

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI JISMONIY TARBIYA VA SPORT
VAZIRLIGI**

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

Mualliflar:

M.S. Olimov, I.R.Soliyev , I.D.G'aniboyev, G'.S.Xo'jamkeldiyev

SPORT PEDAGOGIK MAHORATINI OSHIRISH

(YENGIL ATLETIKA BO'YICHA MUSOBAQA QOIDALARI)

O'quv qo'llanma

5610507 Sport faoliyati (yengil atletika)

CHIRCHIQ 2020

Sport pedagogik mahoratini oshirish (yengil atletika bo'yicha musobaqa qoidalari)/o'quv qo'llanma

Mualliflar:

M.S. Olimov– Yengil atletika nazariyasi va uslubi katedrasining dotsenti, p.f.n., yengil atletika bo'yicha milliy toifali hakam;

I.R.Soliyev - Yengil atletika nazariyasi va uslubi katedrasining v.b. dotsenti, yengil atletika bo'yicha 1 toifali hakam;

I.D.G'aniboyev - Yengil atletika nazariyasi va uslubi katedrasining katta o'qituvchisi, yengil atletika bo'yicha 1 toifali hakam;

G'.S.Xo'jamkeldiyev - Yengil atletika nazariyasi va uslubi katedrasining o'qituvchisi, yengil atletika bo'yicha 1 toifali hakam;

Taqrizchilar:

V.Raximov – O'zbekiston milliy universiteti Taekwondo va sport faoliyati fakulteti dekani, p.f.n., dotsent;

L.V.Smurigina - Yengil atletika nazariyasi va uslubi katedrasining dotsenti, p.f.n.

ANNOTATSIYA

Mazkur o'quv qo'llanma Jahon yengil atletika tashkiloti tomonidan ishlab chiqilgan musobaqa qoidalari asosida yaratilgan bo'lib unda (WA)ning musobaqa qoidalaridan, hujjatlari va yengil atletika sohasida amaliy tajribalar asosida yaratilgan. Barcha ma'lumotlar dolzarb hamda nazariy va amaliy ahamiyatga ega. Ushbu o'quv qo'llanma 5610507 yengil atletika ixtisosligida ta'lim olayotgan talabalar, jismoniy tarbiya va sport sohasida faoliyat yuritayotgan ta'lim muassasalari jismoniy tarbiya o'qituvchi va trenerlari uchun mo'ljallangan.

АННОТАЦИЯ

Он был создан на основе соревнований, разработанных по инициативе Всемирной федерации легкой атлетики (wa), которые были созданы на основе соревнований, драйверов и нападений на легкой атлетике. Все данные имеют как теоретическое, так и практическое значение. В этом учебном заведении будут обучаться студенты занимающиеся 5610507 легкой атлетикой, а также тренеры в сфере физической культуры и спорта.

ANNOTATION

It was created based on the World Athletics Federation (WA)-initiated competition, which was based on the competition, drivers and offense in athletics. All data have both theoretical and practical value. This educational institution will train students of the involved 5610507 in athletics, as well as coaches in the field of physical culture and sports.

Kirish

Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa, yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish, shuningdek, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish ishlarini tizimli tashkillashtirish hamda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga yo'naltirilgan keng ko'lamli ishlar amalga oshirilmoqda.

Yurtimiz vakillarining Olimpiya o'yinlari, jahon chempionatlari, Osiyo o'yinlari va chempionatlari hamda xalqaro musobaqalarda yuksak natijalarga erishayotgani, dunyoda O'zbekistonning obro'-etibori va sport salohiyati yanada oshayotgani, respublikamiz hududlarida jahon andozalariga mos muhtasham sport inshootlari barpo etilayotgani, o'quvchi va talaba-yoshlar o'rtasida uch bosqichdan iborat "Umid nihollari", "Barkamol avlod" va Universiada sport o'yinlari ommalashib borayotgani, ayniqsa, etiborlidir.

Shu bilan birga, mamlakatimizning barcha hududlarida ommaviy sportning inson va oila hayotidagi muhim ahamiyati, uning jismoniy va manaviy sog'lomlikning asosi ekanini targ'ib-tashviqot qilish, hayotga katta umid bilan kirib kelayotgan yoshlarni zararli odatlardan asrash, ularga o'z qobiliyat va istedadlarini ro'yobga chiqarishlari uchun zarur shart-sharoitlar yaratish, ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish hamda maqsadli tayyorlash tizimini takomillashtirish borasida muhim va dolzarb vazifalar turibdi.

1. UMUMIY HOLAT

Ushbu yengil atletika musobaqa qoidalarini Jaxon yengil atletikasi (WA) qoidalariga asosan ishlab chiqilgan. O'zbekiston respublikasi sportchilarining hamma rasmiy musobaqalari, shuningdek chet el sportchilari ishtirokidagi ochiq musobaqalar ham shu qoidalarga binoan o'tkaziladi.

Xalqaro rasmiy musobaqalar (Olimpiya va Osiyo o'yinlari, jahon chempionati, Osiyo va jahon kubogi, hududiy jamoa chempionatlari yoki o'yinlari (bir necha WA a'zolari o'rtasidagi uchrashuvlar) O'zbekiston zaminida WA qoidalarini asosida o'tkaziladi.

Sportchilarining ko'rsatkichlari qayd qilinishi uchun ularning natijalari rasmiy musobaqalarda ko'rsatilgan bo'lishi, asbob uskuna va jihozlar talabga javob berishi, har bir sportchi ikkita shahsiy va bitta jamoaviy (estafeta) turlarida qatnashishi shart.

1.1. Yengil atletika turlari

1.1.1. Rekord, yuqori natijalar qayd qilinadigan yengil atletika turlari 1-jadvalda keltirilgan.

1.1.2. Birinchi jadvalda ko'rsatilmagan turlardan tashqari ham, masalan, alohida mashqlar, shtanga ko'tarish, to'ldirma to'p uloqtirish (meditsinbol) shu mashqlardan, turli xil ko'pkurashlar tuzish va hokazo musobaqa dasturiga kiritishga ruxsat etiladi. Ushbu holatda musobaqa nizomida shu turlarni bajarish qoidalarini to'liq va aniq yozilishi shart. Bu turlarda rekord yoki yuqori natija qayd qilinmaydi.

Shartli belgilar:

U - musobaqa o'yingohda o'tkaziladi. B - musobaqa binoda o'tkaziladi. SH - musobaqa shosseda, shahar va qishloq ko'chalarida o'tkaziladi. D - musobaqa tabiiy sharoitda o'tkaziladi (kross). R - rekord qayd qilinadi. K - yuqori ko'rsatkich qayd

qilinadi. "+" musobaqa rekord va yuqori ko`rsatkich qayd qilinmaydi. "—" musobaqa o`tkazilmaydi.

1.1.3. Shahar ko`chalarida, yo`laklarida, shosseda istagancha bosqichli estafeta musobaqalarini o`tkazishga ruxsat etiladi. Bu estafetalarda aralash jamoalar, ya'ni erkak va ayollar, qiz va o`spirinlar qatnashishi mumkin. Yugurish bosqichlarining uzunligi ishtirokchilar yoshiga mos kelishi shart (1- jadvalga qaralsin).

1.1.4. 1 km.dan 30 km.gacha jamoalar o`rtasida yugurish bo`yicha musobaqalar o`tkazishga ruxsat beriladi.

1.1.5. Ikki yoki bir necha shahar va qishloqlar o`rtasida yugurish bo`yicha musobaqalar o`tkazishga ruxsat etiladi. Masofaning uzunligi musobaqa nizomida aniq ko`rsatilishi kerak.

1.2. Musobaqa nizomi

1.2.1. Musobaqalar nizomga asosan o`tkaziladi. Nizom musobaqa o`tkazuvchi tashkilot tomonidan puxta ishlab chiqiladi va tasdiqdan o`tadi.

Musobaqaga puxta tayyorgarlik ko`rish uchun ishtirok etuvchi Hamma tashkilotlarni o`z vaqtida musobaqa nizomi bilan tanishtirish lozim.

Musobaqa nizomi quyidagi bandlardan iborat bo`lishi kerak:

- a) musobaqani maqsadi va vazifasi;
- b) o`tkazilish vaqti va joyi;
- v) musobaqa rahbariyati;
- g) ishtirokchi tashkilotlar va musobaqa ishtirokchilari;
- d) musobaqa dasturi (o`tkaziladigan kunlari, soatlarigacha taqsimlangan bo`lishi kerak);
- e) shaxsiy va jamoa birinchiligini aniqlash tartibi va sharoitlari;
- j) g`oliblarni aniqlash va ularni mukofotlash;
- z) musobaqa ishtirokchilarini va tashkilotlarni qabul qilish tartibi;
- i) talabnomalarni (zayavka) berish vaqti va sharti;

1.2.2. Musobaqa nizomi WA tomonidan ishlab chiqilgan va tasdiqlangan qoidalariga asosan tuziladi.

1.3. Musobaqalarning turlari

Hamma musobaqalar o'z ko'lamida va ma'nosiga binoan shartli ravishda turli xil darajaga oid bo'ladi:

1.3.1. Eng yuqori daraja (O'zbekiston uchun) - O'zbekiston chempionati, "Umid nihollari", "Barkamol avlod", Universiada, va Respublika kubogining final bosqichi, ko'ngilli sport jamiyatlar va sport klub (KSJ) chempionati, Respublikada o'tkaziladigan xalqaro musobaqalar, viloyat, shahar va tuman miqyosidagi musobaqalari, jismoniy tarbiya jamoalaridagi musobaqalar.

1.3.2. Musobaqalar shaxsiy, jamoaviy va shaxsiy-jamoaviy turlariga bo'linadi. Musobaqalarning xususiyati har bir holda shu musobaqa nizomiga asosan aniqlanadi.

1.3.3. Shaxsiy musobaqalarda texnik natija, har bir sportchi hisobiga hal qilinadi va shunga binoan uning musobaqadagi o'rni aniqlanadi.

1.3.4. Jamoaviy musobaqalarda jamoa birinchiligi hal qilinadi, shundan so'ng jamoaning shu musobaqadagi o'rni aniqlanadi.

1.3.5. Shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda sportchining texnik natija ko'rsatkich sportchi uchun alohida hamda uning jamoasi uchun alohida olinadi va ularni musobaqada egallagan o'rinlari aniqlanadi.

1.4. Maxsus musobaqalar

1.4.1. Saralashga taqsimlovchi musobaqalar ishtirokchilarga sport razryadini tasdiqlash, bajarish yoki sport mahoratini oshirish imkoniyatini berish maqsadida o'tkaziladi. Ishtirokchilarni saralash boshqa rasmiy musobaqalarda ko'rsatgan natijalarni hisobga olgan holda ham o'tkazilishi mumkin.

1.4.2. Razryadlik musobaqalar asosan ma'lum bir razryadlik sportchilar uchun o'tkaziladi. Yuqori razryadli sportchilarga past darajali musobaqalarga qatnashishga ruxsat beriladi.

1.4.3. Saralash musobaqalarda son jihatdan ko'p sportchilar yig'ilganda kuchlik sportchilarni asosiy musobaqada saralash maqsadida o'tkaziladi. Uzunlikka, uch hatlab sakrash va uloqtirish turlarning saralash musobaqalarida sportchiga uch marta urinishi uchun ruxsat beriladi. Balandlikka va langar cho'p bilan sakrash saralash musobaqalar 6.6.3 bandda ko'rsatilgan talablarga binoan o'tkaziladi.

Saralashda belgilangan natijani bajargan sportchi keyingi urinishlardan ozod qilinadi. Asosiy musobaqalarga saralashda belgilangan natijani bajargan sportchilar qatnashish huquqiga ega. Agarda saralashda belgilangan natijani bajargan sportchilar soni oz bo'lsa bosh hakam tomonidan yoki oldindan nizomda musobaqaning shu turiga asosiy bellashuvda ishtirokchilar soni qanchaligi aniqlanganicha qatnashadi. Agarda saralash musobaqalarida bir necha ishtirokchi bir xil past natija ko'rsatsalar, ularning hammasiga (8 kishidan kam bo'lganda) asosiy musobaqaga qatnashish uchun ruxsat beriladi.

Balandlikka va langar cho'p bilan sakrash saralash musobaqalarida bosh hakam musobaqa davomida saralash o'lchovini pasaytirish huquqiga ega.

Musobaqani final qismida ko'rsatilgan natija hisobga olinadi. Asosiy musobaqaga yo'llanma ololmagan sportchilarning musobaqadagi o'rnini saralash musobaqalarida ko'rsatgan natijalariga binoan aniqlanadi.

1.5. Natijalarni baholash

1.5.1. Jamoaviy va shaxsiy-jamoaviy musobaqalar o'tkazilganda jamoalarni va alohida sportchilarni egallagan o'rinlarini aniqlash uchun qabul qilingan nizomda ko'rsatilgan musobaqa natijalarini baholash jadvalidan foydalaniladi. Natijalarni baholashda "Yengil atletikada natijalarni baholash jadvali" yoki sportchilarni musobaqada egallagan o'рни va boshqa ko'rsatkichlaridan foydalaniladi.

1.5.2. Shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda, yuqorida qayd qilib o`tilgan jadvalga muvofiq baholanganda jamoa birinchiligini aniqlash eng yaxshi natijalar musobaqalarining qaysi bir tabaqasida ko`rsatilganligiga qaramasdan jamoa hisobiga o`tkaziladi.

1.5.3. Agar natijalarni baholash sportchilarni egallagan o`rniga qarab aniqlansa, belgilangan qoidaga muvofiq hisoblanadi. Shuningdek, egallagan o`rinlarni aniqlab bo`lmasa, o`rinlar va yig`ilgan ochkolarni taqsimlab chiqish kerak.

1.5.4. Ayrim jamoaviy hamda shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda sportchilar yuksak sport ko`rsatkichlari (xalqaro sport ustasi natijasi, jahon rekordi ) o`rnatilsa, ularni qo`shimcha ochkolar bilan rag`batlantirish musobaqa nizomida ko`rsatilishi kerak.

1.6. Musobaqalarni bekor qilinishi

1.6.1. Musobaqalarni bir yoki bir necha turlarini yoki dasturdagi hamma turlarni bekor qilishga musobaqalarni o`tkazuvchi tashkilotni huquqi bor. U bosh hakamni o`z qarori bilan yozma ravishda ogohlantirishi zarur.

1.6.2. Bosh hakam musobaqani qoldirish vaqtini kechiktirishi, boshlangan musobaqani to`xtatishi yoki tanaffus e`lon qilish huquqiga ega, mabodo:

a) musobaqa joyi yaroqsiz yoki tayyor bo`lmasa;

b) sport jig`ozlar yoki asbob-uskunlar bo`lmasa, qoidaga mos kelmasa, tayyor bo`lmasa yoki ishdan chiqqan bo`lsa;

v) musobaqalarini o`tkazishga to`siqlik qiluvchi noqulay sharoit (kuchli yomg`ir, qor) paydo bo`lsa, qorong`i tushib qolsa yoki musobaqalarni olib borish talabini buzadigan sabablar paydo bo`lsa;

g) tibbiy xodim bo`lmasa;

Shunga o`xshash hollarda jamoaviy va shaxsiy-jamoaviy musobaqalar o`tkazilsa natija jamoa hisobiga o`tadi, lekin shaxsiy birinchilik o`ynalmaydi.

1.7. Ariza va e`tirozlar

1.7.1. Jamoa a'zolarida yoki jamoa vakilida musobaqani olib borish to'g'risida birorta e'tiroz va ikkilanish paydo bo'lsa, shuningdek ayrim vakillarni fikricha musobaqalar noto'g'ri olib borilayotgan bo'lsa, hakamlarni hatti-harakati, hukumidan norozlik bildirib murojaat qilishlari mumkin.

1.7.2. Ariza rasmiy vakil tomonidan musobaqa olib borilayotgan paytda og'zaki bildirilishi mumkin (tushunmovchiliklar sodir bo'lgandan so'ng 1 mobaynida). Agarda og'zaki aytilgan talabnomadan so'ng biror bir ijobiy qarorga kelishilmasa yoki jamoa vakili qabul qilingan qarordan qanoatlanmasa, u o'z noroziligini dalillar bilan asoslab yozma ravishda (musobaqa o'tkazayotgan tashkilot rahbariyatiga) shikoyat qilishi mumkin.

