 \\ 3 \mid 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 5 \\ 1 \mid 5 \\ 2 \mid 4 \\ 3 \end{array}$
I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur
1-6	6-4	2-6	6-5	3-6
2-5	1-2	3-1	2-3	4-2
3-4	5-3	4-5	1-4	5-1

5-chizma

Yettita jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$\begin{array}{c} 5 \\ 5 \mid 4 \\ 6 \mid 3 \\ 7 \mid 2 \\ 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 5 \\ 4 \mid 6 \\ 3 \mid 7 \\ 2 \mid 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 6 \\ 6 \mid 5 \\ 7 \mid 4 \\ 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 6 \\ 5 \mid 7 \\ 4 \mid 1 \\ 3 \mid 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 7 \mid 6 \\ 1 \mid 5 \\ 2 \mid 4 \\ 3 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 6 \mid 1 \\ 5 \mid 2 \\ 4 \mid 3 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 1 \mid 7 \\ 2 \mid 6 \\ 3 \mid 5 \\ 4 \end{array}$
I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur
1-0	0-5	2-0	0-6	3-0	0-7	4-0
2-7	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3
3-6	7-3	4-7	1-4	5-1	2-5	6-2
4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	1-6	7-1

6-chizma

Sakkizta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

$\begin{array}{c} 5 \\ 5 \mid 4 \\ 6 \mid 3 \\ 7 \mid 2 \\ 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 5 \\ 4 \mid 6 \\ 3 \mid 7 \\ 2 \mid 1 \end{array}$	$\begin{array}{c} 6 \\ 6 \mid 5 \\ 7 \mid 4 \\ 1 \mid 3 \\ 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 6 \\ 5 \mid 7 \\ 4 \mid 1 \\ 3 \mid 2 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 7 \mid 6 \\ 1 \mid 5 \\ 2 \mid 4 \\ 3 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 6 \mid 1 \\ 5 \mid 2 \\ 4 \mid 3 \end{array}$	$\begin{array}{c} 7 \\ 1 \mid 7 \\ 2 \mid 6 \\ 3 \mid 5 \\ 4 \end{array}$
I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur
1-8	8-5	2-8	8-6	3-8	8-7	4-8

2-7	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3
3-6	7-3	4-7	1-4	5-1	2-5	6-2
4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	1-6	7-1

7-chizma

To'qqizta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

6		7		8		9		
6 5	5 7	7 6	6 8	8 7	7 9	9 8	8 1	1 9
7 4	4 8	8 5	5 9	9 6	6 1	1 7	7 2	2 8
8 3	3 9	9 4	4 1	1 5	5 2	2 6	6 3	3 7
9 2	2 1	1 3	3 2	2 4	4 3	3 5	5 4	4 6
1		2		3		4		5

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur
1-0	0-6	2-0	0-7	3-0	0-8	4-0	0-9	5-0
2-9	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4
3-8	9-3	4-9	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3
4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	1-6	7-1	2-7	8-2
5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	1-8	9-1

8-chizma

O'nta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

6		7		8		9		
6 5	5 7	7 6	6 8	8 7	7 9	9 8	8 1	1 9
7 4	4 8	8 5	5 9	9 6	6 1	1 7	7 2	2 8
8 3	3 9	9 4	4 1	1 5	5 2	2 6	6 3	3 7
9 2	2 1	1 3	3 2	2 4	4 3	3 5	5 4	4 6
1		2		3		4		5

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur
1-10	10-6	2-10	10-7	3-10	10-8	4-10	10-9	5-10
2-9	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4
3-8	9-3	4-9	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3
4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	1-6	7-1	2-7	8-2
5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	1-8	9-1

O'n bitta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

7	8	9	10	11
7 6	8 7	9 8	10 9	11 10
6 8	7 9	8 10	9 11	10 11
5 9	6 10	7 11	8 1	9 2
4 10	5 11	6 1	7 2	8 3
3 11	4 1	5 2	6 3	7 4
2 1	3 2	4 3	5 4	6 5
1	2	3	4	5
				6

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur
1-0	0-7	2-0	0-8	3-0	0-9	4-0	0-10	5-0	0-11	6-0
2-11	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5
3-10	11-3	4-11	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4
4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3
5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	1-8	9-1	2-9	10-2
6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	1-10	11-1

O'n ikkita jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

7	6	7	8	7	9	8	10	9	11	10	11	10	1	11
8	5	6	8	9	6	10	7	11	8	1	9	2	2	10
9	4	5	9	10	5	11	6	1	7	2	8	3	3	9
10	3	4	10	11	4	1	5	2	6	3	7	4	4	8
11	2	3	11	1	3	2	4	3	5	4	6	5	5	7
1		2		3		4		5		6			6	

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur
1-12	12-7	2-12	12-8	3-12	12-9	4-12	12-10	5-12	12-11	6-12
2-11	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5
3-10	11-3	4-11	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4
4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3
5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	1-8	9-1	2-9	10-2
6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	1-10	11-1

O'n uchta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

8	7	8	9	8	10	9	11	10	11	12	11	13	12	13	1	13
9	6	7	9	10	7	11	8	12	9	13	10	1	11	2	2	12
10	5	8	10	11	6	12	7	13	8	1	9	2	10	3	3	11
11	4	9	11	12	5	13	6	1	7	2	8	3	9	4	4	10
12	3	10	12	13	4	1	5	2	6	3	7	4	8	5	5	9
13	2	11	13	1	3	2	4	3	5	4	6	5	7	6	6	8
1		2		3		4		5		6		7			7	

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur
1-0	0-8	2-0	0-9	3-0	0-10	4-0	0-11	5-0	0-12	6-0	0-13	7-0
2-13	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6
3-12	13-3	4-13	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5
4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4
5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7	8-13	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3
6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	1-10	11-1	2-11	12-2
7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	1-12	13-1

O'n to'rtta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

8			9			10			11			12			13		
8 7	7 9	9 8	8 10	10 9	9 11	11 10	10 12	12 11	11 13	13 12	12 1	1 13					
9 6	6 10	10 7	7 11	11 8	8 12	12 9	9 13	13 10	10 1	1 11	11 2	2 12					
10 5	5 11	11 6	6 12	12 7	7 13	13 8	8 1	1 9	9 2	2 10	10 3	3 11					
11 4	4 12	12 5	5 13	13 6	6 1	1 7	7 2	2 8	8 3	3 9	9 4	4 10					
12 3	3 13	13 4	4 1	1 5	5 2	2 6	6 3	3 7	7 4	4 8	8 5	5 9					
13 2	2 1	1 3	3 2	2 4	4 3	3 5	5 4	4 6	6 5	5 7	7 6	6 8					
1		2		3		4		5		6		7					

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur
1-14	14-8	2-14	14-9	3-14	14-10	4-14	14-11	5-14	14-12	6-14	14-13	7-14
2-13	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6
3-12	13-3	4-13	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5
4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4
5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7	8-13	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3
6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	1-10	11-1	2-11	12-2
7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	1-12	13-1

O'n beshta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

9				10				11				12				13				14				15					
9	8	8	10	10	9	9	11	11	10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	1	1	15
10	7	7	11	11	8	8	12	12	9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	1	1	13	13	2	2	14
11	6	6	12	12	7	7	13	13	8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13
12	5	5	13	13	6	6	14	14	7	7	15	15	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12
13	4	4	14	14	5	5	15	15	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11
14	3	3	15	15	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10
15	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9
1		2				3				4				5				6				7				8			

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur
1-0	0-9	2-0	0-10	3-0	0-11	4-0	0-12	5-0	0-13	6-0	0-14	7-0	0-15	8-0
2-15	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7
3-14	15-3	4-15	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6
4-13	14-4	5-14	15-5	6-15	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5
5-12	13-5	6-13	14-6	7-14	15-7	8-15	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4
6-11	12-6	7-12	13-7	8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3
7-10	11-7	8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	1-12	13-1	2-13	14-2
8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	1-14	15-1

O'n oltita jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

9			10			11			12			13			14			15											
9	8	8	10	10	9	9	11	11	10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	1	1	15
10	7	7	11	11	8	8	12	12	9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	1	1	13	13	2	2	14
11	6	6	12	12	7	7	13	13	8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13
12	5	5	13	13	6	6	14	14	7	7	15	15	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12
13	4	4	14	14	5	5	15	15	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11
14	3	3	15	15	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10
15	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9
1			2			3			4			5			6			7			8								

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur
1-16	16-9	2-16	16-10	3-16	16-11	4-16	16-12	5-16	16-13	6-16	16-14	7-16	16-15	8-16
2-15	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7
3-14	15-3	4-15	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6
4-13	14-4	5-14	15-5	6-15	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5
5-12	13-5	6-13	14-6	7-14	15-7	8-15	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4
6-11	12-6	7-12	13-7	8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3
7-10	11-7	8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	1-12	13-1	2-13	14-2
8-9	10-8	9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	1-14	15-1

O'n yettita jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

10			11			12			13			14			15			16			17		
1	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
0			1	1	0	0	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	
1	8	8	1	1	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
1			2	2		3	3	0	0	4	4	1	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	
1	7	7	1	1	8	8	1	1	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2			3	3		4	4		9	5	5	0	0	6	6	1	1	7	7	2	2	4	
1	6	6	1	1	7	7	1	1	8	8	1	1	9	9	1	1	1	1	1	1	1	1	
3			4	4		5	5		7	6	6		7	7	0	0	1	1	1	1	1	1	
1	5	5	1	1	6	6	1	1	7	7	1	1	8	8	1	1	9	9	2	2	3	3	
4			5	5		6	6		6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	4	4	4	
1	4	4	1	1	5	5	1	1	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	4	4	
5			6	6		7	7		5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	5	5	5	
1	3	3	1	1	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	5	5	
6			7	7		8	8		4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	6	6	6	
1	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	6	6	
7																							
1																							

3-16	17-3	4-17	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7
4-15	16-4	5-16	17-5	6-17	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6
5-14	15-5	6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5
6-13	14-6	7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4
7-12	13-7	8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3
8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	1-14	15-1	2-15	16-2
9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	1-16	17-1

16-chizma

O'n sakkizta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

10					11					12					13					14					15					16					17									
10	9	9	11	11	10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	16	16	15	15	17	17	16	16	1	1	17											
11	8	8	12	12	9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	16	16	13	13	17	17	14	14	1	1	15	15	2	2	16											
12	7	7	13	13	8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	16	16	11	11	17	17	12	12	1	1	13	13	2	2	14	14	3	3	15											
13	6	6	14	14	7	7	15	15	8	8	16	16	9	9	17	17	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13	13	4	4	14											
14	5	5	15	15	6	6	16	16	7	7	17	17	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12	12	5	5	13											
15	4	4	16	16	5	5	17	17	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11	11	6	6	12											
16	3	3	17	17	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10	10	7	7	11											
17	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9	9	8	8	10											
1					2					3					4					5					6					7					8					9				

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur
1-18	18-10	2-18	18-11	3-18	18-12	4-18	18-13	5-18	18-14	6-18	18-15	7-18	18-16	8-18	18-17	9-18
2-17	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8
3-16	17-3	4-17	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7
4-15	16-4	5-16	17-5	6-17	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6
5-14	15-5	6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5
6-13	14-6	7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4
7-12	13-7	8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3
8-11	12-8	9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	1-14	15-1	2-15	16-2
9-10	11-9	10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	1-16	17-1

O'n to'qqizta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

11				12				13				14				15				16				17				18				19					
11	10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	16	16	15	15	17	17	16	16	18	18	17	17	19	19	18	18	1	1	19
12	9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	16	16	13	13	17	17	14	14	18	18	15	15	19	19	16	16	1	1	17	17	2	2	18
13	8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	16	16	11	11	17	17	12	12	18	18	13	13	19	19	14	14	1	1	15	15	2	2	16	16	3	3	17
14	7	7	15	15	8	8	16	16	9	9	17	17	10	10	18	18	11	11	19	19	12	12	1	1	13	13	2	2	14	14	3	3	15	15	4	4	16
15	6	6	16	16	7	7	17	17	8	8	18	18	9	9	19	19	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13	13	4	4	14	14	5	5	15
16	5	5	17	17	6	6	18	18	7	7	19	19	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12	12	5	5	13	13	6	6	14
17	4	4	18	18	5	5	19	19	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11	11	6	6	12	12	7	7	13
18	3	3	19	19	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10	10	7	7	11	11	8	8	12
19	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9	9	8	8	10	10	9	9	11
1		2		3		4		5		6		7		8		9		10																			

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur	XVIII tur	XIX tur
1-0	0-11	2-0	0-12	3-0	0-13	4-0	0-14	5-0	0-15	6-0	0-16	7-0	0-17	8-0	0-18	9-0	0-19	10-0
2-19	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9
3-18	19-3	4-19	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8
4-17	18-4	5-18	19-5	6-19	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7
5-16	17-5	6-17	18-6	7-18	19-7	8-19	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	14-6
6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	18-8	9-18	19-9	10-19	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4	5-14	15-5
7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	18-10	11-18	19-11	12-19	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3	4-15	16-4
8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	18-12	13-18	19-13	14-19	1-14	15-1	2-15	16-2	3-16	17-3
9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	18-14	15-18	19-15	16-19	1-16	17-1	2-17	18-2
10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	18-16	17-18	19-17	18-19	1-18	19-1

Yigirmata jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

	11				12				13				14				15				16				17				18				19			
10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	16	16	15	15	17	17	16	16	18	18	17	17	19	19	18	18	1	1	19
9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	16	16	13	13	17	17	14	14	18	18	15	15	19	19	16	16	1	1	17	17	2	2	18
8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	16	16	11	11	17	17	12	12	18	18	13	13	19	19	14	14	1	1	15	15	2	2	16	16	3	3	17
7	7	15	15	8	8	16	16	9	9	17	17	10	10	18	18	11	11	19	19	12	12	1	1	13	13	2	2	14	14	3	3	15	15	4	4	16
6	6	16	16	7	7	17	17	8	8	18	18	9	9	19	19	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13	13	4	4	14	14	5	5	15
5	5	17	17	6	6	18	18	7	7	19	19	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12	12	5	5	13	13	6	6	14
4	4	18	18	5	5	19	19	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11	11	6	6	12	12	7	7	13
3	3	19	19	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10	10	7	7	11	11	8	8	12
2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9	9	8	8	10	10	9	9	11
1				2				3				4				5			6			7			8			9			10					

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur	XVIII tur	XIX tur
1-20	20-11	2-20	20-12	3-20	20-13	4-20	20-14	5-20	20-15	6-20	20-16	7-20	20-17	8-20	20-18	9-20	20-19	10-20
2-19	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9
3-18	19-3	4-19	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8
4-17	18-4	5-18	19-5	6-19	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7
5-16	17-5	6-17	18-6	7-18	19-7	8-19	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	14-6
6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	18-8	9-18	19-9	10-19	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4	5-14	15-5
7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	18-10	11-18	19-11	12-19	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3	4-15	16-4
8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	18-12	13-18	19-13	14-19	1-14	15-1	2-15	16-2	3-16	17-3
9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	18-14	15-18	19-15	16-19	1-16	17-1	2-17	18-2
10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	18-16	17-18	19-17	18-19	1-18	19-1

O'n to'qqizta jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

11				12				13				14				15				16				17				18				19					
11	10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	16	16	15	15	17	17	16	16	18	18	17	17	19	19	18	18	1	1	19
12	9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	16	16	13	13	17	17	14	14	18	18	15	15	19	19	16	16	1	1	17	17	2	2	18
13	8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	16	16	11	11	17	17	12	12	18	18	13	13	19	19	14	14	1	1	15	15	2	2	16	16	3	3	17
14	7	7	15	15	8	8	16	16	9	9	17	17	10	10	18	18	11	11	19	19	12	12	1	1	13	13	2	2	14	14	3	3	15	15	4	4	16
15	6	6	16	16	7	7	17	17	8	8	18	18	9	9	19	19	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13	13	4	4	14	14	5	5	15
16	5	5	17	17	6	6	18	18	7	7	19	19	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12	12	5	5	13	13	6	6	14
17	4	4	18	18	5	5	19	19	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11	11	6	6	12	12	7	7	13
18	3	3	19	19	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10	10	7	7	11	11	8	8	12
19	2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9	9	8	8	10	10	9	9	11
1					2				3				4				5			6			7			8			9			10					

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur	XVIII tur	XIX tur
1-0	0-11	2-0	0-12	3-0	0-13	4-0	0-14	5-0	0-15	6-0	0-16	7-0	0-17	8-0	0-18	9-0	0-19	10-0
2-19	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9
3-18	19-3	4-19	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8
4-17	18-4	5-18	19-5	6-19	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7
5-16	17-5	6-17	18-6	7-18	19-7	8-19	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	14-6
6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	18-8	9-18	19-9	10-19	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4	5-14	15-5
7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	18-10	11-18	19-11	12-19	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3	4-15	16-4
8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	18-12	13-18	19-13	14-19	1-14	15-1	2-15	16-2	3-16	17-3
9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	18-14	15-18	19-15	16-19	1-16	17-1	2-17	18-2
10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	18-16	17-18	19-17	18-19	1-18	19-1

Yigirmata jamoa uchun birinchi davrali usulda o'yinlarni olib borilishi

11				12				13				14				15				16				17				18				19				
10	10	12	12	11	11	13	13	12	12	14	14	13	13	15	15	14	14	16	16	15	15	17	17	16	16	18	18	17	17	19	19	18	18	1	1	19
9	9	13	13	10	10	14	14	11	11	15	15	12	12	16	16	13	13	17	17	14	14	18	18	15	15	19	19	16	16	1	1	17	17	2	2	18
8	8	14	14	9	9	15	15	10	10	16	16	11	11	17	17	12	12	18	18	13	13	19	19	14	14	1	1	15	15	2	2	16	16	3	3	17
7	7	15	15	8	8	16	16	9	9	17	17	10	10	18	18	11	11	19	19	12	12	1	1	13	13	2	2	14	14	3	3	15	15	4	4	16
6	6	16	16	7	7	17	17	8	8	18	18	9	9	19	19	10	10	1	1	11	11	2	2	12	12	3	3	13	13	4	4	14	14	5	5	15
5	5	17	17	6	6	18	18	7	7	19	19	8	8	1	1	9	9	2	2	10	10	3	3	11	11	4	4	12	12	5	5	13	13	6	6	14
4	4	18	18	5	5	19	19	6	6	1	1	7	7	2	2	8	8	3	3	9	9	4	4	10	10	5	5	11	11	6	6	12	12	7	7	13
3	3	19	19	4	4	1	1	5	5	2	2	6	6	3	3	7	7	4	4	8	8	5	5	9	9	6	6	10	10	7	7	11	11	8	8	12
2	2	1	1	3	3	2	2	4	4	3	3	5	5	4	4	6	6	5	5	7	7	6	6	8	8	7	7	9	9	8	8	10	10	9	9	11
1				2				3				4				5			6			7			8			9			10					

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur	XVIII tur	XIX tur
1-20	20-11	2-20	20-12	3-20	20-13	4-20	20-14	5-20	20-15	6-20	20-16	7-20	20-17	8-20	20-18	9-20	20-19	10-20
2-19	1-2	3-1	2-3	4-2	3-4	5-3	4-5	6-4	5-6	7-5	6-7	8-6	7-8	9-7	8-9	10-8	9-10	11-9
3-18	19-3	4-19	1-4	5-1	2-5	6-2	3-6	7-3	4-7	8-4	5-8	9-5	6-9	10-6	7-10	11-7	8-11	12-8
4-17	18-4	5-18	19-5	6-19	1-6	7-1	2-7	8-2	3-8	9-3	4-9	10-4	5-10	11-5	6-11	12-6	7-12	13-7
5-16	17-5	6-17	18-6	7-18	19-7	8-19	1-8	9-1	2-9	10-2	3-10	11-3	4-11	12-4	5-12	13-5	6-13	14-6
6-15	16-6	7-16	17-7	8-17	18-8	9-18	19-9	10-19	1-10	11-1	2-11	12-2	3-12	13-3	4-13	14-4	5-14	15-5
7-14	15-7	8-15	16-8	9-16	17-9	10-17	18-10	11-18	19-11	12-19	1-12	13-1	2-13	14-2	3-14	15-3	4-15	16-4
8-13	14-8	9-14	15-9	10-15	16-10	11-16	17-11	12-17	18-12	13-18	19-13	14-19	1-14	15-1	2-15	16-2	3-16	17-3
9-12	13-9	10-13	14-10	11-14	15-11	12-15	16-12	13-16	17-13	14-17	18-14	15-18	19-15	16-19	1-16	17-1	2-17	18-2
10-11	12-10	11-12	13-11	12-13	14-12	13-14	15-13	14-15	16-14	15-16	17-15	16-17	18-16	17-18	19-17	18-19	1-18	19-1

4.3. Ikkinchi usulida olib borish tartibi (qatorasiga).

O'yinlar taqvimini o'yinda ishtirok etuvchi hamma jamoalarni bir qatorga juft-juft qilib yozish usuli bilan tuzishda maydonlar almashishining avvalgidek shartlari, ya'ni uchrashuv "egasi" huquqi saqlanadi. Mazkur usulda jamoalarning juft soni olinadi. Masalan: agar musobaqada 3 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 4 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 5 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 6 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 7 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 8 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 9 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 10 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 11 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 12 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 13 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 14 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 15 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 16 jamoaga tuziladi; agar musobaqada 17 ta jamoa bo'lsa o'yinlar taqvimi 18 jamoaga tuziladi, agar musobaqada 19 jamoa qatnashsa, o'yinlar taqvimi 20 jamoaga tuziladi va hokazo.