E'tirozlar musobaqani bosh hakami yoki shu turning bosh hakamiga ushbu turdagi natijalarni rasmiy ravishda e'lon qilingandan so'ng, 30 daqiqa davomida musobaqani yakunlash uchun hakamlar hay'ati yig'ilishidan oldin berilishi lozim. Agarda bu mumkin bo'lmasa sportchi haqidagi norozilik yoki e'tiroz bildirganda shu sportchiga musobaqani davom ettirishga shartli ravishda musobaqaga qatnashishga ruxsat beriladi. E'tirozni ko'rib chiqishda hakamlar har xil isbotlovchi dalillardan shu bilan birga fotomarra rasmidan, kameradan, rasmiy shaxslardan tuzilgan guvohlarni so'rashlaridan foydalanishi mumkin.

E'tirozning javobi yozma holda bosh hakamni xotimasi yoki hakamlar hay'ati majlisini bayonotnomasi bilan tasdiqlanadi. Agar vakil o'z e'tiroziga bosh hakam tomonidan berilgan javobdan qanoatlanmasa appelyatsiya jurisiga murojaat qilishi mumkin.

1.7.3. Sportchilarni musobaqada qatnashishi u yoki bu sport jamoalariga tegishli bo'lishiga oid bo'lgan ariza va e'tirozlar, shu musobaqaga yo'llanma beradigan guruhlar yoki musobaqa o'tkazuvchi tashkilotga yo'llanadi.

1.8. Musobaqa o'tkazadigan tashkilot

1.8.1. Yengil atletika musobaqalarini asosan sport tashkilotlari: O'zbekiston yengil atletika federatsiyasi, jismoniy tarbiya va sport boshqarmasi, boshqarma va kengash muassasasi (idorasi) ko'ngilli sport jamoa kengashlari, sport maktablari, sport klublari jismoniy tarbiya jamoalari va h.k.lar o'tkazishadi.

Shu bilan birga musobaqalarni davlat va jamoatchilik tashkilotlari, ro'znoma va oynoma tahririyatlari bilan hamkorlikda o'tkazishlari mumkin.

Yuqori sport tashkilotlari o'z tassarufidagi sport boshqarmalari yoki ko'ngili sport jamoasining kengashi va muassasiga musobaqalarga tayyorgarlik ko'rish va ularni o'tkazishni topshirishlari mumkin.

1.8.2. Har bir musobaqaga barvaqt, puxtalik bilan tayyorgarlik ko'rilib, u uyushqoqlik bilan o'tishi, yuqori sport natijalari ko'rsatishga yordam berishi, eng kuchli jamoa va sportchilarni aniqlashga, sportni tashviqot qilish vositasi, sportni qiziqarli tomoshaga aylantirish mumkin.

1.8.3. Musobaqani tayyorlash va uni o'tkazish ma'suliyati tamomila uni o'tkazadigan tashkilot, hakamlar hay'ati va musobaqa o'tadigan sport inshootining rahbari zimmasiga yuklanadi.

1.8.4. Musobaqani o'tkazadigan tashkilot musobaqa nizomini ishlab chiqadi va uni tasdiqlaydi.

Agar kerak bo'lib qolsa, u nizomga aniqlik va o'zgarish, muddatini o'zgartirishi yoki musobaqani bekor qilganini o'z vaqtida ishtirokchilar va aloqador tashkilotlarga yetkazishi kerak.

1.8.5. Musobaqani tashkil qilingan (o'tkazadigan) tashkilot, uni o'tkaziladigan joyini aniqlaydi va tashkiliy-xo'jalik tadbirlarini yechish uchun:

a) sport inshootini belgilaydi (ijaraga oladi) o'yingoh, manej, kross uchun yo'lakchalar (trassa) tayyorlaydi va h.k.

b) agar zaruriyat tug'ilsa qo'shimcha texnik vositalar, jihozlar (foto marra, sakrash va uloqtirish ko'rsatkichlarini o'lchaydigan apparatlar, videokameralar, aloqa vositalari (telefon va radio stantsiyalar, kompyuter, ko'paytirish apparaturalari va h.k. avtomobillar) yengil mashina (radio, tibbiyot, militsiya uchun va h.k.).

v) hakamlar hay'ati bilan birgalikda sport inshootlarini tayyorligini tekshirib chiqadi.

1.8.6. Musobaqa o'tkazuvchi tashkilot tan'tanali marosimlar (musobaqani ochilishi va yopilishi, sovrindorlarni rag'batlantirish) rejasini bosh hakamlar hay'ati bilan kelishib olishi shart. Musobaqa o'tkazuvchi tashkilot vakillari hakamlar hay'ati bilan birgalikda musobaqani ochilishi va yopilishi, sovrindorlarni rag'batlantirish marosimlari tadbirlarini tuzishga qatnashishlari mumkin.

1.8.7. Musobaqalarni tashkil qiladigan tashkilot (idora), ushbu musobaqani hakamlar bilan ta'minlashga bevosita ishtirok etadi, shuning uchun;

a) hakamlar hay'ati bilan birgalikda tegishli bosh hakamlar hay'ati va hamma hakamlar tarkibini musobaqalar nizomiga binoan to'plashi kerak (sm.3.1. va 3.2.);

b) bosh hakamning taqdimiga binoan murabbiylar kengashida o'zaro kelishilgan musobaqa jadvalini tasdiqlaydi;

v) tibbiy idoralar bilan birgalikda sportchilarga tibbiy xizmatni tashkil qiladi;

g) kerak bo'lsa dopingga qarshi mutaxassislar va hakamlar hay'ati bilan birgalikda dopingga qarshi nazorat uyushtiradi (2.4.4. bandga qaralsin);

d) hakamlar hay'ati bilan birgalikda, musobaqaga sportchilarni qatnashish huquqini beradigan hay'at ishini tashkil qiladi va shu qo'mita ishi moboynda uchraydigan har xil kelishilmovchiliklarni yechishga yordam beradi;

e) mukofotlash, sport musobaqalari uchun sovrinlarni tayyorlaydi (rag'batlantiruvchi talonlar, medallar, shahodatnoma, shaxsiy va jamoa yorlig'i), mukofotlashni boshqarib turadi (faxrli mehmonlar, sport faxriylari, xizmat ko'rsatgan sportchilar va ustozlar) va mukofotni topshirishni nazorat qiladi;

k) hakamlar hay'ati bilan birgalikda shu musobaqaga ta'luqli hujjatlarni chop etish, ko'paytirish va musobaqaning yakunlovchi hujjatlarni tayyorlaydi.

1.8.8. Musobaqa o'tkazadigan tashkilot, mahalliy tashkilotlar va sport inshootlari rahbariyatlari bilan hamkorlikda musobaqani tashviqot qilish va tomoshabinlarni chorlashda:

a) rang-barang dasturlar, xotira nishonlar, vimpellar, yodgorliklarni ishlab chiqarishni tashkil etadi (maxsus idoralar bilan);

b) musobaqani keng ko'lamda radio, televidenie, ro'znomalar orqali targ'ibot qilishni tashkil qiladi;

v) nufuzli musobaqalarda ("Umid nihollari", "Barkamol avlod", "Universiada" mamlakat chempionati va kuboklari v.h.k.) maxsus matbuot-markazini tashkil qiladi, sport sharhlovchilarining ish sharoitini ta'minlaydi. Matbuot markazi bilan hamkorlikda matbuot yig'ilishini tashkil qiladi.

1.8.9. Yuqorida, ya'ni 1.8.5 - 1.8.8 bandlarda ko'rsatilgan masalalarni yechish uchun, musobaqa o'tkazadigan tashkilot musobaqa rahbarini, nufuzli musobaqalarda esa tashkilot, tashkiliy qo'mitani tuzadi.

1.8.10. Ushbu musobaqa o'tkazadigan tashkilotni vakili, musobaqani bosh hakami, musobaqa o'tkaziladigan joyni vakili bilan birgalikda sport inshootlarini musobaqa o'tkazishga tayyorligi, sodir bo'ladigan xavfsizlikni ta'minlash haqidagi qaydnomaga imzo chekib tasdiqlaydi.

1.9. Sport inshootlari va ularni jihozlash

1.9.1. Sport inshootini musobaqa o'tkazishga sifatli tayyorlashda va musobaqani o'tkazishda, sport inshootining ma'sul xodimi musobaqa o'tkazadigan tashkilot bilan birgalikda javobgar.

1.9.2. Sport inshootining rahbari musobaqani o'tkazishga va sportchilarni qatnashishlariga yaxshi sharoit tug'dirishi shart:

a) ustav oshxona, yechinib kiyinadigan xona va yuvinishxonasining soni va sanitariya holati joriy qilingan o'lchovga mos kelishi shart;

b) chigal yozdi mashqlari o'tkazadigan joylar, kiyinish yechinish xonalari, kerak bo'ladigan asbob-uskunlarini tayyorlash;

v) sportchilarning start oldidan to'planish joyi aniqlanishi va sektorlar jig'ozlanishi kerak;

g) Har bir musobaqa o`tkazadigan joy musobaqa qoidasiga to`liq javob berishi va shu musobaqaga kerakli asbob-uskunlar bilan jig'ozlanishi kerak;

d) asbob-uskunalar, jig'ozlarni ulchovdan o`tkazadigan o`lchov vositalari (torozi, qolip va hokazo) sport inshootida bo`lishi shart;

e) o`lchov-asboblarni va apparaturalarni pasporti va davlat nazorat tashkilotining tekshirgani to`g`risida tamg`asi, ishlatishga ruxsat berilganligi, belgilangan muddati to`g`risidagi guvohnomasi bo`lishi kerak;

j) sport inshootida fotomarra apparaturalari ishlashi uchun mustahkam o`rnatilgan statsionar (ko`chmaydigan joy bo`lmasa apparaturalarini ishlashi uchun kerak bo`lgan jig'ozlarni vaqtinchalik qo`yish joyi olinib apparaturalarini qo`yadigan joyi va binosi hamda akkumulyator va kabellar tarmog`i), ularni ish holatini nazorat ostida olib turish, chizmalarni mavjudligi va ularni o`tkazilishni ta'minlash sport inshootini ma'sul xodimini zimmasiga yuklatiladi;

z) sport bazasini mavsum boshida musobaqalarni o`tkazish uchun tayyor qilib, musobaqa qoidalariga javob beruvchi asbob-uskuna va jig'ozlar bilan ta'minlashi kerak.

1.9.3. Sport inshootining rahbari, sport inshootini musobaqaga tayyorligi to`g`risida rasmiy hujjatga imzo chekib, musobaqa davomida sport inshootidagi sportchilar, hakamlar, tomoshabinlar va boshqa shaxslarni xavfsizligini shu joyda ta'minlashga ma'sul.

1.9.4. Sport inshooti musobaqaning a'lo tarzda yoritishi uchun sportchilarni, hakamlarni, tamoshabinlarni, matbuot (radiotarmoq, musobaqa joylaridagi tablo, bir joyda o`rnatilgan harf-raqam tablo, namoyish bayonotnomasi ko`rsatkichlar va h.k.) vositalari bilan ta'minlashi shart.

1.9.5. Sport inshootining ma'muriyati hakamlar hay'atini va tashkilotchilarini ixtiyorida ishlash uchun bino, hakamlarga tribunadan joylar, hakamlar xonalari, ko'tiblik, yig'ilish o`tkazadigan, mukofotlash guruhi, ishtirokchilarni musobaqaga ruxsat berish hay'ati, bosh hakam, matbuot markazi, doping nazorati va h.klar zarur

jig'ozlari, yoritish vositalar (chiroqlar), telefonlar bilan, binoni ko'rsatadigan belgilar va boshqa sharoitlarni yaratib berishi shart.

Sport inshootining rahbarlari ishtirokchilarga va hakamlar hay'atiga quyosh va yomg'irdan himoya qiladigan joy tayyorlab berishi shart.

1.9.6. Sport inshootining sportchilarga tibbiy xizmat ko'rsatish hamda zarur bo'lib qolsa musobaqaga kelgan boshqa shaxslarga, tamoshabinlarga tez tibbiy yordam ko'rsatishga sharoit yaratib berishi kerak.

1.9.7. Sport inshooti rahbariyati musobaqa ishtirokchilarini dopingga qarshi nazoratdan o'tkazishga sharoit yaratib berishi kerak.

1.9.8. Sport inshootida tayyorgarlik ko'rish joyi bilan, sportchilarni musobaqaga chiqish joyi, hakamlar o'rindiqlari, kotiblar, matbuot markazi va boshqa musobaqa o'tkazilayotgan binolar bilan aloqa qiladigan telefon tarmoqlari bo'lishi kerak.

1.9.9. Sport inshootida sport o'yinlarini borishi to'g'risida oynai jahon, sur'at muxbirlarini (aniq ish joyi bog'ich belgi va h.k.) matbuot xodimlarini ishlashlari uchun sharoit yaratib berishi kerak.

1.9.10. Musobaqa boshlanishidan oldin sport inshooti bayroqlar, shiorlar, tabriknomalar bilan bezatilgan bo'lishi kerak.

1.9.11. Sport inshootining rahbariyati musobaqani tantanali marosimlari uchun zarur bo'lgan jig'ozlar bilan ta'minlash kerak.

1.9.12. Sport inshooti rahbari texnika xavfsizligi va jamoatchilik o'rnatish tartibi uchun ma'sul bo'ladi.

1.9.13. Musobaqalar o'tkazadigan kunlarda sport inshooti rahbari bufetlar ishini, ishtirokchilar, hakamlar, vakillar, matbuot xodimlari va tamoshabinlar ovqatlanish joyini tashkil qiladi.

2. MUSOBAQA ISHTIROKCHILARI

2.1. Ishtirokchilarning yoshi

2.1.1. Musobaqa ishtirokchilari yoshlariga qarab guruhlariga bo'linadi.

2.1.2. Ishtirokchilarni qaysi yosh guruhida aloqadorligi ularning tug'ilgan yili bilan aniqlanadi (tug'ilgan kuni hisobga olinmaydi).

O'smirlar guruhi: qiz va o'g'il bolalar 11-13 yosh

guruhcha 11 yosh

guruhcha 12 yosh

guruhcha 13 yosh

Kichik o'smirlar guruhi qizlar va o'g'il bolalar 14-15.

Katta guruh qizlar va o'g'il bolalar 16-17 yosh.

Kattalar-o'smirlar ayollar va erkaklar 18 yoshdan katta.

Umumiy sportchilar guruhidan o'spirinlar guruhini ajratish mumkin (ayollar va erkaklar 18-19 yosh), yoshlar guruhi (20-22 yoshdagi ayol va erkaklar), katta yoshdagi guruhi (35 yosh va undan katta ayollar va erkaklar 40 yosh va undan katta yoshdagilar, 50-60, 60 va undan katta yoshdagilar), bular uchun alohida musobaqa o'tkazilishi, shu bilan birga umumiy musobaqaga katta yoshdagilar uchun hisob-kitob alohida o'tkaziladi.

2.1.3. U yoki bu yosh guruhidagi sportchilari musobaqa qoidasiga binoan boshqa yoshdagi guruhlarining musobaqasiga qatnashishga ruxsat berilmasligi mumkin.

Kichik yoshdagi o'smirlar guruhidagi o'smir qizlar va o'g'il bolalar, katta yoshdagi o'smirlar. kattalar musobaqasiga faqat shaxsiy birinchiligiga qatnashishi mumkin.

2.1.4. O'spirinlar guruhiga kiradigan ayol va erkaklar, o'spirinlar yoki katta yoshdagilar musobaqasiga umumiy asosda qatnashishi taqiqlanmaydi.

Shu guruh uchun (o'smirlar) o'tkaziladigan musobaqalarda katta yoshdagi sportchilar qatnashishi man etiladi.

Agar umumiy (jamoaviy) musobaqalarda yoki boshqa yosh guruhclarda hisob (sinov) alohida bo'lsa, katta yoshdagilarni musobaqasiga jamoalar safida qatnashish mumkin. Shu holda o'spirinlarni natijasi umumjamoa hisobiga o'tadi.