8 ta jamoa bo'lganda birinchi taqvim kuni quyidagi tartibda tuziladi: bir qatorda birinchi raqam oxirgi 8-raqam bilan, ikkinchi raqam oxirgi raqamdan oldingi 7-raqam bilan birlashtiriladi, ya'ni bir-biri bilan o'ynovchi jamoa aniqlanadi va hokazo. Shunda quyidagi jamoalar bellashadigan bo'lib chiqadi: 1-8, 2-7, 3-6, 4-5 (23-chizma).

Keyingi taqvim kunlaridagi o'yinlar jadvalini tuzish dastlabki juftlikdagi 1-raqamni avvalgi taqvim kunidagi o'ng tomondagi chekka raqam bilan birlashti-rishdan boshlanadi. Bunda maydonlar almashinishi uchun 1- raqam navbatma-navbat juftlikning goh o'ng, goh chap tomoniga qo'yiladi. Qolgan juftliklar (bir-biri bilan o'ynaydigan jamoalar) qolgan raqamlarni juft-juft qilib bir qatorga yozish bilan tuziladi, bunda birlashtirish o'ng tomondan boshlanadi.

Shunday qilib, ikkinchi taqvim kuni quyidagi jamoalar bir-biri bilan bellashadi: 5-1, 6-4, 7-3, 8-2.

Ikkinchi va undan keyingi taqvim kunlarini tuzish uchun birinchi juftlikning 1-raqamdagi o'rin boshqa raqamdagi (mazkur holda 8-raqamni) qoldiriladi, keyingi juftliklarni birlashtirish prinsipi avvalgidek bo'ladi.

Nazorat qatorida hosil bo'ladigan juftliklarning (birinchidan tashqari) birinchi kalendar kunidagi juftliklar bilan to'g'ri kelishi barcha kunlar bo'yicha tuzilgan o'yinlar taqvimining to'g'riligini tasdiqlaydi. O'yinlar taqvimi ikki davrali bo'lganda, barcha juftliklardagi raqamlar almashtiriladi. O'yinlar taqvimini tuzish va uni nazorat qilishning oddiyligi – bu usulning afzalligidir.

Misol uchun, to'rtta jamoa uchun qur'a natijalari: Sevinch-2; Sherdor-1; Yoshlik -4; Lokomativ-W -3.

1-kun	Sherdor - Yoshlik	Sevinch - Lokomativ-W
2-kun	Lokomativ-W - Sherdor	Yoshlik - Sevinch
3-kun	Sherdor - Sevinch	Lokomativ-W - Yoshlik
<i>Kontrol qator</i>		
	Yoshlik - Sherdor	Sevinch - Lokomativ-W

Yuqorida kelib chiqqan ma'lumotlarga asoslanib, biz tomonimizdan davrali tizimning ikkinchi usulida qatorasiga turli jamoalar ishtirokidagi musobaqalar taqvimi tuzib chiqildi (19-35-chizmalar). Bu chizmalarda biz toq va juft sonli jamoalar ishtirokidagi uchrashuvlar tizimi ko'rsatilgan.

4.4. Davrali tizimning ikkinchi usulida olib borish tartibi (qatorasiga)

19-chizma

To'rtta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-4	2-3
2-kun	3-1	4-2
3-kun	1-2	3-4
<i>Kontrol qator</i>		
	4-1	2-3

20- chizma

Beshta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

		1-4	2-3
1-kun	0-5	4-2	5-1
2-kun	3-0	2-5	3-4
3-kun	0-1	5-3	1-2
4-kun	4-0	3-1	4-5
5-kun	0-2		

Kontrol qator			
	5-0	1-4	2-3

21- chizma

Oltita jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-6	2-5	3-4
2-kun	4-1	5-3	6-2
3-kun	1-2	3-6	4-5
4-kun	5-1	6-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-6

Kontrol qator			
	6-1	2-5	3-4

22- chizma

Yettita jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-7	1-6	2-5	3-4
2-kun	4-0	5-3	6-2	7-1
3-kun	0-1	2-7	3-6	4-5
4-kun	5-0	6-4	7-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-7	5-6
6-kun	6-0	7-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-7

Kontrol qator				
	7-0	1-6	2-5	3-4

23- chizma

Sakkizta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-8	2-7	3-6	4-5
2-kun	5-1	6-4	7-3	8-2
3-kun	1-2	3-8	4-7	5-6
4-kun	6-1	7-5	8-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-8	6-7
6-kun	7-1	8-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-8

Kontrol qator				
	8-1	2-7	3-6	4-5

24- chizma

To'qqizta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-9	1-8	2-7	3-6	4-5
2-kun	5-0	6-4	7-3	8-2	9-1
3-kun	0-1	2-9	3-8	4-7	5-6
4-kun	6-0	7-5	8-4	9-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-9	5-8	6-7
6-kun	7-0	8-6	9-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-9	7-8
8-kun	8-0	9-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-9

Kontrol qator					
	9-0	1-8	2-7	3-6	4-5

25- chizma

O'nta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
2-kun	6-1	7-5	8-4	9-3	10-2
3-kun	1-2	3-10	4-9	5-8	6-7
4-kun	7-1	8-6	9-5	10-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-10	6-9	7-8
6-kun	8-1	9-7	10-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-10	8-9
8-kun	9-1	10-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-10

Kontrol qator					
	10-1	2-9	3-8	4-7	5-6

O'n bitta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-11	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
2-kun	6-0	7-5	8-4	9-3	10-2	11-1
3-kun	0-1	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
4-kun	7-0	8-6	9-5	10-4	11-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-11	5-10	6-9	7-8
6-kun	8-0	9-7	10-6	11-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-11	7-10	8-9
8-kun	9-0	10-8	11-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-11	9-10
10-kun	10-0	11-9	1-8	2-7	3-6	4-5
11-kun	0-5	6-4	7-3	8-2	9-1	10-11

Kontrol qator

	11-0	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
--	------	------	-----	-----	-----	-----

O'n ikkita jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
2-kun	7-1	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2
3-kun	1-2	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
4-kun	8-1	9-7	10-6	11-5	12-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-12	6-11	7-10	8-9
6-kun	9-1	10-8	11-7	12-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-12	8-11	9-10
8-kun	10-1	11-9	12-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-12	10-11
10-kun	11-1	12-10	2-9	3-8	4-7	5-6
11-kun	1-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-12

Kontrol qator

	12-1	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
--	------	------	------	-----	-----	-----

O'n uchta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-13	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
2-kun	7-0	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-1
3-kun	0-1	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
4-kun	8-0	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
6-kun	9-0	10-8	11-7	12-6	13-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-13	7-12	8-11	9-10
8-kun	10-0	11-9	12-8	13-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-13	9-12	10-11
10-kun	11-0	12-10	13-9	1-8	2-7	3-6	4-5
11-kun	0-5	6-4	7-3	8-2	9-1	10-13	11-12
12-kun	12-0	13-11	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
13-kun	0-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-1	12-13

Kontrol qator

	13-0	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
--	------	------	------	------	-----	-----	-----

O'n to'rtta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
2-kun	8-1	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2
3-kun	1-2	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
4-kun	9-1	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
6-kun	10-1	11-9	12-8	13-7	14-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-14	8-13	9-12	10-11
8-kun	11-1	12-10	13-9	14-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-14	10-13	11-12
10-kun	12-1	13-11	14-10	2-9	3-8	4-7	5-6
11-kun	1-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-14	12-13
12-kun	13-1	14-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
13-kun	1-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-14

Kontrol qator

	14-1	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
--	------	------	------	------	------	-----	-----

O'n beshta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-15	1-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
2-kun	8-0	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-1
3-kun	0-1	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
4-kun	9-0	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
6-kun	10-0	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
8-kun	11-0	12-10	13-9	14-8	15-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-15	9-14	10-13	11-12
10-kun	12-0	13-11	14-10	15-9	1-8	2-7	3-6	4-5
11-kun	0-5	6-4	7-3	8-2	9-1	10-15	11-14	12-13
12-kun	13-0	14-12	15-11	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
13-kun	0-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-1	12-15	13-14
14-kun	14-0	15-13	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
15-kun	0-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-1	14-15

Kontrol qator

	15-0	1-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
--	------	------	------	------	------	------	-----	-----

O'n oltita jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
2-kun	9-1	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	16-2
3-kun	1-2	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
4-kun	10-1	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	16-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
6-kun	11-1	12-10	13-9	14-8	15-7	16-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-16	8-15	9-14	10-13	11-12
8-kun	12-1	13-11	14-10	15-9	16-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-16	10-15	11-14	12-13
10-kun	13-1	14-12	15-11	16-10	2-9	3-8	4-7	5-6
11-kun	1-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-16	12-15	13-14
12-kun	14-1	15-13	16-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
13-kun	1-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-16	14-15
14-kun	15-1	16-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
15-kun	1-8	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-16

Kontrol qator

	16-1	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
--	------	------	------	------	------	------	------	-----

O'n yettita jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-17	1-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
2-kun	9-0	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	16-2	17-1
3-kun	0-1	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
4-kun	10-0	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	16-4	17-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-17	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
6-kun	11-0	12-10	13-9	14-8	15-7	16-6	17-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-17	7-16	8-15	9-14	10-13	11-12
8-kun	12-0	13-11	14-10	15-9	16-8	17-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-17	9-16	10-15	11-14	12-13
10-kun	13-0	14-12	15-11	16-10	17-9	1-8	2-7	3-6	4-5
11-kun	0-5	6-4	7-3	8-2	9-1	10-17	11-16	12-15	13-14
12-kun	14-0	15-13	16-12	17-11	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
13-kun	0-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-1	12-17	13-16	14-15
14-kun	15-0	16-14	17-13	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
15-kun	0-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-1	14-17	15-16
16-kun	16-0	17-15	1-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
17-kun	0-8	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-1	16-17

Kontrol qator

	17-0	1-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
--	------	------	------	------	------	------	------	------	-----

O'n sakkizta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-18	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
2-kun	10-1	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	16-4	17-3	18-2
3-kun	1-2	3-18	4-17	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
4-kun	11-1	12-10	13-9	14-8	15-7	16-6	17-5	18-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-18	6-17	7-16	8-15	9-14	10-13	11-12
6-kun	12-1	13-11	14-10	15-9	16-8	17-7	18-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-18	8-17	9-16	10-15	11-14	12-13
8-kun	13-1	14-12	15-11	16-10	17-9	18-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-18	10-17	11-16	12-15	13-14
10-kun	14-1	15-13	16-12	17-11	18-10	2-9	3-8	4-7	5-6
11-kun	1-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-18	12-17	13-16	14-15
12-kun	15-1	16-14	17-13	18-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
13-kun	1-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-18	14-17	15-16
14-kun	16-1	17-15	18-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
15-kun	1-8	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-18	16-17
16-kun	17-1	18-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
17-kun	1-9	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	16-2	17-18

Kontrol qator

	18-1	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
--	------	------	------	------	------	------	------	------	------

O'n to'qqizta jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	0-19	1-18	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
2-kun	10-0	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	16-4	17-3	18-2	19-1
3-kun	0-1	2-19	3-18	4-17	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
4-kun	11-0	12-10	13-9	14-8	15-7	16-6	17-5	18-4	19-3	1-2
5-kun	0-2	3-1	4-19	5-18	6-17	7-16	8-15	9-14	10-13	11-12
6-kun	12-0	13-11	14-10	15-9	16-8	17-7	18-6	19-5	1-4	2-3
7-kun	0-3	4-2	5-1	6-19	7-18	8-17	9-16	10-15	11-14	12-13
8-kun	13-0	14-12	15-11	16-10	17-9	18-8	19-7	1-6	2-5	3-4
9-kun	0-4	5-3	6-2	7-1	8-19	9-18	10-17	11-16	12-15	13-14
10-kun	14-0	15-13	16-12	17-11	18-10	19-9	1-8	2-7	3-6	4-5
11-kun	0-5	6-4	7-3	8-2	9-1	10-19	11-18	12-17	13-16	14-15
12-kun	15-0	16-14	17-13	18-12	19-11	1-10	2-9	3-8	4-7	5-6
13-kun	0-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-1	12-19	13-18	14-17	15-16
14-kun	16-0	17-15	18-14	19-13	1-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
15-kun	0-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-1	14-19	15-18	16-17
16-kun	17-0	18-16	19-15	1-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
17-kun	0-8	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-1	16-19	17-18
18-kun	18-0	19-17	1-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
19-kun	0-9	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	16-2	17-1	18-19
Kontrol qator										
	19-0	1-18	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10

Yigirmata jamoa uchun o'yinlar kalendarini "qatorasiga" tuzish

1-kun	1-20	2-19	3-18	4-17	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11
2-kun	11-1	12-10	13-9	14-8	15-7	16-6	17-5	18-4	19-3	20-2
3-kun	1-2	3-20	4-19	5-18	6-17	7-16	8-15	9-14	10-13	11-12
4-kun	12-1	13-11	14-10	15-9	16-8	17-7	18-6	19-5	20-4	2-3
5-kun	1-3	4-2	5-20	6-19	7-18	8-17	9-16	10-15	11-14	12-13
6-kun	13-1	14-12	15-11	16-10	17-9	18-8	19-7	20-6	2-5	3-4
7-kun	1-4	5-3	6-2	7-20	8-19	9-18	10-17	11-16	12-15	13-14
8-kun	14-1	15-13	16-12	17-11	18-10	19-9	20-8	2-7	3-6	4-5
9-kun	1-5	6-4	7-3	8-2	9-20	10-19	11-18	12-17	13-16	14-15
10-kun	15-1	16-14	17-13	18-12	19-11	20-10	2-9	3-8	4-7	5-6
11-kun	1-6	7-5	8-4	9-3	10-2	11-20	12-19	13-18	14-17	15-16
12-kun	16-1	17-15	18-14	19-13	20-12	2-11	3-10	4-9	5-8	6-7
13-kun	1-7	8-6	9-5	10-4	11-3	12-2	13-20	14-19	15-18	16-17
14-kun	17-1	18-16	19-15	20-14	2-13	3-12	4-11	5-10	6-9	7-8
15-kun	1-8	9-7	10-6	11-5	12-4	13-3	14-2	15-20	16-19	17-18
16-kun	18-1	19-17	20-16	2-15	3-14	4-13	5-12	6-11	7-10	8-9
17-kun	1-9	10-8	11-7	12-6	13-5	14-4	15-3	16-2	17-20	18-19
18-kun	19-1	20-18	2-17	3-16	4-15	5-14	6-13	7-12	8-11	9-10
19-kun	1-10	11-9	12-8	13-7	14-6	15-5	16-4	17-3	18-2	19-20
Kontrol qator										
	20-1	2-19	3-18	4-17	5-16	6-15	7-14	8-13	9-12	10-11

4.5. Uchinchi usulida olib borish tartibi.

Bu usul avvalgi ikki usuldan ham oddiy: u musobaqa o'tkazish jarayonida maydonning almashinishi hych qanday ahamiyatga ega bo'lmagan taqdirda (musobaqalar bir joyda o'tkazilganda) qo'llaniladi.

Uchinchi usulga binoan o'yinlar taqvimi bevosita turlar bo'yicha tuziladi. Musobaqada qatnashuvchi jamoalar soniga mos bo'lgan raqamlar (jamoalar soni juft bo'lganda) birinchi raqamdan boshlab ikki ustuncha qilib yoziladi (butunda 1-raqam chap ustunchaning tepasidan boshlanadi). Shundan keyin ikkinchi raqamdan boshlab (bu raqam, ya'ni 2-raqam ikkinchi ustunchaga, birinchi raqamning qarshisiga yoziladi), ketma-ket tartibda soat strelkasi bo'ylab qolgan raqamlar qo'yib chiqiladi Keyingi tur o'yinlarini tuzish uchun raqamlar soat strelkasiga qarshi yozib chiqiladi, birinchi raqam o'z o'rnida qoladi (36-52-chizmalar).

Agar musobaqada qatnashuvchi jamoalar soni toq bo'lsa, keyingi juft son o'rniga "nol" raqami qo'yiladi, qolganlari esa o'zgarishsiz qoladi. Taqvim bo'yicha "nol" raqami bilan o'ynashi kerak bo'lganlar mazkur turda o'ynamaydi (37,39,41,43,45,47,49,51-chizmalar). Misol uchun: Bunyodkor-W – 3; Sherdor – 1; Yoshlik – 2.

I tur	II tur	III tur
Sherdor - Yoshlik 0-Bunyodkor-W	Sherdor - Bunyodkor -W Yoshlik - 0	Sherdor - 0 Bunyodkor -W - Yoshlik

4.6. Davrali tizimning uchinchi usulida olib borish tartibi

To'rtta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi			36- chizma
I tur	II tur	III tur	

1-2

4-3

1-3

2-4

1-4

3-2

37- chizma

Beshta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-0
0-3	2-4	3-5	4-0	5-2
5-4	0-5	2-0	3-2	4-3

38- chizma

Oltita jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
6-3	2-4	3-5	4-6	5-2
5-4	6-5	2-6	3-2	4-3

39- chizma

Yetita jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-0	7-2
7-4	0-5	2-6	3-7	4-0	5-2	6-3
6-5	7-6	0-7	2-0	3-2	4-3	5-4

40 - chizma

Sakkizta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8
8-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-2
7-4	8-5	2-6	3-7	4-8	5-2	6-3
6-5	7-6	8-7	2-8	3-2	4-3	5-4

41 - chizma

To'qqizta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-0	8-9
9-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-0	7-2	7-2
8-5	9-6	0-7	2-8	3-9	4-0	5-2	6-3	6-3
7-6	8-7	9-8	0-9	2-0	3-2	4-3	5-4	5-4

42 - chizma

O'nta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10
10-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-2
9-4	10-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-2	8-3
8-5	9-6	10-7	2-8	3-9	4-10	5-2	6-3	7-4
7-6	8-7	9-8	10-9	2-10	3-2	4-3	5-4	6-5

43 - chizma

O'n bitta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-0	11-2
11-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-0	9-2	10-3
10-5	11-6	0-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-0	7-2	8-3	9-4
9-6	10-7	11-8	0-9	2-10	3-11	4-0	5-2	6-3	7-4	8-5
8-7	9-8	10-9	11-10	0-11	2-0	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6

44 - chizma

O'n ikkita jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12
12-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-2
11-4	12-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-2	10-3
10-5	11-6	12-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-2	8-3	9-4
9-6	10-7	11-8	12-9	2-10	3-11	4-12	5-2	6-3	7-4	8-5
8-7	9-8	10-9	11-10	12-11	2-12	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6

45- chizma

O'n uchta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-0	13-2
13-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-0	11-2	12-3
12-5	13-6	0-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-0	9-2	10-3	11-4
11-6	12-7	13-8	0-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-0	7-2	8-3	9-4	10-5
10-7	11-8	12-9	13-10	0-11	2-12	3-13	4-0	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6
9-8	10-9	11-10	12-11	13-12	0-13	2-0	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7

46- chizma

O'n to'rtta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14
14-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-2
13-4	14-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-2	12-3
12-5	13-6	14-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-2	10-3	11-4
11-6	12-7	13-8	14-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-2	8-3	9-4	10-5
10-7	11-8	12-9	13-10	14-11	2-12	3-13	4-14	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6
9-8	10-9	11-10	12-11	13-12	14-13	2-14	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7

47- chizma

O'n beshta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-0	15-2
15-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-0	13-2	14-3
14-5	15-6	0-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-0	11-2	12-3	13-4
13-6	14-7	15-8	0-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-0	9-2	10-3	11-4	12-5
12-7	13-8	14-9	15-10	0-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-0	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6
11-8	12-9	13-10	14-11	15-12	0-13	2-14	3-15	4-0	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7
10-9	11-10	12-11	13-12	14-13	15-14	0-15	2-0	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8

O'n oltita jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-16
16-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	15-2
15-4	16-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-16	13-2	14-3
14-5	15-6	16-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-16	11-2	12-3	13-4
13-6	14-7	15-8	16-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-16	9-2	10-3	11-4	12-5
12-7	13-8	14-9	15-10	16-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-16	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6
11-8	12-9	13-10	14-11	15-12	16-13	2-14	3-15	4-16	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7
10-9	11-10	12-11	13-12	14-13	15-14	16-15	2-16	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8

O'n yettita jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-16	1-17	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-0	17-2
17-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-16	13-17	14-0	15-2	16-3
16-5	17-6	0-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-16	11-17	12-0	13-2	14-3	15-4
15-6	16-7	17-8	0-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-16	9-17	10-0	11-2	12-3	13-4	14-5
14-7	15-8	16-9	17-10	0-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-16	7-17	8-0	9-2	10-3	11-4	12-5	13-6
13-8	14-9	15-10	16-11	17-12	0-13	2-14	3-15	4-16	5-17	6-0	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6	12-7
12-9	13-10	14-11	15-12	16-13	17-14	0-15	2-16	3-17	4-0	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7	11-8
11-10	12-11	13-12	14-13	15-14	16-15	17-16	0-17	2-0	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8	10-9

O'n sakkizta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-16	1-17	1-18
18-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-18	17-2
17-4	18-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-16	13-17	14-18	15-2	16-3
16-5	17-6	18-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-16	11-17	12-18	13-2	14-3	15-4
15-6	16-7	17-8	18-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-16	9-17	10-18	11-2	12-3	13-4	14-5
14-7	15-8	16-9	17-10	18-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-16	7-17	8-18	9-2	10-3	11-4	12-5	13-6
13-8	14-9	15-10	16-11	17-12	18-13	2-14	3-15	4-16	5-17	6-18	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6	12-7
12-9	13-10	14-11	15-12	16-13	17-14	18-15	2-16	3-17	4-18	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7	11-8
11-10	12-11	13-12	14-13	15-14	16-15	17-16	18-17	2-18	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8	10-9

O'n to'qqizta jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVII	XIV
tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	tur	I tur	tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-16	1-17	1-18	1-19	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-18	17-19	18-0	19-2
19-4	0-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-16	13-17	14-18	15-19	16-0	17-2	18-3
18-5	19-6	0-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-16	11-17	12-18	13-19	14-0	15-2	16-3	17-4
17-6	18-7	19-8	0-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-16	9-17	10-18	11-19	12-0	13-2	14-3	15-4	16-5
16-7	17-8	18-9	19-10	0-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-16	7-17	8-18	9-19	10-0	11-2	12-3	13-4	14-5	15-6
15-8	16-9	17-10	18-11	19-12	0-13	2-14	3-15	4-16	5-17	6-18	7-19	8-0	9-2	10-3	11-4	12-5	13-6	14-7
14-9	15-10	16-11	17-12	18-13	19-14	0-15	2-16	3-17	4-18	5-19	6-0	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6	12-7	13-8
13-10	14-11	15-12	16-13	17-14	18-15	19-16	0-17	2-18	3-19	4-0	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7	11-8	12-9
12-11	13-12	14-13	15-14	16-15	17-16	18-17	19-18	0-19	2-0	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8	10-9	11-10

Yigirmata jamoa uchun turlar bo'yicha o'yinlarning taqsimlanishi

I tur	II tur	III tur	IV tur	V tur	VI tur	VII tur	VIII tur	IX tur	X tur	XI tur	XII tur	XIII tur	XIV tur	XV tur	XVI tur	XVII tur	XVIII tur	XIV tur
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-8	1-9	1-10	1-11	1-12	1-13	1-14	1-15	1-16	1-17	1-18	1-19	1-20
20-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-8	7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-18	17-19	18-20	19-2
19-4	20-5	2-6	3-7	4-8	5-9	6-10	7-11	8-12	9-13	10-14	11-15	12-16	13-17	14-18	15-19	16-20	17-2	18-3
18-5	19-6	20-7	2-8	3-9	4-10	5-11	6-12	7-13	8-14	9-15	10-16	11-17	12-18	13-19	14-20	15-2	16-3	17-4
17-6	18-7	19-8	20-9	2-10	3-11	4-12	5-13	6-14	7-15	8-16	9-17	10-18	11-19	12-20	13-2	14-3	15-4	16-5
16-7	17-8	18-9	19-10	20-11	2-12	3-13	4-14	5-15	6-16	7-17	8-18	9-19	10-20	11-2	12-3	13-4	14-5	15-6
15-8	16-9	17-10	18-11	19-12	20-13	2-14	3-15	4-16	5-17	6-18	7-19	8-20	9-2	10-3	11-4	12-5	13-6	14-7
14-9	15-10	16-11	17-12	18-13	19-14	20-15	2-16	3-17	4-18	5-19	6-20	7-2	8-3	9-4	10-5	11-6	12-7	13-8
13-10	14-11	15-12	16-13	17-14	18-15	19-16	20-17	2-18	3-19	4-20	5-2	6-3	7-4	8-5	9-6	10-7	11-8	12-9
12-11	13-12	14-13	15-14	16-15	17-16	18-17	19-18	20-19	2-20	3-2	4-3	5-4	6-5	7-6	8-7	9-8	10-9	11-10

4.7. O'yindagi uchrashuvlar sonini aniqlash

Musobaqa tashkil etayotgan mas'ul shaxs har doim musobaqalar vaqtini hamda davomiyligini taqsimlay olishi kerak. Negaki, musobaqalarning boshlanishidan to yakun topishiga qadar uchrashuvlar soniga qarab kunlarni taqsimlash mumkin bo'ladi.

Davrli tizim bo'yicha bir davrli musobaqalar o'tkazishda kerak bo'lganini aniqlash uchun o'yinlarning umumiy sonini bo'lish kerak.

Bu quyidagi formula bo'yicha aniqlanadi:

$$H = \frac{K(K-1)}{2}$$

bunda H – o'yinlar soni,

K – musobaqada ishtirok etuvchi jamoalar soni.

Masalan, jamoalar sonini aniqlash quyidagicha bo'ladi:

$H = \frac{3(3-1)}{2} = \frac{3 \times 2}{2} = 3$	$H = \frac{12(12-1)}{2} = \frac{12 \times 11}{2} = 66$
$H = \frac{4(4-1)}{2} = \frac{4 \times 3}{2} = 6$	$H = \frac{13(13-1)}{2} = \frac{13 \times 12}{2} = 78$
$H = \frac{5(5-1)}{2} = \frac{5 \times 4}{2} = 10$	$H = \frac{14(14-1)}{2} = \frac{14 \times 13}{2} = 91$
$H = \frac{6(6-1)}{2} = \frac{6 \times 5}{2} = 15$	$H = \frac{15(15-1)}{2} = \frac{15 \times 14}{2} = 105$
$H = \frac{7(7-1)}{2} = \frac{7 \times 6}{2} = 21$	$H = \frac{16(16-1)}{2} = \frac{16 \times 15}{2} = 120$
$H = \frac{8(8-1)}{2} = \frac{8 \times 7}{2} = 28$	$H = \frac{17(17-1)}{2} = \frac{17 \times 16}{2} = 136$
$H = \frac{9(9-1)}{2} = \frac{9 \times 8}{2} = 36$	$H = \frac{18(18-1)}{2} = \frac{18 \times 17}{2} = 153$
$H = \frac{10(10-1)}{2} = \frac{10 \times 9}{2} = 45$	$H = \frac{19(19-1)}{2} = \frac{19 \times 18}{2} = 171$
$H = \frac{11(11-1)}{2} = \frac{11 \times 10}{2} = 55$	$H = \frac{20(20-1)}{2} = \frac{20 \times 19}{2} = 190$

Turlar o'rtasidagi o'yinlar jadvalini tuzishda jamoalarning o'quv-mashg'ulot ishlarini o'tkazishga imkon beradigan darajada tanaffus bo'lishini nazarda tutish kerak.

4.8. Tashkil etilgan musobaqalarda o'rinlarni aniqlash

O'tkazilgan musobaqa natijasida g'olib va musobaqada ishtirok etgan jamoalar egallagan keyingi o'rinlar aniqlanadi. Shu musobaqada jamoaning o'tkazgan har bir o'yini uning natijasiga qarab, ochkolar berish yo'li bilan baholanadi. Kollektivdan bitta jamoa qatnashadigan davralar tizimi bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarda quyidagicha hisobga olish shkalasi keng tarqalgan bo'lib, unga binoan g'alaba uchun – 2, durang uchun – 1, mag'lubiyat uchun – 0 ochko beriladi. Jamoalarning o'yinga kelmaganligini mag'lubiyat bilan tenglashtirmaslik uchun boshqacha hisoblash shkalasi qabul qilinadi, masalan: g'alaba – 3 ochko, durrang – 2 ochko, mag'lubiyat – 1 ochko, o'yinga kelmaslik – 0 ochko.

Klublar bo'yicha hisobga olishda, jismoniy tarbiya jamoalari musobaqalarda bir necha jamoalar bilan qatnashganda (viloyat, shahar va tuman birinchiliklari o'ynalayotgan vaqtda shunday bo'lishi mumkin) hisobga olish shkalasi har bir jamoaga alohida-alohida ochkolar yozishni talab qiladi.

Natijalar klublar bo'yicha hisobga olinadigan musobaqada oltita jamoa bilan qatnashuvchi jismoniy tarbiya kollektivi jamoalariga beriladigan baholash ochkolari shkalasi misol tariqasida keltirilgan.

1-jadval

Alohida – alohida baholashning taxminiy shkalasi

Natija	Jamoalar bo'yicha baholash ochkolari					
	1	2	3	4	5	6
G'alaba	18	15	12	9	6	3
Durang	12	10	8	6	4	2
Mag'lubiyat	6	5	4	3	2	1
O'yinga kelmaganlik	0	0	0	0	0	0

Musobaqa o'tkazishning muayyan sharoitlari va oldinga qo'yilgan vazifalarga qarab ochkolar differentsiatsiyasi turli jamoalar uchun boshqacha bo'lishi mumkin. Biroq, odatda, mag'lubiyat g'alaba uchun

beriladigan ochkolarning $\frac{1}{3}$ ni, durang uchun beriladigan ochkolarning $\frac{2}{3}$ ni, kelma-ganlik uchun 0 qismini berishini nazarda tutish kerak.

Musobaqada o'rinlar jamoalarning hamma o'yinlarda to'plagan ochkolari yig'indisiga qarab uzil-kesil aniqlanadi. Eng ko'p ochko to'plagan jamoa g'olib hisoblanadi. Agar dastlabki bir necha jamoalarning to'plagan ochkolari soni bir xil bo'lsa, g'olibni uzil-kesil aniqlash uchun ular o'rtasida qo'shimcha o'yinlar o'tkazilishi mumkin yoki o'rinlar kiritilgan va o'tkazib yuborilgan to'plar nisbati bo'yicha, yoki ular o'rtasida musobaqa jarayonida o'tkazilgan o'yin natijalari bo'yicha aniqlanadi.

Klublardagi barcha jamoalar musobaqada ishtirok etish natijasida to'plagan ochkolari yig'indisiga qarab jamoalar bo'yicha g'oliblar aniqlanadi.

Xulosalar

Raqobat darajasi va yutuqlariga bo'lgan talabni asta-sekin ortib borishi (sportchini yuqori darajadagi musobaqalarda natijalariga to'g'ridan-to'g'ri bog'liqdir). Respublika miqyosidagi musobaqalarda qatnashish uchun viloyatda o'tkazilgan musobaqalarda tegishli o'rin egallash zarur (tabiiyki, respublika musobaqalarida viloyatlardagiga qaraganda g'alaba uchun raqobat kuchli bo'ladi).

Yosh avlodni jismoniy tarbiyalash va ma'naviyatini shakllantirishda sport musobaqalarining o'rni kattadir. Sport musobaqalari turli, ya'ni shaxsiy, jamoa va shaxsiy ochiq birinchiliklar, kasbiy sport birinchiliklari darajalarida, olimpiya va aylanma tizimi shakllarida o'tkazilib kelinmokda. Bundan tashqari, Prezident kubogi musobaqalari, o'tgan mashhur sportchilar, davlat va jamoat arboblari, buyuk ajdodlarimizning xotirasiga bag'ishlangan turnirlar bo'lib o'tmoqda. Mana shu musobaqalarda ham tizimlar muhim hisoblanadi.

Ma'lumki, inson ma'naviyati va madaniyatini rivojlanishida, har xil yakkama-yakka kurash va sport elementlari o'rtasida o'yinlar birinchi bo'lib tashkil topgan. Keyinchalik esa ularni shakllari, uslublari va elementlari tashkil topa boshlagandan keyin tayyorgarlik ko'rash yo'llari aniqlana boshlandi. Hozirgi kunda sportda bu yo'nalishni ko'p soxasi

bo'yicha sportchilar tayyorlashni ilmiy asoslangan tizimi tashkil qilinib sport mashg'ulotlarini ham o'z ichiga oladi.

Musobaqa o'tkazishning u yoki bu usuli musobaqa oldiga qo'yilgan vazifa, musobaqa yakunlanishi lozim bo'lgan muddat, sportchilar (jamoalar) soni, ularning sport tayyorgarligi, o'quv ishlab chiqarishda bandligi va xududiy joylashganligi, qatnashchilar bellashuvini o'tkazish uchun zarur bo'lgan joylar (maydon) miqdori hamda albatta mablag' bilan ta'minlanishiga qarab belgilanadi.

Amaliy tavsiyalar

Sport natijalari har doim ko'p omillik hodisadir (bu esa ko'pgina sabablarga bog'liq). Jamiyatdagi sport natijalari taraqqiyotiga ta'sir etuvchi omillar bo'lib hisoblanadi.

Musobaqa faoliyati - bu tartiblashtirilgan raqobat bo'lib, o'z qobiliyatini ob'ektiv ravishda solishtirish va maksimal darajada natija ko'rsatilishini ta'minlash hamda tartibga solishdir. Bu bir qancha maxsus xususiyatlarga ega:

1. Musobaqa tizimida raqobatni oshib borish darajasiga qarab hamda yutuqqa bo'lgan talabga nisbatan (dastlabki va rasmiy musobaqalarda) faoliyatini tashkil qilishga.

2. Musobaqa o'tkaziladigan vositalarni amalga kiritishda sportchini faoliyati, shart-sharoiti va yutuqlarini baholash yo'llarini tartiblashtirish, ma'lum qoidalar hamda musobaqani umum me'yorlari bilan mustahkamlanadi.

3. Musobaqalashuvchilarni xulqini va o'zini tutish tartibiga ham bog'liq.

Nazorat savollari

1. Musobaqalarni davrali tizimda o'tkazishning ahamiyati nimadan iborat?

2. Birinchi usulida olib borish tartibi qanday?

3. Ikkinchi usulida olib borish tartibi qanday?

4. Uchinchi usulida olib borish tartibi qanday?

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Акрамов Ж.А. Гандбол. Дарслик. Т., Лидер Пресс, 2008 й.
2. Правила игры-2013-2014. Международная федерация футбола (ФИФА). Цюрих-2014 г. 143 ст
3. Футбол. Дарслик. Р.А. Акрамовнинг умумий тахрири остида. Т.: ЎзДЖТИ, 2006 й.
4. Футбол. Учебник. Под общей редакции Нуримова Р.И. Т.: УзГИФК, 2005 г.
5. Futbol o'yin qoidalari va musobaqalarni tashkil etish. Mirzaqulov A.G., To'laganov A.A., Po'latov S.N., O'zDJTI / Toshkent-2014 y.
6. Правила игры в футбол ; М.: Астрель, 2001. 112 с.
7. Футбол. Правила игры. М. : Терра-Спорт, 2004. 71 с.
8. Талипжанов А.И. Юқори малакали футболчилар тайёрлашнинг замонавий тизими. –Т.: «Fan va texnologiya», 2012, 164 бет
9. <http://www.offsport.ru>
10. <http://dartstula.ru>
11. <http://tennis-i.com>

V-bob FUTBOLCHILARNING MUSOBAQADA VA MASHG'ULOTDA NAZORAT QILISH

Futbolchilarning yuqori darajada tayyorgarligi, trenirovka jarayonida jismoniy tayyorgarlik kabi, texnik-taktik mahoratga ta'sir ko'rsatuvchi maxsuslashtirilgan mashqlarni qo'llanilishiga ko'p jihatdan bog'liqdir.

Futbolchilar o'yin vaqtida bajaradigan taktik harakati, taktik bilimlarni amalgam oshirishi va maydonda vujudga kelgan vaziyat baholangandan keyingi ular tomonidan qabul qilingan yechimlar hisoblanadi. Shuning uchun taktik fikrlash darajasi texnik samaradorlikni asoslaydi va maqsadga muvofiq shakllar va sharoitlarda imkoniyatdan foydalanishga yordam beradi deb taxmin qilish mumkin.

Sport trenirovkasining zamonaviy tasavvuri, futbolchi holatini boshqarishi pedagogik jarayoni hisoblanib, pedagogik nazorat yo'li bilan amalga oshiriladi.

Futbolchilar tayyorgarligida qo'llaniladigan yil davomidagi trenirovka albatta davrlarga, tayyorgarlik davrlariesa, o'z navbatida bosqichlarga bo'linadi. Futbolchilar tayyorgarligining turli davr va bosqichlarida murabbiylar oldida turgan vazifalarni tibbiy-pedagogik nazoratsiz tasavvur qilib bo'lmaydi, chunki tayyorgarlikning turli bosqichlarida o'quv-trenirovka jarayoni mobaynida pedagogik tadqiqotlar, futbolchilarni shug'ullanganlik darajasini ko'tarish, o'ta shug'ullanganlik va zo'riqish holatini oldindan ogohlantirish kabi maqsadni aniqlash turibdi.