O'smir va o'spirinlar katta yoshlar umumiy musobaqasida shaxsiy birinchilik uchun kurashish huquqini saqlab qoladi.

2.2. Ishtirokchilarni musobaqaga qatnashishlariga ruxsat berilishi va talabnomalar

2.2.1. Musobaqa ishtirokchilari, tashkilotlar tomonidan musobaqani rasmiy nizomida ko`rsatilgan vaqtida berilgan talabnoma asosida ishtirok etishlari mumkin.

Musobaqaning rasmiy nizomida belgilangan talabnoma asosida ishtirokchilarga musobaqaga ishtirok etishga ruxsat beriladi.

2.2.2. Nomma-nom (ismi yozilgan) talabnoma (4 ilova 1 shakl) erkaklar va ayollar alohida to`ldirilib, musobaqaning rasmiy nizomiga va ushbu qoidaga mos to`ldirilishi kerak.

Talabnomani hamma kataklari to`ldirilib, tashkilot rahbari, shifokor imzosi va muhir bilan tasdiqlangan bo`lishi shart. Ushbu shartlar bajarilmasa talabnoma hakamlar hay'ati tomonidan qabul qilinmaydi.

2.2.3. Musobaqa boshlanishi oldidan kelgan yangi ishtirokchilarga ruxsat uchun qo`shimcha talabnoma (musobaqalar boshlanishidan bir soat oldin) berilishi kerak, u ko`zda tutilgan nomma-nom talabnoma shaklida bo`lishi kerak.

2.2.4. Musobaqa dasturi turlariga ishtirok etish uchun beriladigan talabnomalardagi ishtirokchilarni o`rnini almashtirishda guruh vakili tomonidan tasdiqlangan boshqa talabnoma beriladi. Talabnoma berish huquqi guruhning maxsus vakili tomonidan musobaqa kotibiyatiga, bosh hakamni ruxsati bilan beriladi.

2.2.5. Qo`shimcha talabnomalar berish va talabnomalar o`rnini almashtirish musobaqa boshlanishdan bir soat oldin qabul qilinadi. Bosh hakam bilan kelishilgan holda talabnomalar berish va talabnomalar o`rnini almashtirish muddatini bosh hakamni o`zi belgilashi mumkin.

2.2.6. Musobaqalarga kerakli tayyorgarlikka ega bo`lgan va tibbiyot ko`rigidan o`tgan shaxslar qo`yiladi. Shifokor ruxsat berganligini tasdiqlovchi hujjat, bu sportchining toifa kitobchasi yoki har bir sportchining ismi-sharifi qarshisida shifokor muhri bosilgan talabnoma yoki har bir sportchi uchun alohida belgilangan nusxali (obrazets) ma'lumotnoma bo`lishi shart.

2.3. Musobaqaga qatnashish tartibi

2.3.1. Sakrash, uloqtirish (yadro itqitish)da musobaqa ishtirokchilarning ketma-ketlikgi hakamlar hay'atining tomonidan oldindan qur'a tashlash (jerebevka) yordamida aniqlanadi. Qur'a tashlash joyi va vaqti haqida musobaqaga ishtirokchi tashkilot vakiliga ma'lum qilinadi. Ular shu sport turi hakamlari bilan qur'a tashlashga ishtirok etishlari shart, vakilsiz qur'a tashlab sportchilarni ketma-ketligini aniqlash inobatga o'tmaydi.

Qur'a tashlash natijalariga qarab musobaqa ishtirokchilarning ism-shariflari birin-ketin bayonnomaga (qarorga, protokolga) kiritiladi.

Saralash (kvalifikatsion) musobaqalarida ishtirokchi sportchilarning ketma-ketlik tartibi saqlanib qolinmaydi, balki asosiy musobaqaga ishtirokchilar uchun yangitdan qur'a tashlanadi. Bunda Qur'a tashlash tartibi musobaqaning final-yakuniy qismiga qatnashishda ham saqlanadi.

2.3.2. Saralash yoki asosiy musobaqalarda ishtirokchilar soni ko'p bo'lsa, ular guruhlariga bo'linadi (har bir guruhda 12-20 kishi).

Uloqtirish, uzunlikka va uch hatlab sakrashning saralash musobaqasi hamda asosiy musobaqalarida sportchilar bir joyda yoki bir necha joyda bir vaqtning o'zida musobaqaga qatnashishlari shart.

Balandlikka sakrash va langar cho'p bilan sakrashda (agar saralash musobaqalari o'tkazilmasa) maydonda (o'yingohda) musobaqa o'tkazish joylarining soniga qarab sportchilar guruhlariga bo'linadi.

Musobaqa bir vaqtda tugashi uchun joylarda, musobaqa oldindan belgilangan balandlikda boshlanadi. Balandlikka sakrashda bir xil ko'rsatkichga ega bo'lgan sportchilarni bir guruhga yig'ish shart bo'lib, ular bir xil balandlikda va musobaqani bir joyda davom ettirishadi. Sportchilar tayyorgarlik darajalari hamda yil mobaynida ko'rsatgan sport natijalariga qarab guruhlariga taqsimlanadi va har bir guruhda musobaqa oxirigacha olib boriladi. Bunday holda musobaqadan oldin yuqori natija ko'rsatgan sportchilar umumiy guruhga qo'shilmaydi.

Musobaqa ishtirokchilarini guruhlarga bo'lib musobaqani bir-necha joyda o'tkazishga hamma ishtirokchilarga bir xil sharoit yaratib berilgandan so'ng ruxsat beriladi (musobaqa o'tkaziladigan joyning sifati, shamolning yo'nalishi va hokazo).

Yuqorida ko'rsatib o'tilgan hollarda sportchilarni guruhlarga bo'lish va musobaqa o'tkazish joylari hamda guruhdagi ishtirokchilarning tartibi, ya'ni birin-ketinligi qur'a tashlash yordamida aniqlanadi. Jamoa va shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda guruhlarga taqsimlash uchun ishtirokchi guruhlar o'rtasida qur'a tashlanadi.

Balandlikka sakrash langar cho'p va boshqa turlari va uloqtirish musobaqalarini yakuniy (final) qismida qatnashish tartibini aniqlash uchun yangitdan qur'a tashlanadi.

2.3.3. Yugurish (yurish)da ishtirokchilarni bosqichlarga hamda yo'lakchalarga taqsimlash yoki aylanalardagi 5.1.3.-5.1.5.chi bandlar talablari asosida amalga oshiriladi (finallar), tayyorgarlik joylari.

Bunda qur'a tashlash 2.3.1.bandda ko'rsatilganidek o'tkaziladi.

2.3.4. Ko'pkurashning ayrim turlariga qatnashish (yugurish, sakrashlar va uloqtirishlardagi ketma-ketligi) qur'a tashlash yordamida aniqlanadi. Buni hakamlar hay'ati har bir tur uchun alohida aniqlaydi (8.2.2.chi bandga qaralsin).

Ko'pkurashchilar soni ko'p bo'lsa, ular 12-20 kishidan iborat guruhlarga taqsimlanadi va tartib bilan ko'pkurash turlariga ishtirok etadilar.

Ishtirokchilar guruhlarga bo'linib, guruhlardagi sportchilar musobaqani o'zlari tanlagan boshlang'ich balandlikda boshlaydilar.

2.4.Ishtirokchilarning huquqlari va majburiyatlari

2.4.1. Ishtirokchi o'z turining qoidasi, nizomi va musobaqa o'tkazish sharoitlarini bilishi shart.

2.4.2. Musobaqa ishtirokchisiga musobaqa paytida hakamlardan boshqa hech kimning yordam berishga huquqi yo'q (5.3.2.; 5.8.4.; 5.10.1.;chi bandlardan qaralsin).

Murabbiylarning ko`rsatmalari (shu bilan birga bosib o`tilgan masofa vaqtini aytish) va ular tomonidan boshqa turdagi yordam berish man etiladi (5.8.5.chi qaralsin). Agar qoidalar buzilsa, musobaqa ishtirokchisi birinchi bor ogohlantiriladi, yana qaytarilganda esa sportchi musobaqadan chetlantiriladi. Shu fursatgacha ko`rsatilgan vaqt hisobga olinmaydi.

2.4.3. Musobaqa ishtirokchisi tartibsizlik qilsa yoki o`zini boshqa sportchilar, hakamlar va tamoshabinlarga nisbatan yomon tutsa unga ogohlantirish e`lon qilinadi, qayta takrorlanganda esa u musobaqadan chetlantiriladi. Agar musobaqa ishtirokchisi qoidani qo`pol darajada buzsa, uni ogohlantirilmadan musobaqadan chetlantiriladi.

2.4.4. Ishtirokchiga musobaqadan oldin va musobaqa vaqtida doping qabul qilish taqiqlanadi. Ya`ni sportchining ruxiy va jismoniy holatini soxta yaxshilovchi, shu bilan birga sport natijalarini oshiruvchi dori darmonlar, iste`mol qilish qatiyan man qilinadi.

Sportchi hakamlar hay`atining talabnomasiga binoan tekshiruvdan o`tishi shart. Sportchi tekshiruvdan o`tishdan bosh tortsa u musobaqadan chetlantiriladi.

Sportchi o`z turi bo`yicha musobaqa boshlanishiga ikki kun qolganida kassalligi tufayli dori-darmon qabul qilgan bo`lsa, bu haqida o`zi yoki guruh (jamo) rahbari asosiy hakamlar hay`atiga xabar qilishi lozim.

Ishtirokchining musobaqa vaqtida, oldidan doping qabul qilganligi aniqlansa, u musobaqadan chetlantiriladi.

Musobaqa tashkilotchilari, dopingga qarshi qo`mita a`zolarini sportchilarining yechinish joyigacha kirish huquqiga ega bo`lgan ruxsatnoma bilan ta`minlashlari lozim.

Sport inshootlarining rahbarlari dopingga qarshi ish olib boruvchi qo`mita a`zolariga alohida xona tayyorlashlari shart.

Dopingga qarshi kurashni nazorat qilish, sportchini tanlashda musobaqadagi dopingga qarshi kurash qo`mitasi hamda hakamlar hay`ati sportchini qur`a tashlash yo`li

bilan aniqlaydi. Buning uchun qo`mita ishiga yordam berish uchun musobaqadagi hakamlar hay'ati a'zolaridan ikki yoki undan ortiq kishi ajratiladi.

Nazorat qilish uchun tanlangan sportchi musobaqani yakunlagandan so`ng, unga maxsus bildirish qog'ozi beriladi. Bildirish qog'ozida sportchini sinab ko`rish (bi-oprob) joyi va vaqti ko`rsatilgan bo`ladi. Sportchi bildirish qog'ozida imzo chekib dopingga qarshi kurash nazorati chaqirig'i bilan xabardorligini tasdiqlaydi. Sportchi musobaqa dasturidagi o`z turining tugaganidan so`ng bir soat ichida dopingga qarshi kurash xonasiga (joyiga) kelishi kerak. Agar sportchi dopingga qarshi nazorat joyiga sababsiz kelmasa yoki dopingga qarshi nazorat joyidan o`zboshimchalik bilan chiqib ketsa, u doping qabul qilganlikda ayblanadi. Agar sportchi doping qabul qilganligi aniqlansa, birinchi marta tibbiy xodimlar ko`rsatmasiga asosan 6 oy muddatgacha musobaqalarga qatnashish huquqidan mahrum etiladi.

2.4.5. Sportchining texnik tayyorgarligi o`ta past bo`lsa u o`z turidagi katta hakam yoki bosh hakam qaroriga asosan musobaqadan chetlantiriladi.

2.4.6. Musobaqa o`tkaziladigan joyiga ishtirokchilar hakam rahbarligida bir guruh bo`lib kelishadi (kirishadi) va ketishadi (chiqiladi). Agar musobaqaning saralash va final (yakunlov) qismlari birin-ketin davom etsa, saralash musobaqasidan o`ta olmagan sportchilar final boshlanishidan oldin musobaqa o`tkazish joyini (sektor) tark etishlari lozim.

Balandlikka va langar cho`p bilan sakrashda o`sib borayotgan balandlikni ololmagan ishtirokchilar musobaqa tugashini kutib turmasdan sektordan ketishlari mumkin.

2.4.7. Musobaqa ishtirokchilari hakam chaqirgan vaqtda tayyor bo`lib turishlari va vaqtni cho`zmasdan imkoniyatni bajarishlari kerak (5.2.2., 6.1.4., 7.1.7. bandga qaralsin).

2.4.8. Agar sportchi bir vaqtning o`zida bo`ladigan yugurish va sakrash bilan uloqtirishga qatnashish uchun talabnoma bergan bo`lsa, u birinchi navbatda belgilangan vaqtga kechikmasdan yugurishga qatnashishi shart.

Hakamlar hay'ati oldindan ogohlantirilgan bo'lsa, qaydnomada ishtirokchilar o'rnini hakam o'zgartirishi mumkin. Balandlikka va langar cho'p bilan sakrashda ishtirokchi qaysi balandlik vaqtida ketib qolgan bo'lsa, musobaqani shu balandlikdan boshlab musobaqaga ishtirok etadi.

2.4.9. Musobaqaning final qismiga chiqqan ishtirokchi finalda ishtirok etishi lozim. Finalga chiqqan biror-bir sportchi kelmasa, uni o'zni bo'sh qoladi, finalga chiqqan olmaganlar uning o'rnini egallay olmaydilar. Agar sportchi saralash musobaqalaridan so'ng asosiy musobaqasiga kelmasa, u sovrinli o'rin uchun kurashish huquqidan mahrum etiladi va uning oldingi ko'rsatgan natijasi jamoa hisobiga qo'shilmaydi. Faqat sportchi kasal bo'lib qolsa, jarohatlansa, musobaqaning tibbiy xodimi yoki sportchi tomonidan qisqacha yozgan arizasini jamoa rahbari yoki asosiy hakam tasdiqlagandan so'ng sportchining ko'rsatgan natijasi jamoa hisobiga qo'shiladi.

2.4.10. Agar ishtirokchiga respublika miqyosidagi shaxsiy va shaxsiy-jamoaviy musobaqalar dasturidagi bir necha turga ishtirok etishi uchun talabnoma berilgan bo'lsa, u hammasiga ishtirok etishi shart. Agar u musobaqaning biror-bir turiga kelmasa yoki saralash (kvallifikatsion) musobaqasidan so'ng asosiy musobaqaga qatnashmasa ko'rsatgan natijalari hisobga olinmaydi va musobaqaning boshqa turlariga qatnashish huquqidan mahrum etiladi (shu bilan birga estafetali yugurishlariga ham). Mabodo musobaqa boshlanishdan bir soat oldin 2.4.9. bandga ko'rsatilgan sabablar tufayli musobaqaning keyingi davrasiga (krug) qatnashmasa, uning oldingi ko'rsatgan natijalari hisobga olinadi.

2.4.11. Sakrash, uloqtirish va ko'pkurash musobaqalar jarayonida sportchi hakam nazorati ostida va uning ruxsati bilan musobaqa o'tadigan joyni bir necha vaqt mobaynida tark etishi mumkin.

2.4.12. Sportchida o'tkaziladigan musobaqa turi bo'yicha savol tug'ilib qolsa, u shu turni o'tkazuvchi musobaqani katta hakamiga murojaat qilishi mumkin. Agar javobdan qanoatlanmasa, u o'z vakili orqali musobaqaning bosh hakamiga yoki uning o'rinboslariga murojaat qilishi mumkin.

2.5. Ishtirokchilarning sport kiyimi va ko`krak raqami

2.5.1. Ishtirokchining sport kiyimi toza, ozoda, dazmollangan bo`lishi kerak. Sakrash va uloqtirish musobaqalarida sportchilar mashg`ulot mashq qilish shimida ishtirok etishlari mumkin.

Sportcha yurish musobaqalarida xotin-qizlar ust kiyim (yubka) bilan qatnashishlari mumkin.

2.5.2. Ishtirokchi o`z sport natijasini oshirish uchun moslashtirilgan oyoq kiyimidan foydalanishga ruxsat berilmaydi. Oyoq kiyimning tagi charmi 13 mm dan oshmasligi kerak (shipdan tashqari). Ishtirokchilarni oyoq kiyimining tagi charmi 13 mm dan qalinlashtirish uchun turli-xildagi yordamchi buyumlardan foydalanmasliklari lozim.