Futbolchilarning jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligini, murabbiyga tayyorgarlik jarayonini modellashtirish, o'quv-trenirovka jarayoni vosita va uslubiyotlarini dasturlashtirish imkonin beruvchi, trenirovka va o'yinlarni ko'p karra kuzatish va ularning harakat tavsifini taqqoslash asosida baholanadi.

Trenirovka jarayonida, futbolchilar tayyorgarligini nazorat qilish va tezkor baholash asosiy o'rin egallaydi.

Hozirgi davrda, o'quv-trenirovka jarayonini rejalashtirish pedagogik nazorat natijalari bo'yicha amalga oshiriladi.

Pedagogik nazorat maqsadi, sport faoliyatining aniq sharoitlarida futbolchilarning harakat funksiyalari holatini to'g'ri baholash asosida qulaylashtirish yo'li bilan jismoniy tarbiya va trenirovka samaradorligini oshirish hisoblanadi.

Sportda nazorat predmeti, o'quv-trenirovka jarayonining mazmuni, musobaqa faoliyati, futbolchilarning har tomonlama tayyorgarlik holati (texnik, texnikotaktik va boshq.) ularning ishchanlik qobiliyati, funksional tizimlar imkoniyatlari hisoblanadi.

Futbolda yuklamani nazorat qilish samaradorligi ko'p jihatdan qaysi ko'rsatkichlar qo'llanilishi, yuklamani nazorat qilishda o'zaro aloqa turlari qancha, trenirovka va musobaqa yuklamasining holati qanday bo'lishi kerak, yuklama ta'siri qanday mezonlar yordamida baholanishiga bog'liq.

Yuqorida keltirilganlardan kelib chiqib, tibbiy tadqiqotlar va sport-texnika ko'rsatkichlari, pedagogik kuzatuv ma'lumotlarini tahlil qilish va taqqoslash asosida shug'ullanganlikni aniqlash uslubiyatini tavsiflashni maqsad qildik.

5.1. Pedagogik nazorat turlari

Futbolchilarni texnik-taktik mahoratini aniqlash hamda harakat sifatlarini namoyon etish, ularni irodaviy sifatlarini rivojlanish darajasini va organizmning funksional imkoniyatlarini hisobga olib asta-sekin o'tkazilishi lozim.

Futbolda maxsus shug'ullanganlik quyidagi sifatlar bilan tavsiflanadi:

- yuqori darajadagi texnik va taktik mahorat;
- yurak qon-tomir tizimi va quvvat bilan ta'minlovchi mushaklar faoliyatining o'ziga xosligi;
- yuqori darajadagi harakat koordinatsiyasi;
- maxsus irodaviy sifatlar.

Bu sifatlarini baholash uchun turli nazorat mashqlari va testlar qo'llaniladi. Futbolchilarning texnik va taktik mahorat darajasini, harakat sifatlarining rivojlanish darajasini hamda organizmning

funksional imkoniyatlarini aniqlashda ulardan foydalanish maqsadga muvofiq.

Bu sifatlarni umumlashtirish, yuqori sport natijalarini asosiy omili hisoblanadi.

To'g'ri baholash, isbot kuchini birmuncha oshirish va ko'rsatkichlar ishonchli bo'lishi uchun futbolchilarning maxsus xususiyatlaridan kelib chiqib, ilmiy asoslangan testlar va nazorat sinovlarini tanlash lozim.

Tanlangan testlar va nazorat sinovlari bo'yicha uzluksiz testlashni amalga oshirish, murabbiyga trenirovka va musobaqa yuklamasi ta'sirida futbolchilarning jismoniy sifatlarini rivojlanish dinamikasini kuzatish imkoniyatini yaratadi.

Futbolchilarning holati haqidagi ma'lumotlar, uning jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarligi darajasini aks ettiruvchi nazorat ko'rsatkichlari majmuasida namoyon bo'lishi mumkin. Murabbiy trenirovka yuklamasini boshqarish hisobiga bu ko'rsatkichlarni maqsadga muvofiq yo'naltirib o'zgartirishga harakat qilishi kerak.

Shug'ullanganlik darajasini aniqlash bo'yicha sinovlarni o'tkazish jarayonida futbolchilar maksimal natijalarni ko'rsatishi kerak, chunki muhim sifatlarni yuqori darajada namoyon etmasa, bu sinovlarni o'tkazish maqsadga muvofiq emas.

Pedagogik nazorat – aks aloqa tizimi yordamida futbolchilarga pedagogik ta'sir ko'rsatish natijalari haqida ma'lumotlar olishga imkon yaratuvchi sport trenirovka jarayonini boshqarishning muhim funksiyasidir.

Pedagogik nazorat vazifalari:

- jismoniy sifatlarni tarbiyalashda qulay vosita va uslubiyatlarni aniqlash maqsadida jismoniy holat darajasini baholash;
- tayyorgarlikning turli bosqichlarida jismoniy va psixologik sifatlarni rivojlanishini nazorat qilish;
- texnik-taktik tayyorgarlikni baholash;
- futbolchilarni haqiqiy holatini zaruriy bilan taqqoslash, olingan ma'lumotlarni tahlil qilish;

- o'quv-trenirovka jarayoniga tuzatishlar kiritish maqsadida pedagogik ta'sir uslubiyatlaridan foydalanish samaradorligini o'rganish.

Shunday qilib, trenirovka jarayoni rejasini amalga oshirishning aniq asosi, nazorat paytidagi olingan axborotlar bo'lishi kerak.

Murabbiy amaliy ishlarda futbolchilarning quyidagi holatlarini hisobga olishi shart: mustahkam, joriy, tezkor.

Mustahkam holat, nisbatan uzoq vaqt davomida saqlanib turadi – bir nechta hafta yoki oylar. Masalan, bunday holat, tayyorgarlik bosqichining ko'pgina trenirovka jarayonida o'zlashtirilgan sport shakli hisoblanadi. Mustahkam holatni tavsiflovchi ko'rsatkichlar, trenirovka jarayonini rejalashtirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Joriy holat – bu bir yoki seriya trenirovka mashg'ulotini bajargan futbolchining holati. Ma'lumki, har bir trenirovka mashg'uloti bir necha kun saqlanib turuvchi «iz» qoldiradi. Agar, shu vaqtda organizmning yetakchi funksional tizimlari faoliyatini asboblarning yordamida ro'yxatlashga urinib ko'rilsa, unda quyidagilarni ko'rish mumkin. Ayrim tizim faoliyat ko'rsatkichlari hali ishlash darajasiga yetib bormaganligi, boshqa tizimlar esa tiklanish bosqichida bo'ladi.

Bunday qo'zg'alishning chuqurligi va tavsifi joriy holatni bildiradi va keyingi trenirovka mashg'ulotining yuklamasini rejalashtirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Masalan, futbolchilar maxsus chidamlilikni rivojlantirishga yo'naltirilgan mashg'ulotni o'tkazgan bo'lsalar. Bu trenirovka natijasini hisobga olib (anaerob tarqalish maxsulotining yuqori darajada yig'ilganligi), murabbiy keyingi trenirovka ishlarini ular uchun shunday rejalashtirishi kerakki, barcha charchoq ko'rinishlarini tez yo'qotish mumkin bo'lsin.

Tezkor holat – bir yoki seriya jismoniy mashqlarni bajargandan keyingi sportchi organizmining holatidir. Masalan, o'yinda keskin yugurib chiqish yoki keskin yugurib chiqishlar seriyalarini, trenirovkada texnik-taktik mashqlarni bajargan futbolchi holati. Tezkor holat juda qisqa vaqtli bo'lib, uning nazorati mashg'ulot paytidagi yuklamani boshqarish uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Mashqlar seriyasini bajargandan keyingi futbolchilarning holatini baholashda murabbiy

funksional imkoniyatlarini aniqlashda ulardan foydalanish maqsadga muvofiq.

Bu sifatlarni umumlashtirish, yuqori sport natijalarini asosiy omili hisoblanadi.

To'g'ri baholash, isbot kuchini birmuncha oshirish va ko'rsatkichlar ishonchli bo'lishi uchun futbolchilarning maxsus xususiyatlaridan kelib chiqib, ilmiy asoslangan testlar va nazorat sinovlarini tanlash lozim.

Tanlangan testlar va nazorat sinovlari bo'yicha uzluksiz testlashni amalga oshirish, murabbiyga trenirovka va musobaqa yuklamasi ta'sirida futbolchilarning jismoniy sifatlarini rivojlanish dinamikasini kuzatish imkoniyatini yaratadi.

Futbolchilarning holati haqidagi ma'lumotlar, uning jismoniy, texnik, taktik va psixologik tayyorgarligi darajasini aks ettiruvchi nazorat ko'rsatkichlari majmuasida namoyon bo'lishi mumkin. Murabbiy trenirovka yuklamasini boshqarish hisobiga bu ko'rsatkichlarni maqsadga muvofiq yo'naltirib o'zgartirishga harakat qilishi kerak.

Shug'ullanganlik darajasini aniqlash bo'yicha sinovlarni o'tkazish jarayonida futbolchilar maksimal natijalarni ko'rsatishi kerak, chunki muhim sifatlarni yuqori darajada namoyon etmasa, bu sinovlarni o'tkazish maqsadga muvofiq emas.

Pedagogik nazorat – aks aloqa tizimi yordamida futbolchilarga pedagogik ta'sir ko'rsatish natijalari haqida ma'lumotlar olishga imkon yaratuvchi sport trenirovka jarayonini boshqarishning muhim funksiyasidir.

Pedagogik nazorat vazifalari:

- jismoniy sifatlarni tarbiyalashda qulay vosita va uslubiyatlarni aniqlash maqsadida jismoniy holat darajasini baholash;
- tayyorgarlikning turli bosqichlarida jismoniy va psixologik sifatlarni rivojlanishini nazorat qilish;
- texnik-taktik tayyorgarlikni baholash;
- futbolchilarni haqiqiy holatini zaruriy bilan taqqoslash, olingan ma'lumotlarni tahlil qilish;

- o'quv-trenirovka jarayoniga tuzatishlar kiritish maqsadida pedagogik ta'sir uslubiyatlaridan foydalanish samaradorligini o'rganish.

Shunday qilib, trenirovka jarayoni rejasini amalga oshirishning aniq asosi, nazorat paytidagi olingan axborotlar bo'lishi kerak.

Murabbiy amaliy ishlarda futbolchilarning quyidagi holatlarini hisobga olishi shart: mustahkam, joriy, tezkor.

Mustahkam holat, nisbatan uzoq vaqt davomida saqlanib turadi – bir nechta hafta yoki oylar. Masalan, bunday holat, tayyorgarlik bosqichining ko'pgina trenirovka jarayonida o'zlashtirilgan sport shakli hisoblanadi. Mustahkam holatni tavsiflovchi ko'rsatkichlar, trenirovka jarayonini rejalashtirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi.

Joriy holat – bu bir yoki seriya trenirovka mashg'ulotini bajargan futbolchining holati. Ma'lumki, har bir trenirovka mashg'uloti bir necha kun saqlanib turuvchi «iz» qoldiradi. Agar, shu vaqtda organizmning yetakchi funksional tizimlari faoliyatini asboblarning yordamida ro'yxatlashga urinib ko'rilsa, unda quyidagilarni ko'rish mumkin. Ayrim tizim faoliyat ko'rsatkichlari hali ishlash darajasiga yetib bormaganligi, boshqa tizimlar esa tiklanish bosqichida bo'ladi.

Bunday qo'zg'alishning chuqurligi va tavsifi joriy holatni bildiradi va keyingi trenirovka mashg'ulotining yuklamasini rejalashtirish uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Masalan, futbolchilar maxsus chidamlilikni rivojlantirishga yo'naltirilgan mashg'ulotni o'tkazgan bo'lsalar. Bu trenirovka natijasini hisobga olib (anaerob tarqalish maxsulotining yuqori darajada yig'ilganligi), murabbiy keyingi trenirovka ishlarini ular uchun shunday rejalashtirishi kerakki, barcha charchoq ko'rinishlarini tez yo'qotish mumkin bo'lsin.

Tezkor holat – bir yoki seriya jismoniy mashqlarni bajargandan keyingi sportchi organizmining holatidir. Masalan, o'yinda keskin yugurib chiqish yoki keskin yugurib chiqishlar seriyalarini, trenirovkada texnik-taktik mashqlarni bajargan futbolchi holati. Tezkor holat juda qisqa vaqtli bo'lib, uning nazorati mashg'ulot paytidagi yuklamani boshqarish uchun asos bo'lib xizmat qiladi. Mashqlar seriyasini bajargandan keyingi futbolchilarning holatini baholashda murabbiy

quyidagi qarorni qabul qilishi lozim: yoki trenirovka intensivligini kamaytirish, yoki dam olish oralig'ini ko'paytirish va hokazo.

Bu turdagi holatlarini baholash uchun odatda uch xil nazorat qo'llaniladi: davriy (yoki bosqichma-bosqich), joriy va tezkor.

Davriy nazorat, kumulyativ trenirovka ta'siri va futbolchining mustahkam holatini baholash uchun mo'ljallangan. U trenirovka va musobaqa faoliyatini tadqiqot natijalari bilan o'tkazilgan test natijalarini taqqoslash asosida aniq bosqich yakunida amalga oshiriladi.

Joriy nazorat, bir yoki seriya vazifasini bajargandan keyingi sportchining holatini baholash uchun, trenirovka kuni yoki mikrotsikllar davomida o'tkazilgan testlar asosida jismoniy yuklamaga organizmni o'zgarish tezligini aniqlashga yo'naltirilgan.

Tezkor nazorat, organizmning turli tizimlarida qo'zg'alishni chaqiruvchi qisqa vaqtli yuklamaga aniq ta'sir ko'rsatuvchi, testlar asosida bir yoki seriya mashqlarni bajarishdan keyin shu paytning o'zida amalga oshadigan trenirovka ta'siri tezligini baholash uchun o'tkaziladi.

Pedagogik nazoratda futbolchining harakat funksiyalarini holatni baholash eng asosiy hisoblanadi, shuning uchun uning ikki elementi mavjud – harakat funksiyalarning umumiy holati va maxsus jismoniy tayyorgarlik.

Harakat funksiyalarining holatini, futbolchi organizmining funksional tizimlariga mos holatdan kelib chiqib baholash maqsadga muvofiq.

Maxsus jismoniy tayyorgarlik holatini, musobaqa sharoitida maxsus ko'rsatkichlar yordamida baholash kerak.

5.2. Jismoniy holatni baholash

Futbolchining jismoniy holati, sog'lomlik, tana tuzilishining darajasi va harakat funksiyalarining rivojlanganlik darajasi bilan aniqlanadi. Shuning uchun futbolchining jismoniy holatini nazorat qilish, shu uch ko'rsatkichni nazorat qilish demakdir.

Sog'lomlik holatini baholashni, dispanserizatsiya sharoitida maxsus shifokorlar (terapevt, jarroh, nevropatolog va boshqalar) amalga oshiradilar. Joriy holatni jamoa shifokori aniqlaydi. Murabbiy uchun o'yinchilarning har birining sog'lomligi haqidagi xulosa juda muhim hisoblanadi, chunki murabbiy shu asosida trenirovka jarayonini individuallashtirish prinsipini amalga oshiradi.

Tana tuzilishi darajasini, futbolchilarni harakat sifatlarini rivojlanish darajasini ko'rsatuvchi antropometrik ko'rsatkichlar holatining maxsus formulasi va antropometrik asbob yordamida baholash mumkin. Demak, masalan, katta vazn va uzun bo'yli futbolchilarda kuch va kuch chidamliligi ko'rsatkichi katta bo'lishi mumkin. Shu vaqtning o'zida bunday futbolchilarda qoida bo'yicha, aerob sharoitda va hokazo bajaradigan ish imkoniyatlari chegaralangan bo'ladi.

Jismoniy rivojlanish bir xil me'yorda borishi uchun, maxsus indekslardan foydalanish tavsiya qilinadi.

Antropometrik indekslar jismoniy rivojlanishning asosiy belgilari (vazn bo'y bilan, o'pkaning hayotiy hajmi bilan, ko'krak aylanasi bo'y bilan va hokazo) bog'lamida ko'riladi.

Maxsus trenirovka ta'sirida vaqt o'tishi bilan futbolchi uchun fenotipini namoyon qiluvchi aniq tana shakli vujudga keladi.

Bir xilda rivojlangan futbolchilarda indekslarni ko'rsatuvchi ko'rsatkichlar odatiy va o'rta kattalikda bo'ladi.

Antropometrik indekslar ko'rsatkichlarini olish murakkab emas, ya'ni yaxshi tayyorgarlikda bu muolaja 5-7 daqiqa davom etadi.

4-5 indekslardan foydalanish tavsiya qilinadi. Odatda ko'p marta murojaat qilinadigan indekslarni keltiramiz.

Nazoratning ko'rsatkichlaridan biri, futbolchining tana vazni hisoblanadi. Avvalo shuni yodda tutish kerakki, bundan tana vazni

me'yoriy hisoblanib uni qanday aniqlash mumkin. Buning uchun bir nechta usullar mavjud. Me'yordagi tana vaznini aniqlashning keng tarqalgan usullaridan biri Broka-Brugsha indeksidir: 155 dan 165 *sm* gacha bo'yli odamlar uchun fiziologik me'yordagi tana vazni, 100 ayirib tashlangan tana uzunligiga teng. Qolgan son, me'yordagi tana vazni kilogrammiga mos bo'lishi lozim. Agar 165 dan 175 *sm* gacha bo'ydan 105 olib tashlansa, yoki 176 *sm* va undan yuqori bo'ydan 110 olib tashlansa, bu indeks aniq bo'lmaydi.

Aniq uslubiyatlardan biri, vazn-bo'y ko'rsatkichi yoki baquvvatlilik ko'rsatkichi hisoblanadi. Kvetle indeksi tana vaznini uning uzunligi bilan mosligini ko'rsatadi. U tana vaznini (*g*) bo'yga (*sm*) bo'lish bilan aniqlanadi:

$$\frac{\text{tanavazni}(g)}{\text{tik holatdagibo'y}(sm)}$$

Demak, agar bo'y uzunligi 170 *sm*, tana vazni 80 *kg* bo'lsa, baquvvatlilik ko'rsatkichi 470 (80000 : 170) bo'ladi.

O'rtacha ko'rsatkich 350-400 *g/sm* hisoblanadi. 350 *g/sm* dan past kattalik, vazn yetishmovchiligiga xosdir. Mushaklari yaxshi rivojlangan futbolchilarda 450 *g/sm* dan yuqori kattalik bo'lishi mumkin, qachonki, unga boshqa indeksning yuqori ko'rsatkichlari mos kelsa. Vazn-bo'y indeksi yuqori futbolchilarda qoida bo'yicha, qolgan indeks ko'rsatkichlari past bo'ladi. 470 *g/sm* ko'rsatkich tana vazni me'yordan yuqoriligiga guvohlik beradi.

Baquvvatlilik ko'rsatkichini aniqlash uchun quyida keltirilgan jadvaldan foydalanish tavsiya qilinadi.

Baquvvatlilik vazn-bo'y ko'rsatkichi

Tana vaznini baholash	1 <i>sm</i> bo'yga grammlar soni	Tana vaznini baholash	1 <i>sm</i> bo'yga grammlar soni
semizlik	540 dan ko'p	o'rta	360-389
xaddan ziyod	451-540	yomon	320-359
ortiqcha	416-450	juda yomon	300-319
yaxshi	401-415	yetishmovchilik	200-299
biroz yaxshi	390-400		

FIFA tibbiy qo'mitasi,

$$R = \frac{\text{bo'y}(sm) \times \text{ko'krak qafasining o'rtacha o'lchami}(sm)}{240}$$

formulasi bo'yicha tana vaznini tekshirishni tavsiya qiladi.

Ko'krak qafasining o'rtacha o'lchami, nafas olish va chiqarishda ko'krak uchi darajasida uning aylanasi o'lchash bilan aniqlanadi.