Poshnani qalinligi tagcharmiga nisbatan 6 mm gacha baland bo`lishi mumkin.

Sportcha yurishda ishtirokchilar kiyadigan oyoq kiyimlarining poshnasi tagi charmdan 13 mm gacha uzunlikka va uch hatlab sakrashda esa 25 mm gacha qalin bo`lishi mumkin. Tagi charmdagi turumlar (ship) soni 6-ta poshnada 2 ta bo`ladi. Balandlikka sakrash va nayza uloqtirishda poshnadagi turumlar soni 4-ta bo`ladi. Turumni chiqib turgan qismi 25 mm dan, diametri esa 4 mm dan oshmasligi kerak.

2.5.3. Jamoa va shaxsiy-jamoa musobaqalarida ishtirokchilar o`z tashkilotlarini nishoni (emblema) bosilgan bir xil(bir rangli) sport kiyimida qatnashishlari shart.

2.5.4. Ishtirokchilarga musobaqa o`tkazuvchi tashkilot tomonidan shaxsiy raqam (nomer) beriladi (sonlar yaxshi yozilgan va balandligi 200 mm gacha). Raqamlar maykaga (ko`krakka) va orqaga taqib qo`yiladi. Agar raqam uchta berilsa, sportchi uni birini mashg`ulot kiyimiga taqishi kerak.

Respublika miqyosidagi va undan yuqori musobaqalarning yugurish turlarida ishtirokchi trusisini o`ng va chap tomonida ham raqami bo`lishi kerak.

Balandlikka va langar cho`p bilan sakrash musobaqalarida ishtirokchi bitta raqamni maykaga (ko`krakka) yoki orqaga taqib ishtirok etishiga ruxsat beriladi.

Agar hamma ishtirokchilarga bittadan raqamlar berilsa, qisqa masofalarga yurishda (100-200 m; 100-110 m g'ovlar osha) raqam orqaga taqiladi. Qolgan turarlarda esa uloqtirish, uzunlikka va uch hatlab sakrashlarda raqam ko'krakka taqiladi.

2.6. Jamoa sardorlari va vakillari

2.6.1. Musobaqada ishtirokchi har bir tashkilotning o'z vakili bo'lishi shart.

2.6.2. Vakil ishtirokchilarining nafaqat musobaqa joylaridagi tartib-intizomiga, balki ularni sport kiyimlari bilan ta'minlashga, musobaqa joyiga o'z vaqtida kelishiga, musobaqaning ochilish va yopilish marosimlariga ishtirok etishini ta'minlaydi. Vakil musobaqani o'tkazuvchi tashkilot va hakamlar hay'atining yordamchisidir.

2.6.3. Jamoa nomidan yozma norozilik bildirish talabnomalar berish va talabnomalar almashtirish huquqi faqat jamoa vakiliga berilgan.

2.6.4. Vakil o'z jamoasi nomidan hakamlar hay'atining yig'ilishlarida va qur'a tashlashda qatnashadi.

2.6.5. Vakil musobaqa jarayonida musobaqa o'tkazuvchi tashkilot a'zolariga va hakamlarga o'z hatti-harakati bilan xalaqit qilmasligi kerak.

2.6.6. Vakil musobaqa o'tish joyiga chiqish huquqidan mahrum.

2.6.7. Agar jamoaning o'z vakili bo'lmasa, uni o'rnini ishtirokchilar orasidan saylangan jamoa sardori zimmasiga yuklanadi.

3. HAKAMLAR HAY'ATI

3.1.Umumiy qism

3.1.1. Sport musobaqalarida hakamlik qilish sharaflı ishdır. Hakam sofdil, birovning gapiga kirmaydigan, musobaqa qoidalariga qat'iy rioya qiladigan, ishtirokchilar bilan shirin so'z, shirin suhbat bo'lib musobaqa qoidalari bo'yicha mashq bajarilishini talab qiladigan shaxs.

3.1.2. Hakamlar hay'ati har bir musobaqa o'tkazuvchi tashkilot tomonidan nazorat qilinadi:

a) yuqori darajadagi musobaqalar, ya'ni O'zbekiston chempionati, "Umid nihollari", "Barkamol avlod", "Universiada", O'zbekiston kubogi musobaqalari hamda xalqaro musobaqalar va ularni boshqaruvchi hakamlar hay'atining tarkibi quyidagilardan iborat:

musobaqa bosh hakam, bosh kotib, sport muammolari bo'yicha bosh hakam o'rinbosari, xavfsizlikni nazorat qiluvchi bosh hakam yordamchisi, ayrim turlar bo'yicha referi, hakamlar xizmati boshliqlari musobaqa jarayonini boshqarib boruvchi nozimlar guruhining (nozim) rahbari;

b) bosh hakamlar hay'ati boshqaradigan kichik musobaqalardagi hakamlarning tarkibiga quyidagilar kiradi: bosh hakam, bosh kotib, xavfsizlikni nazorat qiluvchi bosh hakam yordamchisi, sport inshootlari maydoni yoki yengil atletikaning ayrim turlari (yugurish, sakrash, uloqtirish) va o'yingohdan tashqarida o'tkaziladigan musobaqalar bo'yicha bosh hakam yordamchisi, hakamlar xizmati boshliqlari.

3.1.4. Musobaqani o'tkazuvchi tashkilot tomonidan bosh hakamlar tavsiyasi bilan hay'atining tarkibi tasdiqlanadi. Bosh hakamni esa jismoniy tarbiya va sport qo'mitasi tasdiqlaydi.

3.1.5. Musobaqaga tayyorgarlik ko'rish uchun bosh hakamlar hay'ati oldindan tasdiqlanadi.

3.1.6. Hakamlarning kiyimi bir xil bo'lib ko'krak nishonlari, qo'llaridagi bog'lagich (povyazka) larga qarab bosh hakam, bosh kotib, bosh hakam yordamchisi, referi, katta hakam, hakam, inventer ishni bejaruvchi hakamlar, kotiba va boshqalar bir-biridan ajratiladi.

Tavsiya qilingan kiyim:

- issiq havoda — jigar rang shim, oq ko'ylak
- sovuq havoda — qo'shimcha qora kamzul, qora galstuk.

3.2.Hakamlar hay'atining tarkibi

3.2.1. Musobaqa dasturidagi turlar bo'yicha musobaqa o'tkazish uchun hakamlar hay'atidan guruhlar tuziladi.

Yugurish musobaqasida hakamlar guruhini har biri ma'lum, vazifaga mas'ul hakamlar guruhidan iborat bo'lib, ularni bosh hakam boshqaradi. Yuqori miqyosidagi musobaqalarning (3.2.3. bandga qaralsin) yugurish turlari bo'yicha umumiy rahbarlik referi va bosh hakam yordamchisi zimmasiga yuklanadi. Yuqori darajadagi musobaqalarning boshqa turlarini referi va bosh hakamlar boshqaradi, qolgan musobaqalarni bosh hakamlar boshqarishadi.

3.2.2. Musobaqaga tayyorgarlik va uni o'tkazish hamda musobaqa o'tadigan ayrim joylarga ishlash uchun hakamlar xizmati tuzilib, uni shu xizmat rahbarlari boshqaradi. Hakamlar xizmati bir yoki undan ortiq guruhlardan iborat bo'ladi.

3.2.3. Hakamlarning vazifalari, lavozimlari va soni 2-chi jadvalga keltirilgan.

3.2.4. Musobaqa miqyosi, dasturning hajmi, o'tkazilish kunlari va soatlari, musobaqa o'tkazish joylarining soni, har bir tur bo'yicha ishtirokchilar soniga qarab hakamlar saylanadi (tanlanadi).

3.2.5. O'yingohdan tashqarida yugurish va yurish musobaqalari o'tkazilsa, hakamlar tarkibiga qo'shimcha — masofa bo'ylab boshliqlar, nazoratchi hakamlar, ozuqalanish joyidagi katta hakamlar qo'shiladi. Hakamlar soni masofaning uzunligi va xususiyatiga bog'liq bo'ladi.

3.2.6. Musobaqada elektr va mexanik qo'llanmalar (videomagnitofon, elektr ko'rsatkichlar(tablo) va boshqa axborot vositalari) qo'llanilsa, bu guruhlar ham kerakli miqdorda hakamlar va texnik ishchilar bilan to'ldirishi lozim.

3.2.7. Mashq bajarish paytida (boshqa yo'llakda yugurish, to'siqlardan oshish, sakrash va uloqtirish musobaqalar natijalarini o'lchashda sportchini mashq bajarish harakatini kamida ikki hakam kuzatishi kerak.

2-jadval

Hakamlarni vazifasi, lavozimiga qarab nomlanishi	Musobaqa miqyosiga qarab hakamlar sonini tayinlash
---	---

	yuqori (3.1) 3.p.qaralsin	viloyat, shahar, tuman	sport- klub
Bosh hakam	1	1	1
Bosh kotib	1	1	1
Sport muammolari bo'yicha bosh hakam yordamchisi	1	-	-
Tashkiliy ishlar xavfsizlikni nazorat qilish bo'yicha bosh hakam yordamchisi	1	2	-
Ayrim turlar bo'yicha referi	6-8	-	-
Umumiy muammolar va xavfsizlikni nazorat qilish bo'yicha bosh hakam yordamchisi	1	-	-
xizmat rahbarlari	7	4-6	3-4
Joylardagi (zona) bosh hakam yordamchilari	-	4-5	3-4
Kotibalar	6-12	4-6	1-2
Yugurish bo'yicha: start beruvchilar	3-4	2-3	1-2
ularning yordamchilari	4-8	1-2	1-2
Masofa bo'ylab hakamlar	16-24	8-12	4-8
Marradagi hakamlar	10-12	6-10	5-8
Fotomarra hakamlari	3-5	2-3	-
Xronometr bilan ishlaydigan hakamlar	10-12	8-10	5-6
Yurish bo'yicha hakamlar	8-10	6-8	4-5
Shamol tezligini o'lchovchi hakamlar	2-3	2	1
Yugurish bo'yicha kotiblar	2-4	2	1
Masofa rahbari (nachal'nik)	2-3	1-2	1
Nazoratchi hakamlar	30-40	15-20	10
Sakrash bo'yicha hakamlar (bitta)	6-9	5-7	4-6
Uloqtirish bo'yicha hakamlar (bitta)	6-8	4-6	3-4
Xodimlar (kadr) xizmati	2-3	1	-
Musobaqa joyini tayyorlash xizmati	-	2-3	1-2
O'yingoh bo'yicha	2-3	-	-
Jig'ozlar bo'yicha	2-3	-	-
Ishtirokchilarni tayyorlash xizmati	-	3-5	2-3
Badan qizdirish (razminka) bo'yicha	2-3	-	-
Ishtirokchilarni tuplash va nazorat qilish bo'yicha xizmatchilar:			
Radio orqali axborot beruvchi	4-7	2-4	1-2
Tablo (axborot beradigan signal taxtasi) bo'yicha	4-5	2-3	-
Mukofotlash bo'yicha	8-10	5-7	2-3
Axborot beruvchi apparatlar majmui bo'yicha hakamlar xizmati	8-10	2-4	-

Soxiblik xizmati	10-12	2-3	1
Tibbiy xizmati ko`rsatish, dopingga qarshi kurashni tashkil qiluvchi hakamlar	2-3	-	-
Nozimlar	2-3	1	-
Musobaqa dasturi qonun-qoidalarini to`g`ri bajarishni nazorat qiluvchi kishilar (inspektori)	2-3	1	1
Shikoyat, norozilik bildirgan arizalar tekshiruvchi hakamlar	3-5	-	-

Sakrash va uloqtirish bo`yicha hakamlar soni, shu o`tkaziladigan musobaqaning vaqtiga yoki jadvaliga qarab aniqlanadi (3.2.4.chi bandga qaralsin).

Musobaqada xizmat ko`rsatuvchi tibbiy muassasa hamda musobaqa o`tkazuvchi tashkilotlar bir-birlari bilan kelishib tibbiy xodimlar sonini aniqlashadi (3.20.2.chi bandga qaralsin).

3.3. Bosh hakam

3.3.1. Bosh hakam hamma hakamlar ishini boshqaruvchi ma'sul shaxs.

3.3.2. Bosh hakamni majburiyati, burchi quyidagilardan iborat;

a) musobaqa dasturini kunlari va soat jadvallarigacha tuzib chiqish (agar musobaqa nizomida bo`lmasa);

b) hakamlar uchun ko`rsatmalar tayyorlash, ishtirokchilar va ularning vakillariga cha musobaqani o`tkazish tartibi ya'ni:

- musobaqa jadvali;
- dasturni aniqlash va tushuntirish;
- ishtirokchilarni musobaqaga qatnashishga ruxsat beruvchi mandat hay'atini va qo`mitaning ishlash tartibi;
- yugurish bo`yicha musobaqa o`tkazish tartibi (har bir guruhda, guruhda ishtirokchilar soni, keyingi bosqichga chiqish shartlari va h.z.);
- sakrash bo`yicha musobaqa o`tkazish tartibi (qismlari, saralash me'yornomasi, boshlang'ich balandlik, uni ko`tarish tartibi;

- uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish tartibi (qismlari, saralash me'yornomasi, urinishlari, bajarish shartlari, shaxsiy asboblardan foydalanish shartlari va h.z.);

- ko'pkurashni o'tkazish tartibi (qismlari, uloqtirishda urinishlarni bajarish shartlari);

- o'yingohdan tashqarida musobaqa o'tkazish shartlari;

- tibbiy xizmat tartibi;

- tan'tanali marosimlar o'tkazish tartibi (musobaqaning ochilishi, yopilishi, g'oliblarni mukofotlashi) bilan tanishtirib chiqadi.

U hujjatlar bilan musobaqadan oldin, qisqa muddat ichida guruh vakillarini tanishtirib chiqadi, ular o'z o'rnida bosh hakamdan olgan hamma ma'lumotni ishtirokchilarga yetkazishadi. Musobaqa boshlanishidan oldin, dastur turlariga ishtirokchilar soni aniqlangandan so'ng, bosh hakam musobaqaning nozimlik jadvalini tasdiqlaydi (3.2.2.chi bandga qaralsin).

- v) musobaqa o'tkazilish joylari, asbob-uskuna va jihozlar tayyorlanishini nazorat qiladi;

- g) o'yingohdan tashqarida yugurish va yurish musobaqalarini o'tkazish uchun tanlangan masofalar va ularni o'lchash haqidagi dalolatnomani tasdiqlaydi.

O'yingohdan tashqarida o'tkaziladigan musobaqa ishtirokchilari uchun oзуqalanishni tashkil qilish, suv yordamida tetiklash, axborot, sportchilarni kuzatib boruvchi transportning harakatini, oraliq vaqtini qayd qiladi va boshqalarni ishlab chiqadi, tasdiqlaydi, ta'minlaydi va nazorat qiladi;

- d) hakamlarni guruhlariga bo'lish hamda ularni musobaqa o'tkazish ishlari sifatini baholaydi;

- e) musobaqa o'tkaziladigan va badan qizdirish joylarda tartib va xavfsizlikni ta'minlaydi;

- j) musobaqaning olib borish va musobaqada ko'rsatilgan natijalari bilan ishtirokchilar, tomoshabinlar, matbuot xodimlari va guruh vakillarini axborot yordamida tanishtirib borishni tashkil qiladi;

z) o`yingoh rahbarlari tomonidan, musobaqa zaruriyatlari uchun ajratgan xonalarning joylashgani(o`zoq-yaqinligi) va yaroqligini tekshiradi;

i) ishtirokchilarni ishtirok etishga ruxsat beruvchi mandat komissiyasi qo`mitasida ishlash uchun hakamlar hay'ati tartibidan hakamlar ajratish, qo`mitaga ishlash uchun ajratilgan hakamlar o`z ishlarni musobaqa boshlanishdan oldin olib borishadi. Qo`mita tarkibiga musobaqa o`tkazuvchi tashkilot va boshqa tashkilotlarning vakillari ham qatnashishadi;

k) musobaqa boshlanishidan oldin, borishi davomida va yakunida hakamlar hay'ati va guruh vakillari bilan yig'ilishlar o`tkazadi;

l) musobaqaga tayyorgarlik va o`tkazish jadvali haqida ommaviy axborot xodimlari bilan kelishib oladi;

m) musobaqaning to`g`ri va uzluksiz borishini nazorat qilish, musobaqa davomida ro`y bergan tushunmovchiliklarni yechish, tushgan ariza va yozma norozilik bildirishlarni tekshiradi (yuqori miqyosidagi musobaqalardan tashqari ularda norozilik bildirilgan bo`lsa, referi bilan tekshiruvchi-apellyatsion hakamlar shug'ullanishadi);

n) musobaqa ishtirokchilari ko`rsatgan natijalarini tasdiqlash (yuqori darajadagi musobaqalardan tashqari), ularda shu turni o`tkazuvchi referi natijalarini tasdiqlaydi.

o) o`rnatilgan rekord uchun tuzilgan dalolatnomani nazorat qiladi va imzo chekadi;

p) musobaqa o`tkazuvchi tashkilot va hakamlar hay'atiga o`z vaqtida musobaqa haqida yozma hisobot tuzadi va uni yetkazadi (yozma hisobotda yoritiladigan savollar 2- jadvalda keltirilgan). Musobaqa o`tkazuvchi tashkilot rahbari, sport inshootining vakili va bosh kotib bilan birgalikda o`tgan musobaqa yakunini baholash dalolatnomasini tuzadi.