Tana vaznining zaruriy hisobi, Gabs formulasi bo'yicha ham aniqlanadi:

$$\text{tana vazni} = 55 + 0,8 (L - 150),$$

bunda L – tana uzunligi.

Futbolchilarda o'rtacha tana vazni kattaligi 74-77 kg.

Yoshni hisobga olib, zaruriy tana vazni:

$$50 + (bo'y - 150) \times 0,75 + \frac{yosh - 21}{4}$$

formulasi bo'yicha hisoblanadi.

Masalan, 27 yoshli, bo'yi 178 sm futbolchining me'yoriy tana vazni:

$$50 + (178 - 150) \times 0,75 + \frac{27 - 21}{4} = 72,5 \text{ kg}$$
 ni tashkil qiladi.

Tana vazni tebranishini kuzatish uchun, futbolchini ertalab, och qoringa tarozida o'lchash eng qulay hisoblanadi. Lekin bunday imkoniyat bo'lmasa, natijalarni taqqoslash uchun doimo ovqatlanishdan oldin o'lchash lozim. Uzluksiz trenirovka jarayonida tana vazni asta-sekin kamayib boradi. Tayyorgarlik davrining boshlang'ich trenirovkalarida, odatda musobaqa davriga nisbatan 2-3 kg ko'p bo'ladi.

Agar tana vazni keskin tebranishni boshlasa, asosan kamayib borsa, demak yuklamani o'zgartirish (kamaytirish) lozim.

To'g'ri o'tkazilayotgan trenirovkaning asosiy belgisi – bu tana vaznini keyingi kun tongda tiklanishidir. Farq 200-300 g ni tashkil qilishi mumkin. Ammo, qiyin kechgan o'yindan so'ng keyingi kun tongda tana vazni tiklanmasligi mumkin. Tana vaznini uzoq vaqt to'g'ri nazorat qilish, bunday muhim ko'rsatkichni to'g'ri baholashni o'rgatadi.

Ko'rsatkichlarni har tomonlama kundalik tekshiruv, juda bebaho ma'lumotlarni beradi. Vazn yo'qotishi – o'ta shug'ullanganlik boshlanganligi to'g'risida birinchi belgilardan biridir. Agar organizm o'ta shug'ullangan bo'lsa, modda almashinuvining foydali harakat koef-fitsienti pasayadi, bu esa o'z navbatida glikogen va yog'lar zahirasini

sarflanishiga olib keladi va tana vaznining kamayishi boshlanadi. Musobaqa vaznini 1/30 yo'qotilishi – o'ta shug'ullanganlikning haqqo-niy belgisidir.

Nisbiy kuch indeksi, kuchli suyak kuch ko'rsatkichlarini tana vazniga (kg) bo'lish va 100 ko'paytirish bilan aniqlanadi:

$$\frac{\text{suyak kuch ko'rsatkichi} \times 100 (\text{kg})}{\text{tana vazni}}$$

Vaznning 70-75% kuchning o'rtacha kattaligi hisoblanadi.

Hayotiy indeks, O'HH (ml) ko'rsatkichlarini tana vazniga (kg) bo'lish bilan aniqlanadi:

$$\frac{O'HH (\text{ml})}{\text{tana vazni} (\text{kg})}$$

≈ 70 ml/kg o'rtacha ko'rsatkich hisoblanadi. 60 ml/kg dan past kattalik, ortiqcha tana og'irligini yoki O'HH pastligini ko'rsatadi.

Bo'y va ko'krak qafasi aylanasi orasidagi proporsionallik indeksi, ko'krak qafasi aylanasing kattaligini pauzada (sm), bo'y kattaligiga bo'lish va 100 ga ko'paytirish bilan aniqlanadi:

$$\frac{\text{ko'krak qafasi aylanasing kattaligi} (\text{pauzada}) \times 100 (\text{sm})}{\text{tik holatdagi bo'y}}$$

O'rtacha ko'rsatkich 52-54% ni tashkil qiladi.

Qorin pressi va sonni bukuvchi kuchlar indeksi, stanovoy dinamometr yordamida aniqlanadi. Futbolchi o'rindiqqa o'tirib orqalab devorga tayanadi. Stanovoy dinamometr polga mustahkamlanadi. Ko'ndalang planka boshqariluvchi zanjir yordamida o'tirganning soniga qo'yiladi. Sonning va qorin pressining harakati bilan tortilish vujudga keladi. Uchta urinishdan eng yaxshi natija hisobga olinadi. Mushaklarning rivojlanish darajasini baholash uchun, mushak kuchining tana vazniga nisbatan aloqasi qo'llaniladi:

$$\frac{\text{mushak kuchi}}{\text{tana vazni} (\text{kg})}$$

Agar, ko'rsatkich 1,0 dan past bo'lsa, mushak kuchi past, 1,0-1,2 – qoniqarli, 1,2 katta – yaxshi.

5.3. Jismoniy holatning funksional tavsifnomasi

Jismoniy holatni funksional tavsifnomasi organizmning funksional imkoniyatlarini (aerob-anaerob) aniqlash.

Futbolchi chidamliligini namoyon bo'lishida eng muhim rol qon aylanishiga tegishlidir. Yuklama vaqtida u ish bajarayotgan organga zaruriy qon hajmini yetkazishi lozim. Organlarning qonga bo'lgan talabi, qon-tomir tizimi ishining kattaligini aniqlaydi. Organlarning bunday tizimlarining funksional sifatlari yuklamalarni sinash bilan aniqlanadi. Yurak qon-tomir tizimining ko'pgina sinovlari, jismoniy ish vaqtida va keyin puls va qon bosimini o'lchash hamda tiklanishni borishiga asoslanadi. Moslashuv qanchalik yuqori darajada bo'lsa, qon aylanish ta'siri shunchalik ahamiyatsiz va tinchlanish sharoitiga qaytish shunchalik tez amalga oshadi.

Jismoniy yuklama puls tezlanishiga olib keladi. Murabbiy pulsni o'rganib, yurakning funksional qobiliyatini aniqlashi mumkin, o'z navbatida o'quv-trenirovka jarayonida uning o'zgarishini kuzatib, organizmga yuklamaning ta'sirini aniqlaydi. Tinchlik paytidagi sekin pulsdan maksimal jismoniy yuklamada tezlashuviga keskin o'tishi, shug'ullangan futbolchilar uchun xos bo'lgan organizmning yuqori darajada moslashuvi ko'rsatkichlaridan biri hisoblanadi.

Yuqorida keltirilgan ma'lumotlardan tashqari tinchlik paytidagi yurak qisqarishining tezlashuvi asab qo'zg'aluvchanligi oshgan, charchoq belgisidan biri hisoblanadi.

Katta jismoniy zo'riqishdan keyingi tiklanish vaqtidagi sekinlashgan puls nohush hisoblanadi.

Yetarlicha tiklanishda puls chastotasi odatiy yoki biroz sekinlashgan bo'ladi.

Yurak qisqarishi chastotasini (YuQCh) bilak arteriyasidan (1-rasm), uyqu arteriyasi (2-rasm), yanoq arteriyasi va yurak urishidan hisoblanadi. YuQCh jismoniy yuklamadan so'ng shu ondayoq (2-3 soniyadan ortiq kechiktirilmasdan) o'lchanadi. 10 soniya ichidagi puls ko'rsatkichi 6 ga ko'paytiriladi va 1 daqiqadagi YuQCh aniqlanadi.



1-rasm



2-rasm



3-rasm



4-rasm

Jismoniy yuklamaga pulsning ta'sirini baholash, tinchlikdagi YuQCh ko'rsatkichlarini yuklamadan keyingi ko'rsatkich bilan (puls tezlashishi foizi) taqqoslash uslubi yordamida amalga oshiriladi. Tinchlikdagi YuQCh 100% qabul qilinadi, oldingi va keyingi chastotalarning farqi X. Masalan, yuklamagacha YuQCh 10 soniya, 11 zarbaga teng, yuklamadan keyin (tiklanishning birinchi daqiqasida) – 25 zarba. Puls tezlashishi foizi:

$$11 - 100\%;$$

$$X = \frac{14 \cdot 100}{11} = 127\%$$

$$(25-11) - X$$

formulasi bo'yicha hisoblanadi.

Shunday qilib, yuklamadan so'ng puls 27% ga tezlashdi.

Jismoniy holatni nazorat qilishning oddiy usuli «nafas yordamida»:

Shtange sinovi – nafas olish, so'ng chuqur nafas chiqarish va yana nafas olish, bosh va ko'rsatkich barmoqlar bilan burunni siqib, nafasni ushlab turish. Nafasni ushlab turish vaqti sekundomer yordamida o'lchanadi va belgilab qo'yiladi. Yaxshi jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan futbolchi, 60-120 soniya nafasni ushlab turishi mumkin. Charchoqda, o'ta shug'ullanganda nafasni ushlab turish keskin pasayib ketadi.

Ganch sinovi – nafasni chiqarishda nafasni ushlab turish bilan nazorat usuli. Nafas olish, so'ng nafas chiqarish va nafasni ushlab turish. Yaxshi holat ko'rsatkichi 60-90 soniya chegarasida tebranadi, charchoqda esa keskin pasayadi.

Ryuffe indeksi – 5 daqiqali dam olishdan keyin (R_1) o'tirgan holatda puls chastotasini o'lchash bajariladi. So'ngra yuklama – 30 soniyada 30 marta chuqur o'tirib turish. Ohirgi o'tirib turishdan keyin bevosita 60 soniya davomida tik holatda (R_2) puls o'lchanadi va 1 daqiqa dam olishdan so'ng uchinchi marta (R_3) YuQCh o'lchanadi. Indeks quyidagicha hisoblanadi:

$$I = \frac{P_1 + P_2 + P_3 - 200}{10}$$

Quyidagi shkala bo'yicha baholanadi:

- a'lo

0-5 - yaxshi

6-10 - qoniqarli

11-15 - qoniqarsiz

Kverg bo'yicha funksional sinov – har biridan keyin YuQCh o'lchanmaydigan to'rtta turli shakldagi yuklamadan iborat sinov tartibi. Futbolchining yuklama majmuasi 5 daqiqa davom etadi.

Bu sinovni har trenirovka davridan keyin o'tkazish hamda shug'ullanganlik va qon aylanishining funksional holatini baholash imkoniyatini beruvchi uning dinamikasini taqqoslash tavsiya qilinadi.

Bajarilishi: puls o'tirgan holatda tinch paytda o'lchanadi. Yuklama mashqlarini ketma-ket berish lozim: 30 soniyada 30 ta o'tirib turish, joyda 30 soniya maksimal tezlikda yugurish, daqiqasiga 150 qadam chastota bilan joyda 3 daqiqa yugurish va 1 daqiqa arqonda sakrash.

Puls 30 soniya davomida yuklamadan so'ng o'tirgan holatda (R_1), 2 daqiqadan keyin takroran (R_2) va 4 daqiqadan so'ng (R_3) o'lchanadi.

Sinov quyidagi formula bo'yicha aniqlanadi:

$$I_{\varnothing} = \frac{(30000)}{2 \times (P_1 + P_2 + P_3)}$$

105 dan yuqori

99-104

- juda yaxshi

- yaxshi

93-98 - qoniqarli

92 dan past - kuchsiz

Skibinskiy indeksi – nafas apparati va yurak qon-tomir tizimining funksional ishchanlik qobiliyatini aniqlash uslubi.

$$I = \frac{(UTX \div 100) \text{ nafasni ushlash (soniya) (nafas chiqarishda)}}{YuQCh / daqiqa}$$

Ko'rsatkichlar:

5 dan past - juda yaxshi

5-10 - qoniqarsiz

10-30 - qoniqarli

30-60 - yaxshi

60 dan yuqori - juda yaxshi

Kerdo indeksi – yurak qon-tomir tizimi ishi

$$I_c = \frac{D}{YuQCh}$$

bu yerda D – tinchlikdagi diastolik bosim, YuQCh – daqiqa ichida (tinchlikda).

Ko'rsatkichlar:

me'yor - 1

Yurak qon-tomir tizimida asab boshqaruvining buzilishida ko'rsatkich 1 dan past yoki baland bo'lishi mumkin.

Qon aylanishining iqtisod koeffitsienti – QIK 1 daqiqadagi yurakni qon haydashini ko'rsatadi.

$$QIK = (S - D) \times P$$

formulasi bo'yicha hisoblanadi.

Bu yerda S – sistolik bosim, D – diastolik bosim, P – 1 daqiqadagi puls.

Me'yorda QIK ko'rsatkichi 2600 ga teng, QIK oshishi yurak qon-tomir tizim ishida zo'riqish paydo bo'lganligiga guvohlik beradi.

Aniq jismoniy yuklamadan so'ng jismonan yaxshi shug'ullangan futbolchining pulsi 5-10 daqiqadan so'ng me'yoriga keladi. Agar bu ko'rsatkich 10 daqiqadan ohsa, unda yuklamani me'yordan ortiq, holat – qoniqarsiz hisoblanadi.

Nevmyanov moslashuvining integral ko'rsatkichi – futbolchilarni asosiy trenirovka ishiga moslashuvdagi zo'riqishni tezkor nazorat qiladi.

O'quv-trenirovka mashg'uloti jarayonida futbolchilarning ishchanlik qobiliyati va moslashuv kuchi dinamikasini tezkor nazorat qilish usuli.

Qo'shimcha yuklama sifatida, futbolchilarni tezkorlik sifatlarini aniqlash uchun, ishonchli sinov kabi joydan 30 m ga yugurish qo'llaniladi, moslashuv kuchi va tiklanish intensivligi esa shu yuklamaga puls ta'siri bo'yicha o'rganiladi.

Trenirovka mashg'uloti ta'sirida futbolchilarning funksional holati va maxsus ishchanlik qobiliyati dinamikasini aniqlashda xizmat qiluvchi tavsiya qilingan ko'rsatkichlar quyidagilardan iborat: yuqori startdan maksimal tezlikda 30 m ga vaqtga yugurish belgilanadi va finishdan keyingi 10 soniyadagi hamda tiklanishning 2 va 3 daqiqasidagi yurak qisqarish soni hisoblanadi.

Test ikki marta o'tkaziladi: birinchisi chigal yozdi mashqlaridan keyin 3 daqiqadan so'ng; ikkinchisi mashg'ulotning asosiy qismidan keyin 3 daqiqadan so'ng.

Moslashuvning integral ko'rsatkichi (MIK):

$$MIK = t^2 \times (PS_1 + PS_2 + PS_3)$$

formulasi bo'yicha hisoblanadi, bu yerda – 30 m bo'lakni yugurib o'tish vaqtini soniyadagi kvadrati; $(PS_1 + PS_2 + PS_3)$ – tiklanish davri boshlanishidagi har uch daqiqada, 10 soniya bo'lakdagi puls summasi.

Ko'p hollarda, chigil yozdi mashqlaridan keyingi ko'rsatkichlarga nisbatan mashg'ulotning asosiy qismida keyingi bo'laklarni yugurib o'tish vaqti o'zgarmasligi yoki kamayganligi belgilanadi, bunda puls soni hamda puls summasi oshadi, bu o'z navbatida MIK ko'tarilishiga olib keladi. Bunday dinamikani, trenirovka mikrotsikllari davomida ko'p marta kuzatish mumkin. Bu shuni ma'lum qiladiki, yuqori malakali futbolchilarning trenirovkasi ko'pincha oxirigacha tiklanmasdan o'tkaziladi, chunki bunda ishchanlik qobiliyati oshgan bo'lishi yoki shu darajada turishi mumkin.

Mashg'ulot jarayonida MIKni tadqiq etish bu ko'rsatkichning individual farqlanishi ahamiyatini ochib beradi. Demak, oliy liga jamoa futbolchilarida, u 841-1490 birlik chegarasida tebranadi.

Shuni ta'kidlab o'tish lozimki, trenirovka mashg'ulotlari sikllari davomida MIK tebranish ko'lami to'liqsimon o'zgaradi, ya'ni tezkorlik yuklamasiga moslashuv yaxshilanganda kamayadi va moslashuv pasayganida oshadi. Bunday o'zgarish, trenirovka yuklamasining o'ziga xosligi, futbolchining shug'ullanganligi, charchash va tiklanish jarayoni, u yoki bu kasallikni yashirin o'tishi, tartibni buzilishi, biologik ritmlarning ta'sir ko'rsatishi va boshqalar bilan o'zaro bog'liq bo'lishi mumkin. Shuning uchun, futbolchilarda MIK o'zgarishlarini tushuntirishda differensial yondoshish lozim. MIK yomonlashuviga olib keluvchi sabablarni o'z vaqtida topish va yo'qotish, futbolchilarning trenirovka jarayonini samaradorligini oshiruvchi muhim omil hisoblanadi.

Futbol maydonida, futbolchi trenirovka yuklamasini qanday o'tkazayotgani haqidagi bevosita tezkor ma'lumotlarni olish uchun balli baholash uslubidan foydalanish mumkin.

30 m bo'lakni yugurib o'tish vaqtini o'zgarishi va tiklanish vaqtida 30 soniya ichidagi puls sonini o'zgarish (har bir daqiqaning birinchi 10 soniyasi) tavsifi bo'yicha test natijalarini baholash sxemasi (tezkor – axborot olish uchun).

Buning uchun, ikkinchi testdagi yugurib o'tish vaqtini (mashg'ulotning asosiy qismidan keyin) birinchi testdagi masofani yugurib o'tish vaqti (chigil yozdi mashqlaridan keyin) va albatta, tiklanish davrida har 3 daqiqaning boshlanish 10 soniyali vaqt bo'lagida aniqlangan puls sonini taqqoslash lozim.

Agar ikkinchi test ko'rsatkichi birinchi test ko'rsatkichi kattaligidan kam yoki teng bo'lsa, u holda dinamika yaxshilangan (kamaygan) kabi baholanadi, agarda u ko'p bo'lsa, yomonlashgan (ko'paygan) kabi ko'rib chiqiladi. Bunday baholar quyidagilarga asoslangan, kichik, o'rta va gohida katta yuklamali mashg'ulotlar ta'sirida, jismoniy tayyorgarlikka ega bo'lgan futbolchilarda tezkorlik ishlariga yaxshi moslashuvi tez-tez kuzatiladi.

No	Ko'rsatkichlar	O'zgarish tavsifi	Baho
1.	vaqt, soniya puls soni	kamayadi kamayadi	a'lo
2.	vaqt, soniya puls soni	kamayadi ko'payadi	yaxshi
3.	vaqt, soniya puls soni	ko'payadi kamayadi	qoniqarli
4.	vaqt, soniya puls soni	ko'payadi ko'payadi	qoniqarsiz

Shuni ta'kidlab o'tish kerakki, 30 metrni 4,3 soniyadan sekin yugurib o'tish, ishchanlik qobiliyatini yomon ko'rsatkichi hisoblanib, ushbu vazifada bo'lakni yugurib o'tish tezligi va puls soni dinamikasidan qat'i nazar 2 ball oladi, chunki past tezlik futbolchining o'yin jarayo-nidagi texnik-taktik harakatlarni bajarish imkoniyatini chegaralab qo'yadi.

Jismoniy holat darajasini aniqlash (JHD):

$$JHD = \frac{700 - 2(YuQCh) - 2,5(o'rta AB) - 2,7(yush) + 0,25(vazn)}{350 - 2,5(yush) + 0,21(bo'y)}$$

bu yerda, YuQCh – 1 daqiqadagi yurak qisqarish chastotasi; AB – arterial bosim (o'rtacha ko'rsatkich); Yosh – shu vaqtdagi yoshi; Vazn – tana og'irligi (kg); Bo'y – tana uzunligi (sm).

Quyidagi shkala bo'yicha baholanadi:

- a'lo - > 0,826
- yaxshi - 0,826-0,676 gacha
- qoniqarli - 0,526-0,676 gacha
- qoniqarsiz - 0,376-0,526 gacha
- juda past - < 0,376

Smulskiy bo'yicha funksional imkoniyatlarni qo'llash ko'rsatkichi (FIQK) – test, nafasni ushlab turish bilan kardiorespirator tizimning funksional holatini baholash uchun qo'llaniladi. Bajarish: yuklamani

bajarishgacha nafasni oxirgi chegarasigacha (nafas olishda) ushlab turish o'lganadi.

Kardiorespirator tizim holati indeksi (FIQK)

$$FIQK = \frac{t_2}{t_1}$$

formulasi bo'yicha aniqlanadi: bu yerda t_1 – yuklamagacha nafasni ushlab turish; t_2 – yuklamadan keyin nafasni ushlab turish.

Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, yuklamadan keyin nafasni ushlab turish vaqti qanchalik kam bo'lsa, kardiorespirator tizimning funksional imkoniyatlarini qo'llanish darajasi shunchalik yuqori bo'ladi va futbolchi yuqori darajadagi quvvatga ega bo'ladi. Agar, kardiorespirator tizimning funksional imkoniyatlarini integral ko'rsatkich zahirasi sifatida qaralsa, yuklamadan keyin nafasni ushlab turish vaqtining kattaligi, futbolchi o'z funksional imkoniyatlarini amalga oshira olishi tassavuri haqida mulohaza yuritishga yordam beradi.

Shunday qilib, «7 x 50 m ga mokisimon yugurish» testidan oldin va keyin bir daqiqadan so'ng oxirgi chegaragacha nafasni ushlab turish vaqtini aniqlash, shu testda olingan natijalarning fiziologik «qiymatini» va futbolchining tezkor chidamkorlik darajasini baholashga yordam beradi.

Bunday test turlarini bosqichma-bosqich majmua doirasida tadqiqotlar o'tkazish, yuqorida keltirilgan ko'rsatkichlarning dinamikasini trenirovka jarayonining turli bosqichlarida kuzatish va trenirovka dasturlarini qo'llash darajasini baholash imkoniyatini beradi.

Agar t_2 ko'rsatkichi past bo'lsa, bu futbolchi organizmining aerob imkoniyati yomonligini ko'rsatadi.

Odatda futbolchilarda t_1 – 45 dan 90 gacha, t_2 – 6 dan 30 gacha.

Tezkor-kuch yuklamasiga yurak qon-tomir tizimiga ta'sirini testlash quyidagicha o'tkaziladi.

Mashq bajarilishidan oldin va keyin YuQCh o'lganadi; 20 soniyada 20 marta o'tirib turishni bajarish, 2 daqiqa to'liq tiklanish.

Kuch, boshqa sifatlarni namoyon bo'lishi uchun muhim asos hisoblanadi – futbolchi uchun birinchi navbatda oyoq mushaklarini rivojlantirish muhim ahamiyat kasb etadi.

Harakat sifatlarini namoyon bo'lishini tahlil qilish asosida shug'ullanganlik tavsifi

Harakat funksiyalarini rivojlanish darajasini nazorat me'yorlari test yordamida aniqlanadi. Biron-bir harakat sifatini to'g'ri baholash uchun ikkita asosiy mezonlarga javob beruvchi testlar zarur: axborotlilik va ishonchlilik.

Testning axborotlilik shunga guvohlik beradiki, ushbu test baholash zarur bo'lgan sifatningina baholaydi.

Testning ishonchliligi, standart sharoitda shu futbolchilarni takroriy testlashdagi natijalarini bir-biriga o'xshashlik darajasi bilan tavsiflanadi.

Jismoniy tayyorgarlikni nazorat qilish uchun quyidagilar zarur:

- natijaga erishishdagi motivatsiya maksimal tezlikda bo'lishi;
- texnikasi nisbatan oddiy va natijaga ta'sir ko'rsatmaydigan nazorat mashqlarini qo'llash;

- nazorat mashqlari yaxshi o'zlashtiriladigan bo'lishi lozim, chunki ularni o'tkazishdan asosiy maqsad, harakat texnikasini to'g'ri bajarishga intilmasdan, balki maksimal natijalarga erishishga harakat qilish.

Harakat funksiyalarini rivojlanish darajasini testlash dasturiga quyidagi nazorat sinovlarini kiritish tavsiya qilinadi.

Tezkorlik imkoniyatlarini baholash.

Futbolchining tezkorlik sifatleri, qisqa vaqt ichida harakatni bajara olish qobiliyatida namoyon bo'ladi.

Futbol maydoni bo'ylab tezkor harakatlanish, hujum va himoyadagi barcha manyovrlarda raqibdan ozod bo'lish uchun katta ahamiyatga ega.

Tezkorlik imkoniyatlarini to'liq baholash, charchoq boshlanishi bilan ishchanlik qobiliyatining pasayishi kuzatilmaydigan bo'lak davomida futbolchi imkoniyatidagi maksimal tezkorlik darajasi bo'yicha amalga oshiriladi.

Qisqa bo'laklarni tez yugurib o'tish, ma'lumki, qisqa vaqtda maksimal tezlikka erishish qobiliyatida aks etadi. Futbolda tezkorlik sifatlarini namoyon bo'lishining bunday shakli yetakchilardan biri sifatida qaraladi, chunki u o'yin vaqtida tezkor harakatlanish strukturasini (informativ) aks ettiradi.

Futbolchilarni tezkorlik (imkoniyati) sifati, tezkorlik majmuasidan iborat: oddiy va murakkab holatlarda tezkor sifat; start olish tezlig keskin chiqish – to‘xtash harakatlar tezkorligi; absolyut tezkorlik; texnik usullarni bajarish tezligi; bir harakatdan boshqasiga o‘tish tezligi.

Joydan va yurishdan 10 m yugurishni (soniya) baholash me'yori

Mashqlarni baholash	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Joydan 10 m yugurish	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00
Yurishdan 10 m yugurish	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40

30 m yugurishda yuqori malakali futbolchilarni tezkorlik imkoniyatlarini baholash me'yorlari

Baho	Vaqt (soniya)
Juda yuqori	4,05
Yuqori	4,05 – 4,149
O'rta	4,15 – 4,249
Past	4,25 – 4,349
Juda past	4,35

Joydan va yurishdan 15 m yugurishni baholash me'yori va ko'rsatkichlardagi farqlar (soniya)

Mashqlarni baholash	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Joydan 15 m yugurish	2,7	2,77	2,86	3,01	3,1
Yurishdan 15 m yugurish	1,7	1,73	1,75	1,79	1,82
Joydan yugurish va yurishdan yugurishni farqi	0,99	1,04	1,11	1,22	1,28

Joydan 15 m yugurish – start tezligi ma'romini baholash uchun.

Yurishdan 15 m yugurish – qisqa bo'laklarda absolyut tezkorlikni baholash uchun.

Joydan 50 m yugurish – masofada yuqori tezlikni saqlab qolish qobiliyatini baholash uchun.

50 m yugurishni baholash me'yori

Mashqlarni baholash	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Joydan 50 m yugurish	6,58	6,82	6,88	7,0	7,1

Tezkor chidamlilikni aniqlash uchun, yuklamani takrorlash uslubi qo'llaniladi. 2,5-3 daqiqa interval bilan, maksimal intensivlikda 4x30 va 4x60 seriya yugurib o'tish.

Har bir 4x30 va 4x60 seriyani yugurib o'tilgandan keyin o'yinchi tik turgan holatida YuQCh va qon bosimi shu onda hamda 2 daqiqa dam olishdan so'ng o'lchanadi.

Agar vaqt va ta'sirga moslashuv yaxshi bo'lsa, shug'ullanganlik darajasi ham yaxshi bo'ladi. Agar vaqt yaxshi bo'lib, qon aylanishi yomon bo'lsa, unda shug'ullanganlik darajasi pastligini ko'rsatadi.

Natija yomon bo'lsada, qon aylanishi yaxshi bo'lsa, u holda barcha funksional imkoniyatlardan foydalanilmaganligini ko'rsatadi.

Tezkorlik ishiga yurak qon-tomir tizimining ta'sirini aniqlash uchun quyidagi funksional sinov qo'llaniladi: joyda 15 soniyali intensiv yugurish. YuQCh mashq bajarishdan oldin va keyin o'lchanadi. Yaxshi ta'sir bo'lganda tiklanish 3 daqiqagacha.

Anaerob chidamlilikni baholash (Sonch testi).

Futbolchining tezkorlik va tezkor-kuch qobiliyatini biologik poydevori maksimal kuch qobiliyatini aniqlovchi yuqori anaerob chidamlilik hisoblanadi.

Baholash, o'rta chiziq bo'yicha o'ngga va chapga ikki oyoqda sakrashni soniga ko'ra quyidagi usulda amalga oshiriladi: o'rta chiziq + o'ngga + o'rta chiziq + chapga va hokazo. Mashq 1 daqiqa davomida maksimal tezlikda, mashq tizzalar harakatining katta amplitudasi bilan bajariladi.

Sonch testini me'yoriy baholash

Baho	Sakrashlar soni
Yetarli emas	37
Yetarli	38-41
Yaxshi	42-45
Juda yaxshi	46-49
A'lo	> 50

«Maxsus test»

O'yin xususiyatidan kelib chiqib, yosh futbolchilarni maxsus chidamliligini baholash uchun qo'llaniladi.

Tavsiya qilingan test yordamida maxsus chidamlilik baholanadi:

- yagona mashqqa bog'liq bo'lmagan, turli tavsifdagi ikki sinovda bo'laklarni yugurib o'tish vaqti yaxshilanishi bo'yicha (yomonlanishi bo'yicha);

- texnik mahorat samaradorligi bo'yicha – «brak koeffitsienti» (charchoq ta'sirida harakatlarni boshqarishning koordinatsion mexanizmi o'zgaradi, natijada ularning aniqligi buziladi);

- intensiv yuklamaga organizmning moslashuvi bo'yicha (YuQChning tiklanish vaqti bo'yicha).

10 daqiqali standart chigil yozish mashqlaridan so'ng (12 ta gimnastika va bir nechta yugurish mashqlari), to'p bilan besh daqiqali erkin ish (bu bosqichda YuQCh chigil yozdi mashqlaridan keyin aniqlanadi), maxsus mashqlarni bajarish:

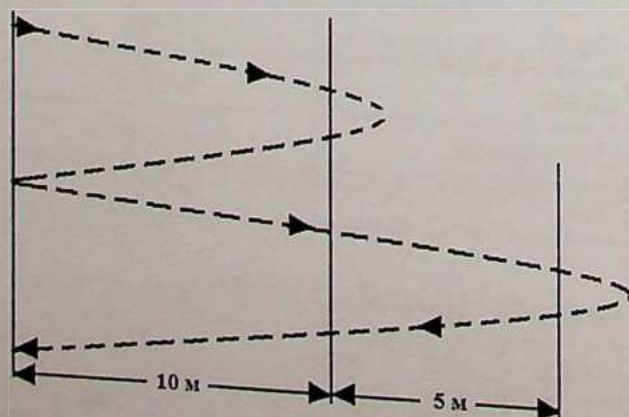
- joyda to'p bilan boshda jonglyorlik (urilish) sonining ko'pligi (ikki sinovning o'rtacha kattaligi) hisobga olinadi;

- 11 m dan aniq zarbalar (xohlagan usuldagi zarbadan keyin bir metr diametrlik halqaga to'pni tushirish, halqa yerdan 30 m balandlikda mustahkamlangan va 25-30 soniya davomida bajarilgan 5 ta zarbadan so'ng tushgan to'p) soni hisoblanadi;

- 25 soniyada startga qaytish bilan 5x30 m yugurish, summar vaqti hisobga olinadi;

- aniqlikka zarbalar;

- 3x50 m «mokisimon» yugurish, rasmda ko'rsatilgandek:



- to'p bilan jonglyorlik;
 - barcha mashqlar bajarilgandan keyin va tiklanish vaqtida YuQCh.
- Test ko'rsatkichlari:

- 5x30 m (soniyada) yugurib o'tish summar vaqti;
- 5x30 m (soniyada) «mokisimon» yugurish summar vaqti;
- aniqlikka zarbalar:
 - chigil yozdi mashqlaridan keyin darvozaga to'pni kiritish soni;
 - 5x30 m yugurish mashqidan keyin darvozaga to'pni kiritish soni;
 - «brak» koeffitsienti (%);
- boshda to'p bilan jonglyorlik:
 - chigil yozdi mashqlaridan keyin urishlar soni;
 - 3x50 m yugurishdan keyin urishlar soni;
 - «brak» koeffitsienti (%).

Baho:

- yaxshi tayyorgarlikka ega bo'lmagan, maxsus chidamliligi yuqori darajada bo'lmagan yosh futbolchilarda intensiv yugurishdan keyin texnik usullarni bajarishda brak foizi o'sib boradi;

- yaxshi tayyorgarlikka ega bo'lganlarda – 30 va 50 m bo'laklarini yugurib o'tish natijalari alohida va umumiy maromida bo'ladi. Aniqlikka va boshda to'p bilan jonglyorlikni bajarish ko'rsatkichi yaxshi (brak foizi kam), YuQChning tiklanish vaqti kam.

Kuchning rivojlanish darajasini nazorat qilish tashqi qarshilikni yengib o'tish yoki mushak kuchi vositasida unga qarshi ta'sir ko'rsatish qobiliyatini kuch sifatlari deb ataladi. Ularning rivojlanish darajasi, harakat faoliyatini bajarish xarakteriga asoslangan, chunki ular harakat tezligiga, yuqori kuch komponentlariga ega mashqlarga chidamlilik, zarba harakatlariga ta'sir ko'rsatadi.

Futbolchilarga xos bo'lgan faoliyat, yuqori darajadagi sakrovchanlik, hujum va himoya vazifalarini yechish uchun yaxshi imkoniyat yaratadi.

Albatta, har bir futbolchiga kuch zarur, lekin bu kuch, shtangistlar, kurashchilar yoki gimnastikachilar kuchidan farq qilishi lozim.

Futbolchiga shunday kuch kerakki, u yugurish, sakrash, intiluvchi startga bardosh beruvchi, to'satdan to'xtay oladigan va yugurish yo'nalishini keskin o'zgartiradigan, hamda 30-40 m masofadan zarba

bera oladigan – turli o‘yin holatiga moslashadigan bo‘lsin. Kuch rivojlanishi egiluvchanlik, tezkorlik, o‘yinni to‘g‘ri qabul qilishni bilish hisobiga borish kerak emas. Boshqacha qilib aytganda, kuchli futbolchi, uni iqtisod qilib, texnik-taktik harakatlarni maydonda yengil harakatlanib bajarilishi lozim.

Qoida bo‘yicha, kuch sinovlari mushak guruhlarida o‘tkaziladi. Maksimal kuch, tezkor-kuch va kuch chidamliligi o‘lchamlar bilan farqlanadi.

Maksimal kuch – mushak yoki mushak guruhlari namoyon qilishiga qodir bo‘lgan juda katta kuch.

Tezkor-kuch – harakatni maksimal tezlikkacha, tezlanishning aniq og‘irligini xabar beruvchi mushak qobiliyati.

Tezkor-chidamlilik – ko‘p martalik mushak qisqarishida hamda uzoq kuch ishida charchoqqa qarshilik qiluvchi mushak qobiliyati.

Maksimal mushak kuchi Kollin panjalar dinamometri hamda og‘irlikni ko‘tarish kabi klassik shaklida o‘lchanadi.

Futbol amaliyotida quyidagi nazorat mashqlari qo‘llaniladi:

Mashqlar	Baho
Turnikda tortilish	10 tadan kam emas
O‘z og‘irligiga teng shtanga bilan o‘tirib turish	5 tadan kam emas

Tezkor-kuch bahosi, katta portlash kuchi xususiyatini nazarda tutadi.

Oyoq kuchlari uchun test sifatida joydan balandlikka sakrashni o‘lchash keng tarqalgan.

Belbog‘ bilan sakrash testi.

Maydonda sakrash balandligini hisoblovchi, o‘lchovli lenta qisqich orqali tortiladi.

Maydondagi aylana markaziga (diagonali 50 sm) himoya (qalqoni) mustahkamlanadi. Futbolchi doira ichida tik turadi: uning oyoqlari qisqichning ikki tomoniga undan 5 sm masofada joylashadi. Futbolchi o‘lchovli lenta mustahkamlangan belbog‘ni kiyadi; uning ikkinchi

tomoni qisqich ustiga tortilgan va o'ldovli lenta tarang cho'ziladi. Qisqichdan ko'ndalang tolalaridan sakrash balandligi hisoblanadi. Dastlabki o'tirib-turishdan keyin futbolchi yuqoriga sakraydi va o'z sakrash balandligigacha o'ldovli lentani tortadi. Bunda qo'llar harakatga mos bo'lishi lozim.

Agar futbolchi doiraga ikki oyoqda tushmasa, unda sakrash hisobga olinmaydi.

Uchta sakrashdan eng yaxshisi hisoblanadi.

Sakrovchanlikni model ahamiyati

Mashqlar	Baho (sm)				
	a'lo	yaxshi	qoniqarli	qoniqarsiz	yomon
Lenta bilan yuqoriga sakrash	70	65	60	55	50

Tezkor kuchni baholash uchun, joydan uch va besh karra sakrash mashqi ham qo'llaniladi.

Mashqlar	Baho (sm)				
	a'lo	yaxshi	qoniqarli	qoniqarsiz	yomon
Joyda uch karra sakrash	8,22	8,07	7,92	7,62	7,47
Joyda besh karra sakrash	13,50	13,00	12,50	12,00	11,50

Chidamlilikni rivojlanish darajasini nazorat qilish

Chidamlilik – bu butun o'yin davomida zarur intensivlik, aniqlik, manevrlilik va tezlikni saqlab qolishda organizmning charchoqni yengib o'tish qobiliyati.

Chidamlilik, uzoq charchoqli faoliyatidan keyin tiklanish tezligi bilan tavsiflanadi. Chidamlilik bilan texnik tayyorgarlikni to'g'ri bog'lab shug'ullanish, ish bajaruvchi mushaklar va uning antagonist faoliyati orasidagi koordinatsiyani yaxshilaydi.

Umumiy va maxsus chidamkorlikning yuqori darajasi butun o'yin davomida futbolchilarga murakkab vazifani samarali yechishda yordam beradi hamda ruhiy charchoqqa ijobiy ta'sir ko'rsatadi.

Futbolda chidamlilikka nisbatan maxsus talablar mavjud – almashinuvchi tezlik va templi yuklama.

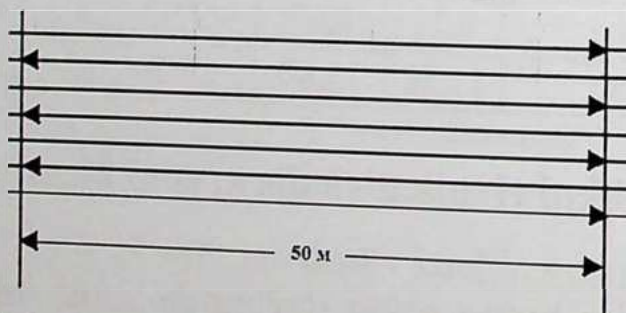
Futbolda eng keng tarqalgan umumiy chidamlilikni aniqlovchi test – bu futbolchining 400 m dan yo‘lakni 12 daqiqa ichida yugurib o‘tishga qodir bo‘lgan masofani aniqlovchi Kuper testi (12 daqiqali yugurish) hisoblanadi.

Mashqlar	A‘lo	Yaxshi	Qoniqarli	Qoniqarsiz
12 daqiqa yugurish	3200 yuqori	3200 3000	3000 2800	2800 past
dastlabki AB va YuQCh tiklanish vaqti	3 daqiqadan 5 daqiqagacha			7 daqiqadan ortiq

Tezkor chidamlilikni baholash.