3.3.3. Bosh hakamni biror-bir yordamchisi bo`lmasa, u 3.4 qismda ko`rsatilgan vazifalarni bajaradi.

3.3.4. Bosh hakam quyidagi huquqlarga ega:

a) 1.6.2.bandda ko`rsatilgandek, musobaqani bekor qilish, boshlanishini kechiktirish, boshlagan musobaqani to`xtatish yoki tanaffus e`lon qilish;

b) zarurat tug'ilganda musobaqa jadvaliga o'zgartirishlar kiritish, ammo bosh hakam nizomda kelishilgan musobaqa shartini o'zgartirishga haq-huquqi yo'q;

v) agar ishtirokchilarining yoshi, razryadi-toifasi, kiyimi va hokazolar mazkur musobaqaning dasturi va qoidalari talabiga javob bermasa, ularni musobaqaga qo'ymaydi;

g) qo'pollikka yo'l qo'ygan hamda texnik va jismoniy tayyor bo'lmagan sportchilarni musobaqaga qatnashish huquqidan mahrum qilish;

d) qo'pol xatoga yo'l qo'ygan va o'z vazifalarni uddalay olmagan hakamlarni musobaqadan chetlashtirish;

e) boshqa ishtirokchilarning musobaqa qoidasini buzishlari yoki biror-bir to'sqinlik vujudga kelishi ishtirokchilarning natijalariga o'z ta'sirini ko'rsatgan taqdirda, bosh hakam lozim topsa, shu ishtirokchilar orasida yangitdan musobaqa o'tkazishni belgilashi mumkin.

3.3.5. Bosh hakamni kiyimi musobaqadagi boshqa hakamlarning kiyimlaridan ajralib turishi kerak.

3.3.6. Yuqori nufuzli musobaqalarda (3.1.3. bandga qaralsin) musobaqadagi bosh hakam vazifalari, musobaqalar o'tadigan joylardagi tegishli referilar zimmasiga yuklatiladi (3.4.2. bandga qaralsin).

3.3.7. Bosh hakam, o'tkaziladigan musobaqalar uchun sport inshootlari, jig'ozlarni tayyorligi va boshqa xizmatlar ham xavfsizlik bilan ta'minlanganligi haqidagi hujjatga imzo chekadi.

3.4. Bosh hakam yordamchilar referi xizmati

3.4.1. Yuqori darajadagi musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish uchun quyidagilar tayinlanadi:

a) sportga oid muammolar bilan shug'ullanib, referi ishini boshqaruvchi bosh hakam yordamchisi;

b) tashkiliy ishlar va xavfsizlikni ta'minlashni nazorat qilib, hakamlar xizmati rahbarlarining ishini boshqaruvchi (hakamlik xodimlari xizmatidan tashqari ular musobaqaning bosh hakamiga bo'ysunishadi) bosh hakam yordamchisi;

v) yengil atletikaning ayrim turlarini boshqaruvchi va musobaqani o'tkazuvchi referi ya'ni:

- o'yingohda yugurish va yurish musobaqalarini o'tkazish bo'yicha;
- sakrash musobaqalarni o'tkazish bo'yicha;
- uloqtirish musobaqalarni o'tkazish bo'yicha;
- ko'pkurash musobaqalarni o'tkazish bo'yicha.

g) ayrim xizmat rahbarlari.

3.4.2. Referi o'z joylarida 3.3.2. bandning v.g.d.e.j.m.n.-larda izohlangan vazifalarini bajarib 3.3.4 bandning a.v.g.d. (hakamlar tarkibida), e (yuqori darajadagi musobaqalarda), j.larga ko'rsatilgan huquqdan mahrum etilgan.

Referi yugurish va yurish turlari bo'yicha bosh hakam yordamchisi bilan bir qatorda (3.4.3. bandga qaralsin). Hakamlar, masofadagi hakamlar, shamol tezligini o'lchovchi hakamlar, xronometrchilar, fotomarra hakamlari, marradagi (marra) hakamlar, sportcha yurish texnikasini tekshiruvchi hakamlarning ishini boshqaradi. O'yingohdan tashqarida o'tkaziladigan musobaqalarda referi, bosh hakam yordamchisi sifatida tashkiliy ishlar bilan shug'ullanuvchi xizmat guruhlarining ishini boshqaradi.

Musobaqa dasturi va jadvaliga asosan bir turdagi sakrash va uloqtirishda bir necha referi tayinlanadi va ular o'yingohning turli joylarida o'tkaziladigan shu turda alohida hakamlik qilishadi.

Referi o'zi boshqaradigan musobaqani o'tkazishga to'liq javob berib, ishtirokchilar ko'rsatgan natijalarni tasdiqlaydi.

3.4.3. Yuqori darajadagi bo'lmagan musobaqalarda ayrim turlar bo'yicha musobaqaga tayyorgarlik va ularni boshqarish uchun bosh hakamga yordamchi sifatida uning quyidagi yordamchilari saylanadi:

- a) umumiy muammolar va xavfsizlikni ta'minlashni nazorat qilish bo'yicha;

b) o`yingohda yugurish va yurish musobaqalarni o`tkazish bo`yicha;
v) o`yingohdan tashqarida yugurish va yurish musobaqalarni o`tkazish bo`yicha;
g) sport inshootlari xududida (ya`ni bir-biriga yaqin joylashgan joylarda) ayrim hollarda bir necha turlardan (sakrash, uloqtirish, ko`pkurash) musobaqa o`tkazish bo`yicha.

Ayrim turlardan musobaqa o`tkazish bo`yicha bosh hakam yordamchilari, hakamlar hay`ati ishlariga ko`maklashishadi va nazorat qilishadi, lekin ishtirokchilar ko`rsatgan natijalarni musobaqaning bosh hakami tasdiqlaydi.

3.4.4. Musobaqalarda quyidagi xizmatlar tashkil qilinadi va ishlaydi:

- a) hakamlik xodimlarini taqsimlash va hisob yurgizish;
- b) musobaqalar o`tkazish joyi, asbob-uskuna va jig`ozlarni tayyorlash;
- v) axborot va tan`tanali marosimlarni tashkil qilish;
- g) tibbiy xizmat bilan ta`minlash;
- d) ishtirokchilarni musobaqaga tayyorlash;
- e) hakamlik-axborot apparatlari;
- j) qo`riqlash xizmati;

Hamma xizmatlar bo`yicha alohida rahbar bo`ladi.

3.4.5. Yuqori darajadagi musobaqalarda dopingga qarshi kurashni nazoratini o`tkazishga yordam beruvchi volontyorlar guruhi va hakamlar guruhi tashkil etiladi. Volontyorlar guruhi musobaqaning bosh hakamiga, hakamlar guruhi esa tashkiliy ishlar bo`yicha bosh hakam yordamchisiga bo`ysinishadi.

3.5. Bosh kotib

3.5.1. Bosh kotib musobaqaning bosh hakamiga bo`ysinadi. Bosh kotib vazifalariga quyidagilar kiradi:

- a) kotiblarni vazifalariga qarab taqsimlash va ularni ishini tashkil qilish;
- b) nomma-nom va texnik talabnomalar qabul qilishni tashkil qilish, ishtirokchilarga ko`krak raqamlarini berish, qur`a tashlashni o`tkazish;

v) bayonnomalarni tayyorlash, ularni sport turlari bo'yicha hakamlarga tarqatish va ishtirokchilar bilan vakillar axborot olishi uchun barchalarini, hakamlar brigadalarini va axborot berish xizmati hamda musobaqa o'tkazuvchi rahbarlari va jamoa rahbarlarini oldindan start bayyonomalari bilan ta'minlash;

g) bosh hakam hay'atini jamoa vakillari bilan majlis o'tkazish uchun tayyorlash va o'tkazish (chet el jamoa vakillari bilan kengash o'tkazib, bu kengashlar haqida bayyonomalar yozib borish);

d) alohida turlar bo'yicha ishlovchi kotiblar brigadasini ishini nazorat qilish va yo'l-yo'riq ko'rsatish;

e) axborot markazi rahbarlari bilan birgalikda ish olib borish;

j) sport turlar bo'yicha bayyonomalarni (protokol) ishlab chiqishni tashkil qilish va ko'pkurashlarda ochkolar sonini sanash;

z) shaxsiy va guruhli musobaqalarning natijalarini chiqarishni tashkil qilish (musobaqa davomida va oxirida) va ularni qisqa muddat ichida hakamlar hay'ati, axborot xizmati va musobaqa o'tkazuvchi tashkilot rahbarlariga yetkazish;

i) musobaqa ishtirokchilari ko'rsatgan natijalarni imzo bilan tasdiqlash, ularni toifa kitobchalariga kiritish va ko'rsatilgan natijalar haqida ma'lumotnoma berish;

k) rekordlarni qayd qilish uchun tuziladigan dalolatnomalarni to'g'riligini nazorat qilish va ta'minlash;

l) musobaqa o'tkazish jarayonida sportchilar tomonidan ko'rsatilgan natijalar to'g'risidagi ma'lumotnomalarni ko'paytirishda, texnik hisobot tuzishda, musobaqa o'tkazuvchi tashkilotga musobaqa to'g'risidagi ma'lumotlarni (texnik hisobot, shaxsiy va guruhli kurash natijalari, bayonotnomalarning nusxalari, buyurtnomalar va h.z.) yetkazishni boshqarish. Chop etilgan ma'lumotlarni sonini (tiraj) musobaqa o'tkazuvchi tashkilot tasdiqlaydi.

3.5.2. Hujjatlarni axborot vositalari yordamida harakatlanish chizmasini tayyorlash maqsadida (bayonnomalar, ishtirokchilar kartochkalari va h.z.) musobaqa o'tkazish texnologiyasini ishlab chiqishda qatnashadi.

3.5.3. Bosh kotib texnik ishlarni olib borish uchun musobaqaning hajmiga qarab o'ziga kerakligicha yordamchi (hakam) hamda o'zi rahbarligida va ko'rsatmalari asosida ishlovchi texnik ishchilarga (kotiblar, rassomlar va h.z.) ega bo'lishi kerak.

3.5.4. Yuqori darajadagi musobaqalarda kotiblar ishini yaxshi tashkil qilish maqsadida bosh kotibning yordamchilari tayinlanadi.

3.6. Start beruvchi hakamlar va ularning yordamchilari

3.6.1. Start beruvchi hakamlar ro'yxatdan o'tkazuvchi hakamlar tarkibiga kiruvchilardan saylanadilar.

3.6.2. Har bir startda, start beruvchi hakamlar brigadasi, 200-400 m. 4x100 m.

4x400 m masofalarga yugurishda, start beruvchi, start beruvchini bir yoki bir necha yordamchilaridan tashkil topgan bo'ladi.

3.6.3. Start beruvchining asosiy vazifasi — startni shunday berishi kerakki, "STARTGA" buyrug'i berilguncha birorta ham ishtirokchi yugurishni boshlamasligi kerak, startyor yordamchilari esa start qoidalari buzilganda signal berish va ishtirokchilarni o'z joylariga qaytarishdan iborat.

3.6.4. Start beruvchi katta xakam:

a) har bir start berish oldidan marradagi hakamlar, xronometristlar va fotomarradagi hakamlarning tayyorligidan xabardor bo'lishi kerak;

b) ishtirokchilarning sport kiyimlari talabga javob berishi, ko'krak raqamlari, start olish joyini tayyorlashda belgilangan vaqtdan ortiq vaqt sarflamasliklari va ularni startga chaqirish, tayyor bo'lishlarini kuzatish;

v) hakamlar, startda turuvchilarni to'g'ri joylashganligini kuzatish;

g) diqqat buyruqlari va yugurishni boshlash haqidagi signal to'pponchadan otish yoki ovoz chiqarib bir vaqtning o'zida bayroqchani pastga tushirish yo'li bilan beriladi. Start beruvchi, start berish vaqtida shunday joyni tanlashi lozimki, u startdagi hamma yuguruvchilarni yaxshi ko'rishi, o'zi esa xronometrli hakamlarga yaxshi ko'rinishi kerak. Umumiy start, alohida-alohida yo'laklardan yugurishda, buyruqlar

ovoz kuchaytirgich uskuna-jig'ozlar orqali beriladi. Bunda start beruvchi mikrofondagi bo'lishi, har bir start oldida esa reproduktor o'rnatilishi shart. Ushbu uskuna-jig'ozlar bo'lmasa start beruvchi iloji boricha har bir start oluvchilar bilan start beruvchi orasidagi masofani bir xil qilib joy tanlashi kerak.

3.6.5. Agar biror-bir ishtirokchi start berish signalidan oldin yugurishni boshlasa, start beruvchi yoki yordamchilardan birortasi signal berib, sportchilarni to'xtatadi va ularni start chizig'iga qaytaradi.

3.6.6. Start beruvchi start bilan bog'liq bo'lgan hamma muammolarni o'zi yechadi, faqat start vaqtida bo'yruq, berguncha turgan chiziqda boshqalardan oldin chiqqan bo'lsa (start beruvchi ishtirokchilarni o'z joylariga qaytishi uchun signal bermasa), qo'shimcha start beruvchi yugurishni to'xtatishdan tashqari hamma muammodan aloqador bo'ladi.

3.6.7. Start beruvchi o'z kiyimining rangi bilan boshqa hakamlardan farq qilib, start berish paytida hammaga yaxshi ko'rinishi kerak.

3.6.8. Qo'shimcha start beruvchi start ishlarini tashkil qilishga yordam beradi, sportchilarni startdagi holatlarini to'g'riligini tekshirish, biror-bir ishtirokchi yugurishni oldin boshlasa, buni bosh hakam ko'rmay qolsa signal beradi (to'pponchadan otib yoki ovoz bilan).

3.6.9. Start beruvchining yordamchisi:

a) navbatdagi turda ishtirokchilarini tekshiradi (ko'krak raqam, tashkilot, sport kiyimlarini musobaqa qoidalarga mos kelishini solishtirib ko'radi va kelganlarni qaydnomada belgilaydi. Yugurish va yurish musobaqalari bo'yicha ishtirokchilar ro'yxatdan o'tish joyiga hakamlar va boshqa sportchilar bilan birgalikda chiqmasa, bu ish ro'yxatdan o'tkazuvchining yordamchisiga topshiriladi;

b) yo'lakcha va start joyi uchun ishtirokchilar orasida qur'a tashlaydi, marra va axborot vositasi xizmatchilarini (radio va tablo) startga kelmagan ishtirokchilar va yo'laklarni ishtirokchilar orasida taqsimlanganligi haqida xabar beradi (start boshlamasdan oldin);

v) har bir ishtirokchini o`ziga taaluqli yo`lakka yoki yig'ilish chizig'iga yo`naltiradi;

g) startda yuguruvchilar holatini nazorat qilish, agar ular tomonidan qo`yilgan biror-bir xatolikni ko`rib qolsa, bu haqida tezda katta start beruvchini ogohlantiriladi;

d) bayonnomaga (startdagi) ishtirokchilar qoidani buzganlarida bosh hakam tomonidan qilingan ogohlantirishlar va qabul qilgan qarorini kiritadi;

e) start uchun kerakli jig'ozlarni oldindan tekshirish, agar startda bo`lmasa, qisqa vaqt ichida bu jig'ozlarni startda bo`lishini ta'minlash;

j) musobaqa davomida yoki dasturdagi biror-bir tur tugagandan so`ng start beruvchi brigada a'zolari imzo chekilgan start bayonnomasi kotibga beradi.

3.6.10. Start beruvchining yordamchisi bo`lmasa, uni hamma vazifalarini bajarish qo`shimcha start beruvchilarga o`tadi.

3.6.11. Yuqori darajadagi musobaqalarda start beruvchilar brigadasini boshqarish uchun bosh hakam saylanib, uning vazifalariga quyidagilar kiradi:

a) musobaqada start beruvchilar guruhi ishini tashkil qilish;

b) start joyiga ishtirokchilarni chiqarishni tashkil qilish;

v) start joyidagi umumiy tartibni ta'minlash;

g) startni qabul qilgan sportchilar kiyimlarini kiyinish joyiga yetkazuvchi hakamlar va xizmatchilarni boshqarish.

3.6.12. estafetali yugurishni o`tkazishda start beruvchi guruh vazifalariga quyidagilar kiradi:

a) 4x100 m estafetali yugurishda 1- bosqichdagi ishtirokchilarni ro`yxatga olish;

b) 4x400 m estafetali yugurishda hamma etap bosqichidagi ishtirokchilarni ro`yxatga olish va hamma bosqichlarda estafeta tayoqchasini to`g`ri berishni nazorat qilish.

3.7. Masofa bo`ylab g'ovlar yonidagi va estafeta bosqichlardagi hakamlar

3.7.1. Masofadagi va g'ovlar orasidagi hakamlar yakuniy qaror chiqarilmasdan oldin sportchini yugurish qoidasini buzilganligini ma'lum qiladi.

Masofa va g'ovlardagi hakamlar:

a) yugurish ishtirokchilarining masofani to'g'ri bosib o'tishlari va g'ovlardan to'g'ri oshib o'tishini nazorat qilish, sportchi boshqa yo'lakka o'tib, qoidani buzganini bayyonoma (protokol)ga kiritadi, shu bilan birga yo'lakning qayerida qoida buzilgan bo'lsa belgilashadi. Sportchi qoidani buzganligi to'g'risida tezda bosh hakamga ma'lum qilishadi, u bayroqni ko'tarib signal beradi. Har bir qoida buzilganligi kamida ikki hakam tomonidan tasdiqlanishi kerak;

b) g'ovlar hamda g'ovlar osha yugurishda ularning o'rnatilganligi, to'g'ri oshib o'tish hamda yiqilgan g'ovlarni tezda o'z joylariga o'rnatilishini kuzatishadi;

v) yugurish, sakrash yoki uloqtirish bo'yicha musobaqalar bir vaqtning o'zida o'tkazilsa, ishtirokchi sportchilarning xavfsizligini ta'minlab, ularning harakatlarini boshqarishadi.

3.7.2. Masofa bo'ylab hakamlar soni burilishlarda kamida ikkitadan, to'g'rida esa bittadan bo'lishi lozim; to'siqlar osha yugurishda ham.

Estafeta bosqichlaridagi hakamlar

a) o'z bosqichlaridagi guruh ishtirokchilarini belgilaydi;

b) bosqich sportchilarini tayyorgarligini bildirish uchun oq bayroq ko'tarib, sveto-for signali yoki aloqa vositalari bilan bosh hakamga xabar beradilar;

v) estafetani to'g'ri uzatilishini kuzatishadi. Agar qoida buzilsa, tezda shu haqida bosh hakamga xabar berishadi (masalan, qizil bayroqni ko'tarib, telefon orqali, nurli signal orqali va h.z.), musobaqa qoidasi buzilganligini kamida ikki hakam tasdiqlashi kerak (3.2.7.;3.6.12. bandga bir to'siqlar to'g'risida kamida bitta hakam bo'lishi shart.3.7.3 qaralsin)

Bosqichdagi (etap) hakamlar soni yugurish guruhida ishtirokchi guruhlar soniga qarab aniqlanadi, lekin har bir bosqichda (etap) ularning soni ikkitadan kam bo'lmasligi shart.

3.7.4. Stadionda o'tkaziladigan musobaqalarga masofa, g'ovlar va estafeta bosqichlaridagi (etap) hakamlar referiga yoki yugurish bo'yicha bosh hakam o'rinboslariga bo'ysunadi, agar u bo'lmasa, marradagi katta hakamga. Yuqori dara-

jadagi musobaqalarda masofadagi hakamlar katta hakam boshchiligida birlashib, yugurish bo'yicha katta hakamga bo'ysunishadi.

3.7.5. Stadiondan tashqarida o'tkaziladigan musobaqalarda krosslar, sportcha yurish (masofadagi hakam va nazoratchi hakamlar saylanadi).

Masofadagi hakam

a) masofani tanlab, o'lchab, u haqida dalolatnoma tuzadi va masofa yo'nalishini tayyorlab, bu ikki hujjatni bosh hakamga tasdiqlatib oladi;

b) nazorat, ozuqalanish va yuvinish punktlarini o'rnatilish joylarini belgilab, ularni tayyorligini tekshiradi;

v) masofani chizmasini chizish va jig'ozlarni joy-joyiga qo'yib chiqilishini boshqaradi;

g) masofadagi ishtirokchilar xavfsizligini ta'minlash uchun kerakli choralarni ko'radi;

d) musobaqadan oldin hakamlarni masofa bo'ylab taqsimlab chiqadi va katta hakamga shu haqida axborot beradi (bosh hakam yordamchisiga), yuqori darajadagi musobaqalarda esa masofani tayyorligi haqida bosh hakamga xabar qiladi;

e) musobaqa yakunlangandan so'ng masofadagi hakamlar bilan birgalikda ishtirokchilar yugurib yoki yurib o'tganligini tasdiqlovchi yoki yo'l qo'yilgan xatolar kiritilgan nazorat bayonnomalarni tekshirib ko'rib bosh hakam yoki uning yordamchisiga yozma holda xabar beradi.

Nazoratchi hakamlar:

a) masofani o'lchash va jig'ozlarni o'rnatilishiga ishtirok etishadi

b) musobaqa jarayonida ishtirokchilarni masofa bo'ylab yo'naltirishadi, ishtirokchilarni masofani to'g'ri bosib o'tishlarini tekshirib, ishtirokchilar yo'l qo'ygan har bir xatolarni o'z bayonnomalariga kiritishadi va uni musobaqa yakunida masofa boshlig'iga beradilar;

v) hakamlar oldilaridan o'tadigan ishtirokchilarning ko'krak raqam (nomer)larini yozishda yoki ishtirokchi kartochkalaridagi nazorat talonlarini yig'ishadi, masofadan

chiqib ketgan ishtirokchilarni ko`krak raqamlarini yozishadi hamda 4.5.6. bandda ko`rsatilgan vazifalarni bajarishadi;

g) masofa bo`ylab yugurishda tartibni saqlashga qatnashishadi.

3.8. Sportcha yurish bo`yicha hakamlar

3.8.1. Sportcha yurish texnikasi bo`yicha hakamlar asosan sportcha yurish hay`ati a`zolaridan tayinlanadi.

3.8.2. Hakamlar sportcha yuruvchilarining to`g`ri harakatlarini aniqlab, sportcha yurishda yo`l qo`yilgan xatolarni belgilab borishadi. Har bir hakam shaxsiy xulosa chiqarib, boshqa hakamlar bilan o`z fikr-mulohazalarini muhokama qilmaydi.

3.8.3. Hakamlar guruhini sportcha yurish bo`yicha bosh hakam boshqarib, ishtirokchi sportchilar soni, musobaqaning o`tish joyi va sportchilarni nazorat qilish uslublarga qarab hakamlarni taqsimlab chiqadi, to`xtash joylari va transport vositalari uchun hakamlar taqsimlaydi

3.8.4. Stadion bo`ylab yurishda hakamlarni yugurish yo`lagini 100-80 m oralig`ida qo`yish tavsiya qilinadi. Shu masofa ichida hakam ishtirokchilarni nazorat qilishi kerak. Hakamlar shunday joy tanlashlari kerakki, masofadagi sportchilarni nazorat qilish qulay bo`lsin. Yurish bo`yicha katta hakam aylanma ichida bo`lishi shart.

3.8.5. Stadiondan tashqarida o`tkaziladigan musobaqalarda hakamlarning bir qismi yo`l bo`ylab saflanishadi, qolganlari esa ishtirokchilarni avtomashinalarda kuzatishadi.

3.8.6. Agar biror-bir hakam sportchini sportcha yurishda qoidani buzganligini aniqlasa, u sportchini ogohlantiradi va bu haqida tezda katta hakamga yozma ravishda yetkazadi.

3.8.7. Katta hakam, hakamlardan tushgan ma`lumotlar asosida qaror qabul qilib, sportchini ogohlantiradi yoki musobaqadan chetlashtiradi.

3.8.8. Katta hakam (yoki uning kotibi) sportcha yurish texnikasini nazorat qilishi va bayonnomaga yozib borishi kerak (5.11.3. band va 3-jadvalga qaralsin). Unga, ya'ni bayonnomaga o'z qo'li ostidagi hakamlardan olgan ma'lumotlarni va sportchilarni ogohlantirganligi haqidagi qarorini ilova qiladi.

Katta hakam sportcha yurish texnikasini nazorat qilish hakamlaridan olingan ma'lumotlarga asoslanib qaror qabul qiladi. Uni bayonnomaga kiritishi jadvalda ko'rsatilgan.

Sportcha yurishni nazorat qilish bayonotnomasi (to'ldirilishi bilan)

_____ dagi musobaqalarning _____ km masofasida

(o'tkazish joyi) _____ start vaqti _____ vaqti _____

havo harorati _____

tartib raqami	O	CH	Qoida buzilgan vaqt	Bosh hakam sportchini chetlatgan vaqt	Bosh hakam imzosi

SHartli belgilar: O-ogohlantirish, CH-chetlashtirish musobaqa buzulganligining vaqti soniyada ko'rsatiladi, oxirgi qatorda katta hakam o'z qarorini ishtirokchiga etkazgan vaqti.

3.9. Marradagi (marra) hakamlar

3.9.1. Marradagi hakamlar ko'z bilan ko'rib yoki maxsus asboblardan yordamida ishtirokchilarning marraga kelish tartibini (birin-ketinligini) aniqlashadi, o'rta va o'zoq masofalarga yugurishda har bir yuguruvchi bosib o'tgan masofa va marragacha qolgan masofani ularga aytib turishadi. Maxsus ajratilgan hakam ishtirokchi oxirgi aylanishi (krug) qolganligini bildirish uchun qo'ng'iroq jarangi bilan signal beradi. Qisqa masofalarga yugurishda hakamlar marra oldidagi 5 metrli

chiziqlarga qarab ishtirokchilar orasidagi masofani aniqlashadi va hakamlik yozma axborotini to'ldirib, katta hakamga beradi.

3.9.2. Marradagi hakamlar marra chizig'ining davomida o'tirishadi.

3.9.3. Katta hakam marra muammolarini boshqarib, hakamlar orasida ro'y bergan kelishmovchiliklarni yechadi, bosh hakam yoki yugurish bo'yicha katta hakam yordamchisi musobaqa qoidasini buzgan ishtirokchilarni musobaqadan chetlatishi mumkin. Marradagi katta hakam g'ovlardagi hakamlar yordamida g'ovlar va to'siqlarni yo'laklarda joylantirilganligini tekshiradi. Yuqori darajadagi musobaqalarda bu ishni masofadagi hakamlar guruhi bajaradi (3.7.4. bandga qaralsin).

3.9.4. Marradagi bosh hakam hakamlardan olgan yozma axborotlar asosida ishtirokchilarning marraga kelish tartibi, ular oralaridagi masofani bayonnomaga kiritib, tasdiqlab uni yugurish bo'yicha kotibga beradi.

3.9.5. 3000 m va undan ortiq masofalarga yugurishda marradagi katta hakam bosib o'tilgan kruglar sonini sanash uchun hakamlarga ishtirokchilarni taqsimlab biriktirib chiqadi (har bir hakamda 4 tagacha). Sportchilarni ko'rsatgan vaqti va uni oldidagi sportchi orasidagi masofani aniqlashda, xronometrchi katta hakam bilan bo'lgan kelishmovchilikda marradagi katta hakamga xronometrchi katta hakam bo'ysunadi.

Hakamlar har bir ishtirokchi bosib o'tgan aylanmalarni belgilab, qolgan aylanmalarning sonini, ularga xabar qilishadi. Yuqori darajadagi musobaqalarda hakamlar sportchilar tomonidan bosib o'tilgan masofani sanash bilan birgalikda o'zlariga biriktirilgan ishtirokchilarni o'tgan vaqtini ularga aytib turishadi.

3.9.6. Bir soatli yugurishda (yurishda) marradagi hakamlar o'zlariga nazorat qilish uchun biriktirilgan ishtirokchilarga bosib o'tilgan kruglarni aytishadi. Yugurish va yurishning tugashiga 1 minut qolganda signal beriladi, hakamlar esa o'zlari nazorat qiluvchi ishtirokchilarning musobaqani qayerda tugatishlarini aniqlashadi (5.5.4. bandga qaralsin).

3.10. Xronometrchi hakamlar

3.10.1. Xronometrchi hakam, hakamlar hay'ati a'zolaridan tayinlanadi.

3.10.2. Xronometrchi hakamlar yugurish va yurish musobaqalarida ishtirokchilarni bosib o'tgan masofasi, vaqtini aniqlashadi. Har bir xronometrchi hakam bir yoki ikki ishtirokchi vaqtini aniqlashi mumkin (buning uchun bir yoki ikkita sekundomer bo'lishi lozim). O'rta va o'zoq masofalarga yugurish va sportcha yurishda xronometrchi hakam zimmasiga ishtirokchilar bosib o'tgan masofa vaqtini belgilash vazifasi ham yuklanishi mumkin. Masalan, 800 m dan 2000 m gacha har 400 m. 3000 m dan 10000 m gacha har 1000 m dan yuqori (uzoq) masofalarda har 5000 m ni vaqti belgilanadi.

3.10.3. Stadionda o'tkazaladigan musobaqalarda xronometrchi hakamlar o'zlari uchun ajratilgan hakamlar joyiga o'nashib, marraga kelgan yuguruvchilarni qabul qilishadi. Yugurishni birinchi tugatgan ishtirokchilar vaqtini oluvchi hakamlar yuqori zinaga o'tirishadi.

3.10.4. To'pponchadan o't yoki tutun chiqishi yoki bayroqcha harakati boshlanishdan so'ng sekundomer bosiladi va ishtirokchi tanasining biror qismi marra chizig'ini kesib o'tishi bilan sekundomer to'xtatiladi (5.4.1. va 5.4.2. bandlarga qaralsin).

3.10.5. Xronometrchi hakamlar hakamlik bayonnomasini to'ldirib, katta xronometrchi hakamga topshirishadi va unga o'z sekundomerlarini ko'rsatishadi. Agar hakamlarning olgan vaqtlari har xil bo'lsa, bu jumboqni katta xronometrchi hakam yechadi.

3.10.6. Xronometrchi hakam vaqtni olib bo'lganidan so'ng katta xronometrchi hakamni ruxsati bilan sekundomerni dastlabki holatiga qaytarishi mumkin.

3.10.7. Masofani birinchi tugatgan ishtirokchi vaqtini 3 ta xronometrchi hakam qayd qilishi kerak.

3.10.8. Xronometrchi hakamlar ishini katta xronometrchi hakam boshqaradi. U hamma xronometrchi hakamlarni ish bilan ta'minlaydi. Yugurish tugashi bilan sekundomer ko'rsatkichlarini bayonnomaga kiritadi va o'z imzosi bilan tasdiqlab yugurish bo'yicha kotibga beradi. Start berilgandan so'ng katta xronometrchi hakam

qo`shimcha sekundomer bilan vaqtni nazorat qiladi. Agar biror-bir hakamning sekundomeri ishdan chiqsa, o`z sekundomerini beradi. Musobaqadan oldin hamma hakamlarning sekundomerlarini solishtirish katta hakamning majburiyatiga kiradi.