«7x50 m mokisimon yugurish» testida vaqt ko‘rsatkichi futbolchining tezkor chidamliligini baholash uchun qo‘llanishi mumkin.

Bajarish uslubi: trener signali bo‘yicha futbolchi keskin yugurib – to‘xtash harakatlari bilan (tayanch oyoq start va finish chizig‘i orqasiga qo‘yiladi) 50 m masofani 7 marta yugurib o‘tadi.



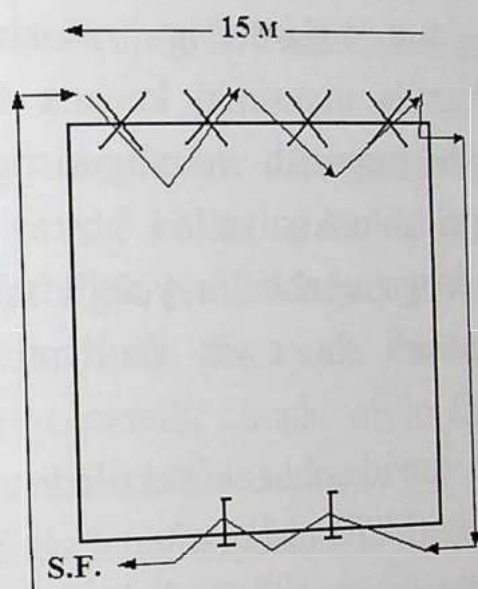
«7x50 m mokisimon yugurish»ni baholash me‘yorlari:

- a‘lo - 60,00 soniya
- juda yaxshi - 61,00 soniya
- yaxshi - 62,00 soniya
- qoniqarli - 64,00 soniya
- qoniqarsiz - > 64,00 soniya

Aerob tavsifli mashqlarga organizm moslashuvini baholash uchun quyidagi mashqlar qo‘llaniladi: futbolchi 180 daqiqa qadam chastotasi bilan joyda uch daqiqali yugurishni bajaradi. Vazifa bajarishdan oldin va

keyin YuQCh o'lchanadi. Tiklanish bo'yicha YuQCh baholanadi: 3 daqiqa – a'lo; 5 daqiqa – yaxshi; 7 daqiqa – yomon.

Jismoniy ish qobiliyatini baholash, futbolchini shug'ullanganligini aniq tashxislash uchun muhim sharoit hisoblanadi. Ushbu maqsad uchun futbolchi harakat faoliyatining asosiy usuli nazarda tutilgan nazorat mashqlari qo'llaniladi.



Mashq kvadrat perimetri bo'yicha, imkoniyat darajasida maksimal intensivlikda yugurib bajariladi. Kvadrat tomonlari 15 m. Futbolchi intilib (S) 15 m keskin yugurib chiqib, yo'nalishni 90° ga o'zgartiradi, harakatni davom ettirib, bir-birida uch metr masofada joylashgan 4 ustunni yonlab o'tib, yana yo'nalishni 90° ga o'zgartirib, 15 m ga keskin yugurishni amalga oshiradi va bir-biridan 5 m masofadagi 40 sm lik ikki g'ovni oshib, kvadratning oxirgi tomonida masofani yakunlaydi va finish (F).

Kvadratni aylanib yugurib o'tilgan umumiy vaqt belgilanadi. 15 soniyali dam olishdan keyin mashq takrorlanadi. Umumiy 5 ta urinish bajariladi.

Baholash quyidagi parametrlar bo'yicha amalga oshiriladi:

- 5 ta urinishda yugurib o'tish vaqtining summasi;
- beshinchi urinishdan keyingi YuQCh;
- YuQCh 120 zarba/daq gacha tiklanish vaqti.

5.4. Takroriy yuklamalar uslubi

Futbolchilarni muxsus shug'ullanganligini aniqlash uslublari haqidagi savollarga yechim topib, shuni hisobga olish lozimki, nisbatan katta bo'lmagan masofani katta bo'lmagan oraliq bilan yuqori intensivlikda takrorlanib, o'zgaruvchan tavsifdagi ishni o'yinda va trenirovkalarda qobiliyatli bajarilishiga asoslangan futbolchining ishchanlik qobiliyati hamda maksimal kuchda 15-40 metrga keskin chiqishni, ohista tempda yugurish va yugurishga o'zgartirish bilan moslab ko'p marta takrorlash imkoniyati.

Futbolchi bunday ishga qanchalik yengil moslashsa, shunchalik katta tezkorlikni ko'rsatadi va o'yin faoliyati samaradorligi ham mustahkam bo'ladi.

Nazorat mashqlari quyidagicha o'tkaziladi: chigil yozdi mashlaridan keyin va tezkorlik mashqlariga tayyorgarlikda futbolchi maksimal tezlikda beshta 30 metrlik bo'lakni yuqori startda yugurib o'tadi, har bir 30 metrni yugurib o'tganidan keyin sekin yugurish startiga qaytib yana maksimal tezlikda yugurish takrorlanadi. Bu ish 3 daqiqa oraliq bilan uch seriya takrorlanadi.

Yuklama tavsifi va oraliqlar davomiyligi, tayyorgarlikning turli bosqichlarida futbolchilarni tadqiq etishda olingan ma'lumotlarni taqqoslash mumkin bo'lishi uchun maromda qolishi lozim.

Mashqlarni bajarish vaqtida har bir takrorlanish va bo'laklarning har bir seriyalaridan keyingi birinchi va ikkinchi daqiqalarida organizm-ning funksional

Har bir bo'lakni yugurib o'tishning qat'iy vaqti yaxshi ishchanlik qobiliyatini tavsiflaydi. Uch seriya ko'rsatkichlarining barchasi 3,8-4,1 soniyani tashkil qilsa, bu yaxshi natija hisoblanadi.

Tezkorlik ko'rsatkichlarida (4,5 soniya va katta) yoki qat'iy bo'lmagan ko'rsatkichlarda, bo'lakdan-bo'lakka yoki seriyadan-seriyaga yugurib o'tish tezligi pasayadi – bu esa ishchanlik qobiliyatini yaxshi emasligidan dalolat beradi.

Bo'laklarni yugurib o'tishning o'rta va qat'iy tezkorligi (4,2-4,4 soniya) qoniqarli ishchanlik qobiliyatini tavsiflaydi.

Yaxshi moslashuv haqida, seriyadan seriyaga yomonlashuvchi, yuklamaga organizmning maromdagi yaxshi ta'siri guvohlik beradi. Bunda birinchidan ikkinchi daqiqagacha tiklanishga ochiq namoyon bo'luvchi ta'sir aniqlanadi.

Seriyadan seriyaga yomonlashuvchi qat'iy bo'lmagan ta'sir yetarli bo'lmagan moslashuvni ko'rsatadi.

Ko'p holatlarda moslashuv ko'rsatkichlari ishchanlik qobiliyatiga mos kelishi aniqlangan.

Agar futbolchida moslashuv ko'rsatkichi yomon bo'lganda, ishchanlik qobiliyati yaxshi bo'lsa, u holda yuqori tezlikda yugurib o'tish moslashuviga, futbolchi tomonida juda katta kuch bilan erishiladi. Bunday futbolchi uzoq vaqt davomida bir maromdagi ishchanlik qobilitini namoyon eta olmaydi, chunki o'yin faoliyatiga albatta ta'sir ko'rsatuvchi global charchoq boshlanadi.

Aksincha, agar futbolchida ishchanlik qobiliyatining ko'rsatkichi past bo'lib, moslashuv ko'rsatkichi yaxshi ekanligi aniqlansa, bu uning funksional imkoniyatlari to'liq ishlatilmaganligiga guvohlik beradi.

Tezkor chidamlilik uchun nazorat mashqlari.

Yuqori startdan 30 m yugurish 20 soniyali dam olish oralig'i bilan uch marta takrorlanadi. Uch urinishdan ko'rsatkichlari summasi bo'yicha aniqlanadi.

Tezkor chidamlilik bahosi: 12,4 soniya – a'lo; 12,5-12,6 soniya – yaxshi; 12,7-12,8 soniya – qoniqarli; 12,9 soniyadan past – qoniqarsiz.

Epchillikni rivojlanish darajasining nazorati

Epchillik – bu o'yinda vujudga keladigan kutilmagan vaziyatlarga tez va aniq javob qaytarish, murakkab o'zgaruvchan holatlarda harakatni davom ettirish qobiliyati hisoblanadi.

Epchillik – futbolchining xilma-xil harakat tajribasiga bog'liq bo'lgan sifatlar jamlamasidir.

Epchillik – bu zarur harakatlarni to'g'ri va tez tanlash va bajarish qobiliyati. Futbolda epchillik – kutilmaganda vujudga keladigan harakat vazifalarni tez va bexato yechish qobiliyatidir.

Futbolchining epchilligi doimiy o'zgaruvchan sharoitda, to'p bilan va to'psiz harakatlanishda namoyon bo'ladi. To'pni olib yurish, aldash, tortib olish, zarbalar bilan bog'liq bo'lgan harakatlanish, futbolchidan keng koordinatsiya sifatlarini namoyon bo'lishini talab qiladi. Agar bunga qo'shimcha qilib, futbolchining harakat va texnik faoliyati, doimiy o'zgaruvchan o'yin sharoitida (yomg'ir, issiq, maysali va yerli maydon, tabiiy va sun'iy yorug'lik va hokazo), turli dastlabki holatlarda yakkakurash sharoitida (o'zidan oshirib zarba, sakrashda to'pga bosh bilan zarba va hokazo) bo'lsa, futbolchining samarali o'yin faoliyati uchun, epchillikni yuqori darajada rivojlanganligi shunchalik muhim ekanligi tabiiydir.

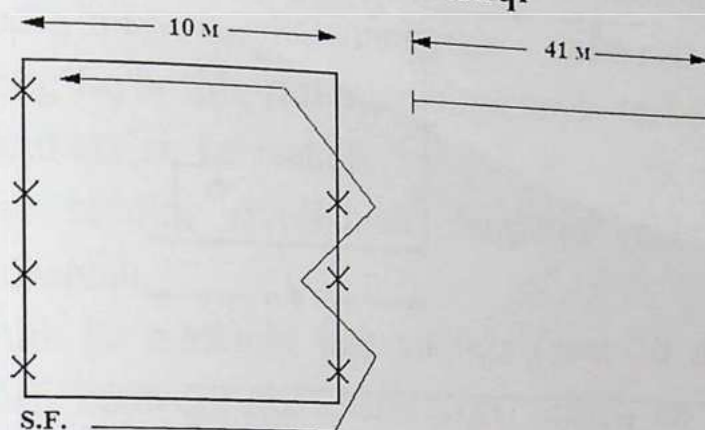
Epchillik, o'yinning murakkab texnik usullarini o'zlashtiri-lishidagi futbolchining imkoniyatlarini hamda o'yin sharoitida shaxsiy funksional imkoniyatlardan samarali foydalanilishini aniqlanadi.

Yuqori darajada rivojlangan epchillik deganda quyidagilar nazarda tutiladi, futbolchi murakkab koordinatsiya harakatlarni aniq bajarishni, tashqi sharoit o'zgarishida o'z harakat faoliyatini tez qayta tuzishini bilish lozim. Boshqacha qilib aytganda, bu turlicha namoyon bo'luvchi, murakkab harakat sifatidir.

Epchillik rivojlanishini nazorat qilishni tashkil etishda ushbu sifatni baholashni yagona mezonni yo'qligini hisobga olish kerak. Bu epchillikni ko'p omilligi bilan bog'liq bo'lib, epchillik boshqa sifatlar bilan namoyon bo'ladi, qoida bo'yicha futbolchidan yuqori darajadagi koordinatsiya xususiyatlarini talab qiluvchi, aniq jismoniy sifatlarning ko'nikmalari bilan bir qatorda natijalari ushbu testlar majmuasida amalga oshiriladi.

Epchillikni asosiy o'lchovlari – koordinatsiya murakkabliligi, aniqligi va harakat vazifasini bajarilish vaqti.

I nazorat mashqi



Mashq A

Mashq B

Mashq A.

10x10 kvadratning ikki tomoniga 2 m oraliqda 5 ta ustun qo'yiladi. Futbolchi kvadratning chap past burchagidan to'g'riga start oladi, keyin ustunlarni ilon izi shaklida yugurib o'tib, to'g'riga, so'ng ustunlarni yonlab yugurib o'tib finish.

Mashqni bajarish vaqti soniyalarda belgilanadi.

Mashq B

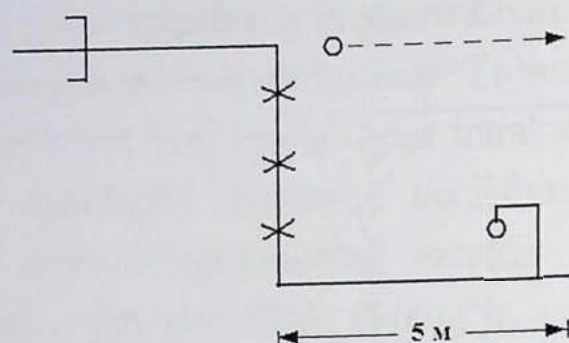
Bo'lakni yuqori startdan to'g'ri yugurib o'tish vaqti belgilanadi.

A va B mashqlarining bajarilishi vaqtining farqi – epchillikni baholash mezon. Farq qanchalik kam bo'lsa, epchillik sifati shunchalik yaxshi rivojlangan bo'ladi.

Mashqlar	Vaqt, soniyada
40 m to'g'ri yugurish	5,55
40 m kvadrat bo'yicha yugurish	9,78
A va B mashqlarini bajarish vaqtining farqi	4,23

II nazorat mashqi

90° burchak ostida 5 metrga uchta chiziq chiziladi. Birinchi bo'lakning o'rtasiga balandligi 0,7 m g'ov qo'yiladi. Burchakka 5 m masofadagi kichik darvoza qarshisiga to'p qo'yiladi. 1 m dan keyin ikkinchisiga uchta ustun qo'yiladi. Uchinchi bo'lakka 3 m dan keyin yerdan 0,5 m balandlikda osiluvchi to'p mahkamlanadi.



Baho	Soniya
A'lo	4,9
Yaxshi	5,2
Qoniqarli	5,32
Qoniqarsiz	5,5

Epchillik ko'rsatkichlari murakkab koordinatsiya harakatlarini aniq bajara olishni tavsiflaydi va texnikani o'zlashtirilish samaradorligini nazorat qilish uchun qo'llaniladi, harakat faoliyatini qayta qurish vaqti ko'rsatkichi esa to'liq harakat reaksiyasi va fikrlash tezligini aniqlash uchun.

III nazorat mashqi

Koordinatsiya qobiliyatini baholash (Δx) turli ko'rsatkichlarni o'lchash bilan amalga oshiriladi:

a) qo'l yordamida va qo'l yordamisiz joydan uzunlikka sakrashda:

Δx = birinchi sakrash ko'rsatkichi – ikkinchi sakrash ko'rsatkichi;

b) 30 metrlik bo'lakni qo'llarda siltanish harakatlari bilan va siltanish harakatlarisiz 4 ta ustunni yonlab yugurib o'tishni:

Δx = birinchi yugurish ko'rsatkichi – ikkinchi yugurish ko'rsatkichi;

Δx – ahamiyati qanchalik kam bo'lsa, koordinatsiya imkoniyatlari shunchalik yaxshi bo'ladi.

Egiluvchanlik – bu katta amplitudada mashqlarni bajarish qobiliyati. Bunga bo'g'imlar harakatchanligi hisobiga erishiladi hamda paylar va mushaklar cho'ziluvchanligi, bo'g'imlar yuzasini shakliga bog'liq.

Egiluvchanlik o'yinning murakkab usullarini, oyoqda, boshda, to'pga zarba berishni, fintlarni, himoya harakatlarini muvaffaqiyatli

o'zlashtirilishi uchun imkoniyat yaratadi va mushaklar cho'ziluvchanligiga, bo'g'im harakatchanligiga, siltanish va harakat amplitudasiga bog'liq bo'lib, shu bilan birga kuch, tezkorlik, chidamlilik va epchillikka katta ta'sir ko'rsatadi.

Bu harakat sifatini rivojlanish darajasini baholashda harakat amplitudasi o'lchanadi.

Egiluvchanlik ko'rsatkichi test vaqtiga (soat 10 da egiluvchanlik soat 18 dagidan kam), havo haroratiga (30°C da egiluvchanlikni namoyon bo'lishi 10° gagiga nisbatan katta) bog'liq.

Shuning uchun egiluvchanlikni me'yorlashtirilgan chigil yozdi mashqlaridan keyin me'yoriy sharoitda o'lchash tavsiya qiladi.

Son, boldir, belning orqa yuza mushaklarini cho'ziluvchanligini o'lchashda, N.Ozolin uslubiyatidan foydalanish maqsadga muvofiq.

Gimnastika o'rindig'iga, 40×40 sm lik taxtacha o'rnatiladi, "0" o'rindiq darajasida, 0 dan yuqoriga 20 sm va pastga 20 sm belgi chiziladi. O'z navbatida 2 soniya davomida bo'laklar bo'yicha maksimal egilish belgilanadi. Test ikki marta o'tkaziladi. Ikki urinishdan eng yaxshi natija santimetrlarda belgilanadi.

Agar futbolchi "0" gacha yetib bormasa, yetarli bo'lmagan egiluvchanlikni ko'rsatadi – bu salbiy ko'rsatkich.

Agar futbolchi tizzalarni buksa, urinish hisoblanmaydi. Mashq keskin chiqishsiz bajariladi.

5.5. Texnik tayyorgarlikni baholash uchun nazorat mashqlari

Futbolchilarning sport-texnika mahorati darajasini oshirish, samarali rejalashtirish va uni o'quv-trenirovka jarayonida amalga oshirish hamda sport tayyorgarligini nazorat qilish tizimiga bog'liq.

Zamonaviy sharoitda o'quv-trenirovka jarayonini maqsadga muvofiq rejalashtirish, futbolchilar tayyorgarligini turli tomonlarini tavsiflovchi axborotlashgan ko'rsatkichlar sonini hisobga olishni nazarda tutadi.

Afsuski, ko'p holatlarda, umumiy jamoa kabi, alohida futbolchilar tayyorgarlik darajasi haqida murabbiylar, musobaqa faoliyatini vizual kuzatish asosida tahlil qiladilar.

Ammo, futbolchilar tayyorgarligini aks ettiruvchi texnik komponentlar tavsifini olish uchun musobaqalarda va nazorat mashqlarini bajarish jarayonida ko'rsatilgan natijalar tarkibini va tahlilini o'z ichiga olgan baholashni o'tkazish lozim.

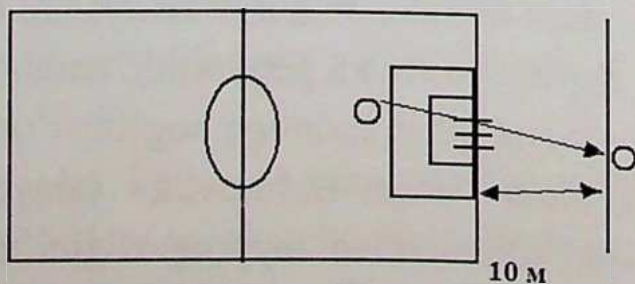
Demak, masalan, to'p uzatish aniqligini baholash uchun futbolchilarga mo'ljalga tushish sonini belgilash bilan ko'rsatilgan kvadratga harakatsiz to'pga joyda turib belgilangan zarbalar sonini bajarish taklif qilinadi. Shu bilan birga, o'yin jarayonida futbolchilar, ushbu texnik harakatni, asosan, to'p uzatish, raqibni aldab o'tishdan keyin hamda harakatda bajaradilar.