Qisqa masofalarga yugurish musobaqalarida katta xronometrchi hakam qayd qilingan vaqt bilan marradagi metrlar yozuvini solishtirib, lozim bo`lganda sekundomer ko`rsatkichlari yozilgan bayonnomaga o`zgartirishlar kiritadi. Agar marradagi katta hakam bilan katta xronometrchi hakam bir fikrga kelishmasa, referi yoki yugurish bo`yicha bosh hakam yordamchisi bu kelishmovchiliklarni hal qilishi kerak.

3.11. Fotomarradagi hakamlar

3.11.1. Fotomarradagi hakamlar fotomarra tizimiga biriktirilgan maxsus apparatura yordamida yugurish va sportcha yurish natijalarini, ishtirokchilarni marraga kelish tartibi va masofani o`tish vaqtini aniqlashadi.

3.11.2: Fotomarradagi hakamlar:

a) musobaqa boshlanishdan oldin fotomarra apparaturalarini to`g`ri o`rnatilganligini va ishonchligini, ob`ektivni marra chizig`igi yo`naltirilganligini, start nuqtalaridan signallarning o`tishi, ko`rish qurilmalarining ishlashi, aloqa vositalarining soni va ishlashi, axborotni tez yetkazilishini tekshiradi;

b) natijalarini yozuvchi tizimini aniqlash va ularni axborot vositalariga (tablo, radio) hamda yugurish bo`yicha kotibga yetkazish, fotoarxiv tarmog`ini tuzib, bosh kotibga berish, kelishmovchilik, tortishuv bo`lib qolganda arxivdagi fotoplyonkani olib ko`rish tizimini tashkil qilish;

v) yugurishda fotomarra tarmog`ini avtomatik ishga tushib ketishini, to`pponchadan o`q otilishini nazorat qilish;

g) yugurish va sportcha yurish natijalarini fotomarra plyonkalariga tushirish va natijalarini bayonnomaga qayd qilish;

d) fotomarradagi hakamlar o`rta va o`zoq masofalarda yugurishda ishtirokchilarni marraga kelish tartibini aniqlash uchun marradagi hakamlar guruhi tayyorlagan axborotni marraga kelish tartibi, bayonnomadan foydalanish.

3.11.3. Fotoarxivdagi dasturlar jamoa vakiliga bosh hakam yoki uning yugurish bo'yicha yordamchisi ruxsati bilan ko'rsatiladi.

3.12. Yugurish, sportcha (yurish) bo'yicha kotiblar

3.12.1. Yugurish (sportcha yurish) musobaqalari bo'yicha bayonnomani to'ldirib borish uchun kotib tayinlanadi. U marradagi katta hakamga bo'ysunadi.

3.12.2. Yugurish (sportcha yurish) bo'yicha kotib:

a) yugurish (sportcha yurish) bayonnomaga quyidagilarni: fotomarra brigadasini bayonnomasiga tayanib, ishtirokchilarning masofani tugatish tartibi va ko'rsatgan natijalari, agar musobaqada fotomarra apparaturalari bo'lmasa marradagi katta hakam va katta xronometrchi hakam (hamma sekundomerlarini ko'rsatkichlari kiritilgan) bayonnomalardagi hamda shamol tezligini o'lchash bo'yicha hakam bayonnomaga asoslanib shamol tezligi haqidagi ma'lumotlarini kiritadi;

b) marradagi katta hakam ko'rsatmalari asosida yugurish va sportcha yurish musobaqalariga taaluqli bo'lgan hamma muammolar va ularni yechish haqidagi ma'lumotlarni bayonnomaga kiritish;

v) ma'lum tur musobaqa yakuniga imzo chekib, tasdiqlash uchun bayonnomani bosh hakamga topshiradi;

g) hamma hujjatlarni qo'shib, marra bayonnomasini (start bayonnomasi, fotomarra, marra va xronometrchi katta hakamlarning bayonotnomalarini, sportcha yurish masofa, to'siqlar va estafeta bosqichlaridagi hakamlar yozuvlarini, shamol tezligini o'lchovchi hakam bayonnomasi va h.z.larni bosh kotibga topshiradi.

3.13. Shamol tazligini o'lchovchi hakamlar

3.13.1. Shamol tezligini o'lchovchi hakamlar maxsus apparaturalar yordamida yugurish 200 m gacha., uzunlikka va uch hatlab sakrash yo'nalishi bo'yicha shamolning o'rtacha tezligini aniqlashadi.

3.13.2. Shamolni o`lchovchi apparat yugurish yo`lakchasidan 1.22 m va 2 m balandlikda taxminan marra to`g`ri chizig`ining o`rtasida yoki uzunlikka sakrashda depsinish joyidan 20 m oldinda yoki orqada o`rnatiladi.

3.13.3. Uzunlikka sakrash musobaqalarida ishtirokchilarning har bir urinishlarida, yugurishda har bir guruh yugurishida shamol tezligi o`lchanadi.

200 m gacha bo`lgan musobaqalarda to`siqlar osha 100 m yugurishdan so`ng (startdan keyin 10 sek. mobaynida shamol tezligi o`lchanadi, to`siqlar osha 100 va 110 m yugurishda 13 sek. mobaynida, 200 m yugurishda 100 m li to`g`riga chiqqanda 10 sek. mobaynida shamol tezligini o`lchanadi). Sakrash musobaqalarida depsinish joyiga 40 m qolganda, uch hatlab sakrashda 35 qolganda 5 sek. mobaynida shamol tezligi o`lchanadi.

3.13.5. O`lchov natijalari bayonnomaga alohida kiritilib, bir vaqtning o`zida shamol tezligini namoyish uskunasi ko`rsatiladi va tez orada marradagi kotibga yoki sakrash bo`yicha kotibga xabar beriladi. Ular ham o`lchov natijalarini musobaqa bayonnomaga kiritishadi. Bayonnomaga shamolning o`rtacha tezligini, agar yo`nalish bo`lsa "+" belgisi, qarama-qarshi bo`lsa "-" belgisi bilan belgilanadi.

3.13.6. Agar shamolning o`rtacha tezligini o`lchovchi uskunalar bo`lmasa jadvaldan foydalanishni tavsiya etamiz.

1-ilova

Shamol tezligini, uni yo`nalishi bo`ylab o`chlov jadvali

O`chlov paytidagi shamolni o`rtacha tezligi (anomometr bo`yicha m/s)	Flyuger va shamol yo`nalishi bilan ulchanadigan shamolni urtacha tezligi ulchov birligi va shamol yo`nalishi burchagi urtasidagi nisbati (tezlanish boshlan) m/s		
	22 ⁰ 30 burchak ostida	45 ⁰ burchak ostida	67 ⁰ 30 burchak ostida
1,5	1,39	1,06	0,57
1,6	1,48	1,13	0,61
1,75	1,62	1,24	0,68
1,8	1,66	1,27	0,69
1,9	1,76	1,34	0,73

2,0	1,85	1,41	0,77
2,1	1,94	1,48	0,80
2,16	2,00	1,52	0,82
2,25	2,08	1,59	0,86
2,3	2,12	1,63	0,88
2,4	2,22	1,70	0,92
2,5	2,31	1,77	0,96
2,6	2,40	1,84	0,99
2,75	2,54	1,94	1,05
2,8	2,59	1,98	1,07
2,83	2,62	2,00	1,08
2,9	2,68	2,05	1,11
3,0	2,77	2,12	1,15
3,1	2,86	2,19	1,19
3,25	3,00	2,30	1,24
3,3	3,05	2,33	1,26
3,4	3,14	2,40	1,30
3,5	3,23	2,47	1,34
3,75			
4,00			1,43
4,25			1,53
4,5			1,63
4,75			1,72
5,0			1,82
5,23			1,91
5,52			2,00

Ilova 2

Hakamlar hujjatlari

1. Texnik talabnoma
2. Ishtirokchini shaxsiy varaqasi
3. Ommaviy musobaqalarga ishtirokchilarni shaxsiy varaqasi
4. Ko`pkurashchilar shaxsiy varaqasi
5. Estafeta yugurishda jamoa varaqasi
6. Qur'a qaydnomasi
7. Musobaqalar qaydnomasi (olti urinishga)
8. Balandlikka sakrash bo'yicha qaydnoma (langar cho'p)

9. Final qaydnomasi
10. Katta xakamlar qaydnomasi - xronometrist va marrada
11. Marra qaydnomasi
12. Ishtirokchilarni oraliqda ko`rsatgan vaqtlar qaydnomasi
13. 5000 m yugurishda aylanmalar bo`yicha qaydnoma
14. 10000 m yugurishda aylanmalar bo`yicha qaydnoma
15. Masofalardagi hakamlarni yozuv xati
16. Shamol tezligini o`lchash qaydnomasi
17. Sportcha yurishda yakuniy qaydnoma
18. Sportcha yurishdagi stil hakamlarini qaydnomasi
19. Sportcha yurishdagi hakamlarni yozuv xati (diskvalifikatsiya)
20. Langan cho`p bilan sakrashda ustunlarni holat qaydnomasi
21. Boshlang`ich balandlik to`g`risida ma`lumot
22. Ariza va shikoyatlar
23. Trassada oziqalanish punktini aniqlash uchun talabnoma
24. Hakamlar brigadasi ishini tekshirish va ularni tayinlash varaqasi
25. Mukofotlash varaqasi musobaqalar sovrindorlari to`g`risida ma`lumot
26. Rekord natijasini rasmiylashtirish qaydnomasi

3.14. Sakrash va uloqtirish bo`yicha hakamlar

3.14.1. Sakrash va uloqtirishning har bir turi bo`yicha musobaqa o`tkazish uchun hakamlar guruhi tayinlanadi. Guruh tarkibiga quyidagilar kiradi: katta hakam, o`lchovchi hakamlar va kotib (yuqori darajadagi musobaqalardan kamida 2 ta kotib bo`lishi lozim).

3.14.2. Musobaqaning sakrash (uloqtirish) turlari bo`yicha katta hakam yuqori darajadagi musobaqalarda referiga, qolgan musobaqalarda esa shu turning bosh hakam yordamchisiga bo`ysunadi.

3.14.3. Sakrash va uloqtirish bo`yicha katta hakam:

a) musobaqadan oldin musobaqa joylari va asbob-uskuna va jig'ozlarni ko'zdan kechiradi;

b) hakamlar guruhi a'zolaridan biri ishtirokchilarni yig'ilish joyidan musobaqa o'tkazilish joyiga bir tartibda olib chiqish uchun tayinlanadi;

v) o'zga mas'ul bo'lgan musobaqa turini yaxshi o'tishini tashkil qiladi, tartib, intizom va xavfsizlikni kuzatadi, ta'minlaydi;

g) sakrash va uloqtirish bo'yicha musobaqa qoidalarini to'g'ri bajarilishini kuzatadi. To'g'ri bajarilganda oq bayroqcha, xato bajarilganda qizil bayroqni ko'taradi. Natijalarini o'lchash va bayonnomani to'g'ri to'ldirilishini nazorat qiladi. Sakrash va uloqtirish to'g'ri bajarilganligini aniqlashda katta hakamning qarori yakuniy hisoblanadi (1.7.1., 3.3.4., 7.9.1. bandlardan tashqari);

d) uzunlikka va uch hatlab sakrash musobaqalarida shamol tezligi haqidagi ma'lumotni hakamlardan olingan ma'lumotga asoslanib bayonnomaga kiritishadi (3.13.5.-chi bandga qaralsin);

e) katta hakam imzo chekkan bayonnomani bosh hakam tasdiqlab, uni bosh kotibi, axborot guruhi, tablo xizmatchilari va axborot markaziga topshiradi, bayonnoma nusxasini maxsus «devor»ga osishadi;

j) bosh kotib yoki uning yordamchisi ko'rsatmasiga asoslanib ishtirokchilarining sport natijalarini sportchilarni shaxsiy varaqalariga kiritadi.

3.14.6. Sakrash va uloqtirish hakamlariga ishtirokchini hisobga olinmagan urinishini o'lchash va qo'shimcha urinishga ruxsat berish taqiqlanadi.

3.15. Hakamlar guruhi ishlarini hisobga olib boruvchi (nozim)

3.15.1. Hakamlar guruhi ishlarini hisobga olib boruvchi va taqsimlash xizmatidagi hakamlar ishini yuqori darajadagi musobaqalar xizmat rahbari, qolgan musobaqalarda hakamlik kadrlari bo'yicha bosh hakam o'rinbosari boshqaradi.

3.15.2. Hakamlik kadrlari xizmatidagi hakamlar quyidagi tadbirlarni amalga oshiradilar:

a) musobaqa o`tkazuvchi tashkilot va unga taaluqli hakamlar hay'ati prezidiumi bilan birgalikda ish yuritib, hakamlar hay'atini yig'ish (hakamlarni chaqirib olib), boshqa shaharlardagi hakamlarni kutib olish va kuzatish;

b) hakamlarni brigadalarga va ish joylariga taqsimlab, hakamlar brigadalari bilan seminar o`tkazishni tayyorlash jadvalini tuzish;

v) bosh hakamlar hay'ati bilan birgalikda musobaqa boshlanishiga qadar hakamlar bilan seminar o`tkazishni tayyorlashadi va tashkil qilishadi;

g) hakamlarni kelganligi va ishi bo'yicha tabel yuritish;

d) hakamlar guruhi ishlarini kuzatib borib, kerak bo'lganda, ularni joylarini o`zgartirish;

e) har bir hakamlik guruhlarini ishini baholash bo'yicha bayonnomalar tarqatib, ularni to'ldirishni nazorat qilish;

j) bosh hakam (bosh kotib o`rinbosari) va katta hakamlar ko`rsatmalari asosida hakamlar va hakam brigadalari ishlarini baholashni olib borib, musobaqani o`tkazilishi bo'yicha hisobotga kiritish;

z) brigadalar va hakamlarni taqdirlash bo'yicha materiallar tayyorlash;

i) musobaqa davomida va yakunida hakamlar yig'ilishlarini tashkil qilib, bayonnomalarni to'ldirib borish;

k) bosh hakamlar hay'atini jamoalar rahbarlari bilan musobaqadan oldin, musobaqa davomida va yakunida o`tkaziladigan yig'ilishlarni tashkil qilish (kotibiyat bilan birgalikda).

3.16. Musobaqa o`tkazilish joyi, asbob-uskuna va jig'ozlarni tayyorlash xizmati hakamlari

3.16.1. Musobaqa o`tkazilish joyi, asbob-uskuna va jig'ozlarni tayyor bo'lishini musobaqadagi xizmat rahbari boshqaradi.

3.16.2. Asbob-uskuna va jig'ozlar bo'yicha xizmatchi hakamlar:

a) yugurish yo'lakchalaridagi chiziqlarning to'g'ri chizilganligi, sakrash va uloqtirish bo'yicha musobaqa o`tkazilish joylari va tayyorlanish joylarining tayyorligini tekshirish;

b) musobaqa o'tkazilish uchun kerak bo'lgan sport jig'ozlari va asbob-uskunalarining soni va yaroqligini tekshirish;

v) o'lchash asboblari, sekundomerlar va hakamlarning boshqa asbob-uskunlari uchun berilgan pasportlarning sonini tekshirish. Pasportda asbob-uskuna va jig'ozlarni tekshirilganligi, ishlatishga ruxsat berilganligi va ishlatish muddatlari ko'rsatilgan bo'lishi shart (1.9.2.e bandiga qaralsin);

g) musobaqa boshlanishidan ikki kun oldin o'yingoh rahbarlari va musobaqa o'tkazuvchi tashkilot bilan birgalikda musobaqa o'tkazilish joylari, asbob-uskuna, jig'oz va texnik qurilmalarining tayyor darajasi tekshirilganligi haqida qaydnoma tuzadi;

d) nozimlik jadvalidan foydalanib har bir musobaqa o'tkazilish joyi va badan qizdirish joylarini, asbob-uskuna va jig'ozlar bilan joylarni ta'minlanishi va to'plab olinishi haqidagi rejani tuzishadi. Rejada musobaqa joylarini tayyor bo'lish muddati ko'rsatiladi (musobaqadan 1soat 30 min. - 1.soat oldin rejani musobaqaning bosh hakami tasdiqlaydi);

e) har bir musobaqa o'tkazilish joyi va badan qizdirish joylaridagi taaluqli majmualarni oldindan tayyorlashadi;

j) asbob-uskuna va jig'ozlar bilan ta'minlanishi va yig'ishtirish, almashtirish jadvalga muvofiq tashkil qilinadi;

z) musobaqadan oldin asbob-uskuna va jig'ozlar to'plamini katta hakamlar guruhiga topshirib, musobaqa tugagandan so'ng qabul qilib olishadi.