Yuqorida keltirilganlardan xulosa qilib shuni aytish kerakki, nazorat mashqlarini futbolchilarning texnik tayyorgarlik darajasidan kelib chiqib qo'llash maqsadga muvofiq.

5.6. Nazorat mashqlari

Haraktsiz to'p bilan aniqlik va kuchga zarbalar:

- jarima maydoni chizig'idan, darvozaning berilgan qismiga havoga (darvoza lenta yoki ustun yordamida ikki qismga bo'lingan) aniq usulda (murabbiy ko'rsatmasi bo'yicha) oyoqda beshta zarbani amalga oshiriladi. Ochko hisoblanadi, qachonki, to'p darvoza chizig'i orqasida 10 metr masofani bosib o'tib yerga tegsa.

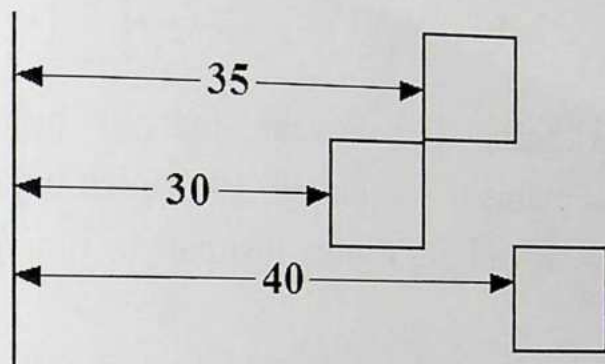


Baho:

- | | |
|-------------|-----------|
| - qoniqarli | - 2 ochko |
| - yaxshi | - 3 ochko |

- a'lo - 4 ochko

- futbolchi, 30 m, 35 m, 40 m masofadagi 5x5 kvadratga aniq usulda (murabbiy ko'rsatishi bo'yicha) oyoqda uch zarbani amalga oshiradi. Yaxshi natija hisobga olinadi.



Baho: kvadratga tushishi:

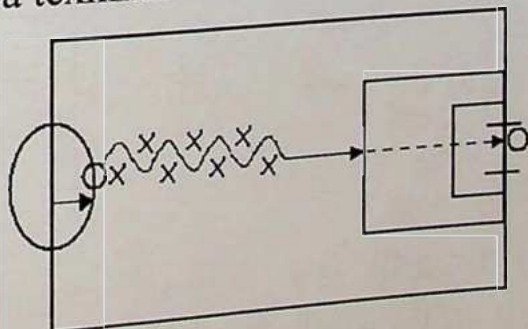
- qoniqarli - 30 m

- yaxshi - 35 m

- a'lo - 40 m

To'pni olib yurishdan keyin belgilangan maqsadga zarbalar.

Markaziy aylanadan jarima maydonigacha, bir-biridan 5 m masofada 5 ta ustuncha qo'yiladi. Futbolchi murabbiy buyrug'i bo'yicha, maydon markazidan jarima maydoniga 5 ta ustunni to'p bilan yonlab o'tib harakatlanishni boshlaydi, jarima maydoniga yaqinlashib darvozaga zarbani amalga oshiradi. Startdan to'p darvoza chizig'ini kesib o'tishgacha vaqt belgilanadi (bu mashq to'pni olib yurish tezligini, yurishda to'pga zarba texnikasini baholash uchun).



Baho:

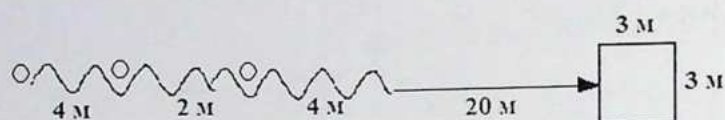
- a'lo - 7,5 soniya

- yaxshi - 8,0 soniya

- qoniqarli - 8,5 soniya

"To'pni olib yurishdan keyin kvadratga zarba" nazorat mashqi quyidagicha bajariladi: futbolchi to'p bilan start boshlab, bir-biridan 2 m

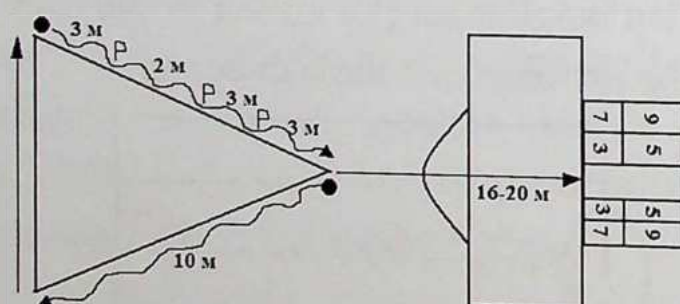
masofada, startdan 4 m masofada joylashgan ikki ustunni yonlab o'tib, 3x3 kvadrat ustiga tushish maqsadida 20 m masofadan zarbani amalga oshiradi.



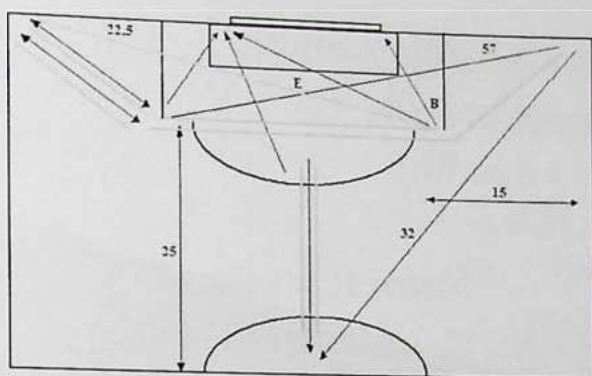
Startdan to'pga zarba berishgacha mashqi bajarilish vaqti va kvadratga to'pni aniq tushishi aniqlanadi. 10 urinish bajariladi, urinishlar orasidagi pauza 10 s. Kvadratga aniq tushgan to'plar soni va o'rtacha vaqt hisoblanadi.

Darvozaga yakuniy zarbalar bilan "uchburchak" nazorat mashqi: futbolchi 10 m masofaga to'pni olib yurishni bajaradi va to'psiz 10 metrlik keskin yugurib chiqishni amalga oshiradi; keyin to'pni egallaydi va ustunlarni yonlab o'tib, darvoza qarshisiga zarba holatiga chiqadi va 20-16,5 m masofadan maqsadga to'pga zarbani amalga oshiradi.

Ushbu mashq 3 urinish bilan 2 seriya (birinchi seriya – o'ngga, ikkinchisi – chapga) bajaradi, urinishlar orasidagi pauza 25 s, seriyalar orasidagi pauza esa 2 daqiqa. Har bir urinishdagi o'tilgan masofa vaqti (startdan maqsadga zarba berishgacha) va to'pni tushish aniqligi ballarda belgilanadi. Tushgan to'plar umumiy soni va o'rtacha vaqt ballarda hisoblanadi.



Texnik-taktik tayyorgarlik va maxsus chidamlilikni darajasini aniqlash uchun Kiyev "Dinamo" JTITM ishlab chiqqan "6 to'pni o'tkazish" testi qo'llaniladi. Test standart qutbol maydoni o'lchamida o'tkaziladi: uzunligi 104 m, eni 68 m.



Izoh:

--- -- -- -- -- to'pni olib yurish

— — — — — to'psiz harakat

—> — darvozaga zarba

Tayyorgarlik holatini integral baholash uchun quyidagilar qo'llaniladi. Futbolchi burchak qanotdan jarima maydoni burchagiga (AB) to'p bilan harakatlanadi, darvozaning uzoq yarmiga o'ng oyoqda zarbani amalga oshiradi. So'ng burchak qanotga yugurib keladi (VG). Burchak qanotdan, jarima maydoni burchagiga to'p bilan harakatlanadi (GV), shu yerdan darvozaning uzoq yarmiga chap oyoqda zarba yo'llaydi, keyin tezlanish bilan burchak qanotga qaytadi (VA). Keyin mashq takrorlanadi, lekin zarbalar darvozaning yaqin yarmiga beriladi.

Darvozaga to'rtta zarbadan keyin o'yinchi maydon markazi yo'nalishida yuguradi (VD), D nuqtasidan — jarima chizig'iga (DE) to'pni olib yurish, o'ng oyoqda o'ng burchakka zarba, tezlanish bilan maydon markaziga (ED), to'pni olib yurish (DE) va chap oyoqda darvozaning chap burchagiga zarba.

Mashqni bajarish uchun burchak qanotlarga va maydon markaziga ikkitadan to'p qo'yiladi (A, G, D nuqtalar). D nuqta jarima maydonidan (DE) 25 m masofada. Zarbalar $\frac{3}{4}$ kuch bilan bajariladi. Oyoq panjalarining ikki tomonida tepiladi. Testdan marshrut uzunligi taxminan 407 metr.

Maxsus chidamlilik bahosi:

- a'lo - 61,0 soniya
 - yaxshi - 61,1-62,0 soniya
 - qoniqarli - 62,2-64,0 soniya
- Darvozaga zarbalar texnikasining bahosi:

- | | |
|-------------|-----------------------|
| - a'lo | - 5-6 to'pni kiritish |
| - yaxshi | - 4 kiritish |
| - qoniqarli | - 3 kiritish |

Nazorat savollari

1. Qanday pedagogik nazorat turlarini bilasiz?
2. Jismoniy holatni baholashni qanday usullarini bilasiz?
3. Jismoniy holatning funksional tavsifnomasini bilasizmi?
4. Harakat sifatlarini namoyon bo'lishini tahlil qilish asosida shug'ullanganlikka tavsif bering?
5. Chidamlilikni rivojlanish darajasini nazorat qilish usillarini bilasizmi?
6. Epchillikni rivojlanish darajasining nazorati bo'yicha ma'lumotlarga egamisiz?
7. Texnik tayyorgarlikni baholash uchun nazorat mashqlarini bilasizmi?

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati

1. Вихров К., Догадайло В. Педагогический контроль в процессе тренировки. Киев, 2004.
2. Футбол. Учебник. Под ред. Нуримова Р.И. Т., 2005.
3. Курбанов О.А. Совершенствование точности передач и ударов мяча головой юных футболистов. Учебное пособие. Т., 2007.
4. Абидов Ш.У. Ёш футболчиларнинг ўқув-машғулот жараёнини ташкил қилиш ва режалаштириш. Услубий тавсиянома. Т., 2011.

35. Саломов Р.С. Спорт машғулотининг назарий асослари. Т-2005й. Б.18-32
36. Спирин А.Н., Кадетов А.П. Мини футбол: Правила соревнований. М., Советский спорт, 1991.-44 с.
37. Талипжанов А.И. Юқори малакали футболчилар тайёрлашнинг замонавий тизими. –Т.: «Fan va texnologiya», 2012, 164 бет
38. Футбол. Дарслик. Р.А. Акрамовнинг умумий таҳрири остида. Т.: ЎзДЖТИ, 2006 й.
39. Футбол. Правила игры. М. : Терра-Спорт, 2004. 71 с.
40. Футбол. Учебник. Под общей редакции Нуримова Р.И. Т.: УзГИФК, 2005 г.
41. Футбол. Учебник. Под общей редакции Нуримова Р.И. Т.: УзГИФК, 2005 г.

MUNDARIJA

KIRISH.....	3
-------------	---

I-bob. SPORTDA MUSOBOQALARNING AHAMIYATI

1.1. Sportda musobaqalashish faoliyatining psixologik xususiyatlari.....	6
1.2. Musobaqalarni o'tkazish ahamiyati.....	8
1.3. Musobaqa faoliyatining xususiyatlari.....	15

II-bob. MUSOBAQALARNI TASHKIL ETISH VA O'TKAZISH

2.1. Musobaqalarning ahamiyati.....	19
2.2. Musobaqa turlari.....	20
2.3. Musobaqalarni rejalashtirish.....	21
2.3.1. O'yin tizimlari.....	22
2.4. Musobaqa nizomi.....	22

III-bob. MAG'LUBIYATDAN KEYIN O'YINDAN CHIQIB KETISH BILAN O'YNALADIGAN MUSOBAQA TIZIMI

(Olimpiya tizimi)

3.1. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimining ahamiyati.....	27
3.2. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimidagi kamchiliklar.....	27
3.3. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilish tartibi.....	28
3.4. Bir marta mag'lubiyatga uchragandan keyin musobaqani tark etish.....	29
3.5. Turli miqdordagi jamoalar ishtirokidagi mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi o'tkazilish tartibidagi chizmalar (setka).....	33
3.6. Ikki marta mag'lubiyatga uchragandan keyin keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimi.....	57

3.7. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketish bilan o'ynaladigan musobaqa tizimida o'tkazilish vaqti.....	59
3.8. Musobaqada ishtirok etadigan jamoalarning soniga qarab musobaqa necha turdan iborat ekanligini va musobaqa qancha kun davom etishini aniqlash jadvali.....	60
3.9. Mag'lubiyatdan keyin o'yindan chiqib ketiladigan tizim bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalarga xos bo'lgan tasodifiylik omil.....	60

IV-bob. MUSOBAQALARNI DAVRALI TIZIMDA O'TKAZISH TARTIBI

4.1. Musobaqalarni davrali tizimda o'tkazishning ahamiyati	64
4.2. Birinchi usulida olib borish tartibi	65
4.3 Ikkinchi usulida olib borish tartibi (qatorasiga	82
4.4. Davrali tizimning ikkinchi usulida olib borish tartibi (qatorasiga)	83
4.5. Uchinchi usulida olib borish tartibi.....	96
4.6. Davrali tizimning uchinchi usulida olib borish tartibi	96
4.7. O'yindagi uchrashuvlar sonini aniqlash.....	107
4.8. Tashkil etilgan musobaqalarda o'rinlarni aniqlash	108

V-bob. FUTBOLCHILARNING MUSOBAQADA VA MASHFULOTDA NAZORAT QILISH

5.1. Pedagogik nazorat turlari	113
5.2. Jismoniy holatni baholash.....	117
5.3. Jismoniy holatning funksional tavsifnomasi.....	121
5.4. Takroriy yuklamalar uslubi.....	138
5.5. Texnik tayyorgarlikni baholash uchun nazorat mashqlari	143
5.6. Nazorat mashqlari	144
Foydalanish uchun tavsiya etiladigan adabiyotlar	150

Введение	3
 Глава 1. ВАЖНОСТЬ СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТЕ	
1.1. Психологические особенности соревновательной деятельности в спорте	6
1.2. Важность проведения соревнований	8
1.3. Особенности соревновательной деятельности.....	15
 Глава 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ	
2.1. Важность соревнований	19
2.2. Виды соревнований	20
2.3. Планирование соревнований	21
2.3.1. Игровые системы	22
2.4. Правила соревнований	22
 Глава 3. СИСТЕМА СОРЕВНОВАНИЙ С ВЫЛЕТОМ ИЗ ТУРНИРА ПОСЛЕ ПОРАЖЕНИЯ (ОЛИМПИЙСКАЯ СИСТЕМА)	
3.1. Важность турнирной системы, в которой игрок выходит из игры после поражения.....	27
3.2. Недостатки в турнирной системе: вылет с турнира после поражения.....	27
3.3. Порядок проведения соревнований после вылета из турнира.....	28
3.4. Вылет с турнира после первого поражения	29
3.5. Схема системы соревнований, которые разыгрывается после поражения с участием разных команд	33
3.6. Турнирная система с выходом из игры после двух поражений.....	57
3.7. Время нахождения в турнирной системе с выходом из игры после поражения	59

3.8. Таблица для определения количества туров и количества дней соревнований в зависимости от количества команд, участвующих в соревновании..... 60

3.9. Фактор случайности, характерный для соревнований, проводимых после поражения..... 60

Глава 4. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО КРУГОВОЙ СИСТЕМЕ

4.1. Важность проведения соревнований по круговой системе..... 64

4.2. Первый способ проведения..... 65

4.3. Порядок действий по второму способу 82

4.4. Порядок поведения по второму способу круговой системы..... 83

4.5. Порядок действий по третьему способу 96

4.6. Порядок поведения по третьему способу круговой системы..... 96

4.7. Определите количество встреч в соревнованиях..... 107

4.8. Определение мест в проведённых соревнованиях..... 108

Глава 5. КОНТРОЛЬ ФУТБОЛИСТОВ НА СОРЕВНОВАНИЯХ И ТРЕНИРОВКАХ

5.1. Виды педагогического контроля 113

5.2. Оценка физического состояния 117

5.3. Описание функционального, физического состояния..... 121

5.4. Метод повторных усилий..... 138

5.5. Контрольные упражнения для оценки технической подготовленности 143

5.6. Контрольные упражнения..... 144

Использованная литература..... 150

Table of contents

Introduction.....	3
Chapter 1. THE IMPORTANCE OF COMPETITION IN SPORT	
1.1. Psychological features of competitive activity in sports.....	6
1.2. The importance of competition.....	6
1.3. Features of competitive activity	8
Chapter 2. ORGANIZATION AND HOLDING OF COMPETITIONS	
2.1. The importance of competition.....	19
2.2. Types of competition	20
2.3. Competition planning	21
2.3.1. Game systems	22
2.4. Competition rules.....	22
Chapter 3. COMPETITION SYSTEM WITH ELIMINATION FROM THE TOURNAMENT AFTER DEFEAT (OLYMPIC SYSTEM)	
3.1. The importance of the tournament system in which a player leaves the game after losing.....	27
3.2. Disadvantages in the tournament system: leaving the tournament after a defeat	27
3.3. The order of the competition after leaving the tournament.....	28
3.4. Departure from the tournament after the first defeat	29
3.5. Scheme of the system of competitions that are played after a defeat with the participation of different teams	33
3.6. Tournament system with the exit from the game after two losses.....	57
3.7. Time spent in the tournament system with the exit from the game after defeat.....	59
3.8. Table for determining the number of rounds and the number of days of competition depending on the number of teams participating in the competition	60
3.9. The factor of randomness in competitions held after defeat ...	60

Chapter 4. THE ORDER OF CONDUCTING COMPETITIONS ON A PIVOT SYSTEM

4.1. The importance of holding a round robin competition....	64
4.2. The first way	65
4.3. Procedure for the second method	82
4.4. The order of behavior according to the second way of the circular system	83
4.5. Procedure for the third method	96
4.6. The order of behavior according to the third way of the circular system	96
4.7. Determine the number of meetings in the competition.....	107
4.8. Determination of places in the conducted competitions	108

Chapter 5. CONTROL OF FOOTBALL PLAYERS IN COMPETITION AND TRAINING

5.1. Types of pedagogical control.....	113
5.2. Physical assessment	117
5.3. Description of functional, physical condition.....	121
5.4. Repeated effort method.....	138
5.5. Control exercises to assess technical readiness.....	143
5.6. Control exercises	144
References	150

Qaydlar uchun

FUTBOL NAZARIYASI VA USLUBIYATI

Artiqov Asqar Akbarovich

FUTBOL NAZARIYASI VA USLUBIYATI (FUTBOL EVOLYUSIYASI, FUTBOLNING RIVOJLANISH TARIXI)

O'quv qo'llanma

Muharrir: S. Abdunabiyeva

Badiiy muharrir: K. Boyxo'jayev

Kompyuterda sahifalovchi: B. Muxtorov

Nashr. lits. AA № 0038.

Bosishga ruxsat etildi: 05.05.2022 yil.

Bichimi 60x84 1/16. Ofset qog'ozi.

“New Times Roman” garniturası.

Shartli b/t 9,2. Nashr hisob t 9,6.

Adadi 50 dona. 20-buyurtma.

“O‘ZKITOBSAVDONASHRIYOTI” nashriyotida tayyorlandi.
100000, Toshkent, Amir Temur, 25.

«DAVR MATBUOT SAVDO» bosmaxonasida chop etildi.
100198, Toshkent, Qo‘yliq 4 mavze, 46.



182900-5

ISBN 978-9943-7752-1-3



9 789943 775213