3.16.3. Yuqori darajadagi musobaqalarda alohida hakamlar guruhi tuzilishi mumkin. Masalan, musobaqa joylaridagi chiziqlarni chizish, asbob-uskuna va jig'ozlarni tayyorlash va h.z.

3.16.4. Stadion rahbariyati yoki musobaqa o'tkazuvchi tashkilot hakamlar xizmatiga qo'shimcha bir necha ishchilarni ajratishi mumkin. Ular hakamlar hay'ati safiga kirmaydi.

3.17. Axborot va tan'tanali marosimlar xizmatidagi hakamlar

3.17.1. Musobaqalarni ochish, yopish, g'oliblarni mukofotlashni axborot va tantanali marosimlar xizmat rahbariyati boshqaradi.

3.17.2. Axborot va tan'tanali marosim xizmatidagi hakamlar quyidagilarni ta'minlashadi:

a) ishtirokchilar, hakamlar, tamoshabinlar, matbuot xodimlarini axborot bilan ta'minlashni tashkil qilish uchun hamma vositalardan foydalanish (radio, statsionar va harakatli tablo, axborot devorlari);

b) axborot brigadasini ishi, taqdirlash, stadion radioto'lqinlari (o'zaro va musobaqaning asosiy dasturi bilan)ni maslashtirish;

v) musobaqa tashkilotchilari bilan birga g'oliblarni taqdirlash;

g) musobaqani tan'tanali ochilish va yopilish marosimlarini o'tkazishga yordamlashish.

3.17.3. Xizmat a'zolari safiga radioaxborot bo'yicha, stadion, axborot tablosi bo'yicha hakamlar guruhi qo'shiladi.

3.17.4. Xizmat ishi oldindan tuzilgan ikkita jadval asosida olib boriladi:

a) radioaxborotchilar va statsionar tablochilar ishi;

b) musobaqa g'oliblari va sovridorlarini taqdirlash.

3.17.5. Radioaxborot guruhi ma'lumot beradiganlardan (suxondonlar) iborat bo'lib, ulardan biri guruhning katta hakami, qolganlari yordamchilari hisoblanib, ularni soni musobaqaning hajmi va miqyosiga bog'liq bo'ladi. Yuqori darajadagi musobaqalarda katta hakam tayinlanadi va u brigada ishiga rahbarlik qiladi.

Axborotchilar:

a) sportchilar familiyasi, ismi, qaysi jamoa a'zosi va uning sport natijalarini e'lon qilishadi va musobaqa o'tkazilishi bilan bog'liq bo'lgan axborotni tamoshabinlarga, ishtirokchilarga, matbuot xodimlariga va hakamlarga yetkazishadi;

b) o'z ishlarida kotiblarning materiallaridan, statistik ko'rsatkichlaridan foydalanishadi.

3.17.6. Radioaxborot guruhi instruktaj tashkil qilib, ayrim turlar bo'yicha musobaqa o'tkazish joylarida tablolardagi brigadalar ishini nazorat qilishadi.

3.17.7. Axborotchilar musobaqaning ma'lum turi bo'yicha axborot olib borish uchun oldindan tayyorlanishlari kerak. Axborotchilarning ishi musobaqa natijalarini e'lon qilish bilan birga tamoshabinlar orasida yengil atletikani targ'ibot qilish lozim. Stadionlarda statsionar tablolar soniga qarab tablolar brigadasi tuziladi. Ular oldindan tayyorlangan shakllar va jadvalga asoslanib o'z ishini tashkil qilishadi:

- a) guruhlardagi ishtirokchilar tarkibi;
- b) ishtirokchilarning natijalari;
- v) jamoalarning oraliqdagi va yakuniy natijalari;
- g) tan'tanali marosimlarni o'tkazishdagi maxsus tekstlar.

3.17.9. Ishtirokchilarning ko'rsatgan natijalari qisqa vaqt ichida tablo guruhiga yetkazilishi kerak.

3.17.10. Namoyish tablosida ko'rsatilgan natijalar rasmiy hisoblanadi.

3.17.11. Taqdirlash bo'yicha hakamlar guruhi tashkil qilib taqdirlash bo'yicha katta hakam rahbarligida ishlaydi. Taqdirlash bo'yicha katta hakam musobaqa o'tkazuvchi tashkilot vakili bilan birgalikda oldindan tasdiqlangan dastur bo'yicha musobaqa g'oliblarini taqdirlaydi.

3.17.12. Taqdirlash bo'yicha hakamlar musobaqa o'tkazuvchi tashkilot bilan birgalikda diplomlar, medallar va h.z.larni tayyorlab, taqdirlash vaqtida topshirishadi, mukofotlarni olish uchun chiquvchi ishtirokchi sovridorlarni tayyorlashadi, musobaqa o'tkazuvchi tashkilot belgilagan kishilarni mukofotlashga va ishtirokchilarni mukofotlash joyiga olib chiqishga jalb qilishadi, o'z harakatlarini axborot va tan'tanali marosimlar bo'yicha bosh hakam yordamchisi bilan, agar u bo'lmasa axborot hakamlari va radioto'lqin bilan bog'lanishlari kerak. Taqdirlash bo'yicha hakamlar mukofotlash bilan bog'liq bo'lgan hujjatlarni olib borishlari kerak.

3.17.13. Taqdirlash bo'yicha hakamlar musobaqaning ochilishi va yopilishi marosimlarida ham ko'maklashishadi.

3.18. Ishtirokchilarni musobaqaga tayyorlash xizmatidagi hakamlar

3.18.1. Yuqori darajadagi musobaqalarda ishtirokchilarni musobaqaga tayyorlash xizmat rahbariyati boshqaradi.

3.18.2. Ishtirokchilarni musobaqaga tayyorlash xizmatidagi hakamlar:

a) badan qizdirish joylarida ishtirokchilarni tartib-intizom saqlashlarini ta'minlash;

b) yig'ilish joylarida bayonnomaga asosan ishtirokchilarni kelganliklarini;

v) musobaqa bayonnomasiga ishtirokchilar kelganligini belgilash;

g) ishtirokchilarni shu tur bo'yicha musobaqa o'tkazuvchi hakamlar guruhi rahbari boshchiligida musobaqa o'tkaziladigan joyga olib chiqish;

d) yuqori darajadagi musobaqalarda sportchi yig'ilish joyiga kelmasa yoki ko'krak raqami bayonnomadagiga to'g'ri kelmasa, bu haqida musobaqa nozimiga xabar berish.

3.18.3. Yuqori darajadagi musobaqalarda ishtirokchilarning badan qizdirishlarini tashkil qilish va ularni yig'ilish joylarida nazorat qilish uchun alohida hakamlar guruhi tuziladi.

3.19. Axborot texnikasi va aloqa xizmatidagi hakamlar

3.19.1. Faqat yuqori darajadagi musobaqalarda axborot texnikasi va aloqa xizmatidagi hakamlar tuziladi, qolgan musobaqalarda esa ularni vazifasi asbob-uskuna va jig'ozlarni tayyorlash xizmatchilari zimmasiga yuklanadi.

3.19.2. Mazkur musobaqada bo'lgan axborot texnikasi ishini nazorat qilishni ta'minlaydi, ayniqsa:

a) fotomarra va avtoxronometraj tarmoqlarini;

b) sakrash va uloqtirish musobaqalarda natijalarini o'lchovchi avtomatlashtirilgan apparaturalarni;

v) shamol tezligini o'lchovchi qurilmalarni;

g) harakatlanuvchi tablolarini;

d) hakamlar orasidagi aloqa vositalari (telefon, radio)ni.

Axborot texnikasi xizmati hakamlarining vazifalari:

a) yo'riqnoma o'tkazish, axborot texnikasi va hakamlar guruhi orasida aloqa vositalari qo'llanilganda ularga yordam berish va nazorat qilish;

b) apparaturalar ishini ta'minlovchi texnik hakamlar bilan doimiy aloqada bo'lish;

v) 3.19.2.a-3.19.2.v bandlarda ko'rsatilganlarni 1.9.2.e bandning talablariga asoslanib apparaturalardagi pasportlar sonini nazorat qilish.

3.19.4. Hakamlar orasidagi aloqa vositalari ishini ta'minlash xizmati.

3.20. Tibbiy ta'minot xizmati

3.20.1. Bosh hakam a'zolari safiga kiruvchi musobaqaning katta shifokori yoki tibbiy qism bo'yicha bosh hakam yordamchisi;

a) talabnoma berilishi vaqtida ishtirokchilar uchun beriladigan tibbiy hujjatlarni to'g'ri, to'g'ri emasligini tekshiradi va musobaqaga faqat sog'lom sportchilar qatnashishini nazorat qiladi;

b) musobaqa jarayonida ishtirokchilar ustidan tibbiy nazorat olib boradi;

v) maxsus ko'rsatkichlar bo'yicha (kasal bo'lishi, jarohatlanishi va h.z.) ishtirokchilarni tibbiy-nazorat tekshirishni amalga oshirib, musobaqani davom ettirishi haqida yakuniy ma'lumot beradi, agar ishtirokchini musobaqadan chetlatsa, bu haqida bosh hakam yoki tur bo'yicha katta hakamni xabardor qiladi;

g) musobaqa o'tkazilish jarayonida tozalik, gigiyenik talablarga amal qilinishini nazorat qiladi;

d) musobaqa va badan qizdirish joylarida tibbiy yordam ko'rsatishni ta'minlaydi;

e) 20 km dan ortiq yugurish va sportcha yurish musobaqalarida ishtirokchilarni tibbiy tekshirishdan o'tkazib, mazkur musobaqaga qatnashishi yoki qatnashishi mumkin emasligini aniqlaydi;

j) yugurish va yurish musobaqalarida suv ichish punktlarini tashkil qilishga va ishlashiga bevosita qatnashadi, maxsus ichimliklardan individual foydalanishni mumkin yoki mumkin emasligini nazorat qiladi va unga ruxsat beradi;

z) musobaqa yakunida bosh hakam va musobaqa o`tkazuvchi tashkilotga tibbiy-xizmat sanitar ta'minot haqida hisobot beradi. Hisobotga o`z takliflarini ham kiritadi.

3.20.2. Ishtirokchilar soni ko`p bo`lib, musobaqa dasturining hajmi katta yoki masshtabi yirik bo`lganda, tibbiy xizmat rahbariga qo`shimcha tibbiy ishchilar va tibbiy mashinalar ajratiladi.

3.21. Nazorat xizmati (tartibni saqlash)

3.21.1. Yuqori darajadagi musobaqalarda nazorat xizmati tashkil etiladi va uni xizmat rahbari boshqaradi. Qolgan musobaqalarda nazorat xizmati ishini musobaqa sohibi, bosh hakam yordamchilari, guruhlarining katta hakamlari bajarishadi.

3.21.2. Nazorat xizmati:

a) yengil atletikaning alohida turlari bo`yicha bosh hakam bilan, bosh hakam yordamchilari va katta hakamlar bilan birgalikda musobaqa o`tkazilish joylarida tartib saqlanishni ta'minlaydi;

b) sport inshootlari ma'muriyati bilan birgalikda badan qizdirish joylarida, ishtirokchilar, hakamlar, hakamlar va matbuot uchun ajratilgan xonalarda o`rnatilgan tartib saqlanishini ta'minlash;

v) hakamlar hay'ati xizmat xonalari mebel va jig'ozlar bilan ta'minlanishiga mas'ul shaxs hisoblanadi.

3.21.3. Nazorat xizmati o`z vazifalarini jamoa tartibini saqlovchi organlar va sport inshootlari ma'muriyati bilan birgalikda olib boradi.

3.22. Musobaqa nozimlari

3.22.1. Yuqori darajadagi musobaqalarda tartibga soluvchi guruhlarini tuziladi, boshqa musobaqalarda esa kerak bo`lib qolgan taqdiridagina musobaqa nozimi tayinlanadi.

3.22.2. Nozim musobaqa jadvalining bajarilishini nazorat qiluvchi bosh hakam yordamchisidir.

3.22.3. Nozim quyidagi faoliyatlarni bajaradi:

a) nozimlik jadvalining loyihasini tayyorlaydi, unda guruhlarining ishlash davri ko`rsatiladi (ishtirokchilarni ro`yxat bilan tekshirish vaqti, sportchilarni musobaqa joyiga chiqish vaqti, har bir urinishini bajarilishi, guruhlarini g`oliblarini mukofotlash va h.z.), nozimlik jadvalini musobaqa bosh hakami tasdiqlashishi kerak;

b) nozimlik jadvalini bajarilishi, asbob-uskuna va jig'ozlarni olib kelish va yig'ishtirish reja-jadval ishini nazorat qiladi (3.16.2. bandga qaralsin);

v) agar jadvaldagi ko`rsatmalar buzilsa bosh hakam, xizmat rahbarlari yoki bosh hakam yordamchisi tomonidan tezkor choralar ko`riladi;

g) sportchilarni yig'ilish joylarida musobaqaga kelmagan ishtirokchilar, ko`krak raqami o`zgartirilganligi va h.z.lar haqida axborot olib, taaluqli guruhlariga yetkazadi.

3.23. Dopinga qarshi nazorat bo'yicha hakamlar

3.23.1. Dopinga qarshi nazorat o`tkaziladigan musobaqalarda uni o`tkazishga yordam berish uchun hakamlar ajratiladi (2.4.4. bandga qaralsin).

3.23.2. Dopinga qarshi nazorat bo'yicha hakamlar nazorat o`tkazuvchi mutaxassis rahbarligida ishlashadi va tekshirish joyiga kelgan ishtirokchilarni belgilashadi.

3.24. Inspektor-hakamlar

3.24.1. Shahar miqyosidagi va yuqori darajali musobaqalarda musobaqa uyushtiruvchi tashkilot va hakamlar hay'ati prezidiumi tomonidan, oldindan, yuqori toifali hakamlardan biri inspektor (inspektorlik guruhi) qilib saylanadi.

3.24.2. Inspektor-hakamlar:

a) musobaqaga tayyorgarlik va o`tkazilish sifatini har tomonlama baholaydi. Bosh hakamlar hay'ati bilan birgalikda musobaqa o`tkazilish joyini qabul qilishga, asbob-uskuna jig'ozlar pasportlarining 1.9.2.e banddagi talablarga javob berishi, o`lchov qo`llanmalari, sekundomerlar va hakamlarning boshqa apparaturalarini tekshirish;

b) mazkur musobaqa hakamlari ishini o`rganib, qoidalarga rioya qilish reglamentni bajarilishi, jadval, marosimlari va h.z.larga asosiy diqqatni jalb qiladi;

v) kerak bo'lganda bosh hakamlar hay'atiga yordam beradi va ularni ishini baholaydi;

g) musobaqadagi hakamlar hay'atining yig'ishlarida qatnashadi;

d) bosh hakam yoki hakamlarni yordamchisi bilan birgalikda hakamlar guruhi va alohida hakamlar ishini baholaydi;

e) baholash qog'ozida (3.3.2. bandga qaralsin) ko'rsatilganiga asoslanib, mazkur musobaqani qismlariga bo'lib baholash loyihasini tayyorlaydi;

j) hakamlar, tomoshabinlar va ishtirokchilarning musobaqa joylarida tartib saqlashlariga alohida e'tibor berib (ayniqsa, uloqtirish musobaqalarida va shosse bo'ylab yugurishda) disk va bosqon uloqtirishda, snaryadlar va musobaqa joyidagi xavfsizlik to'siqlarining tekshirilishini tashkil qiladi.

3.24.3. Inspektor-hakamlar bosh hakamlar hay'ati safiga kirib, musobaqani o'tkazuvchi tashkilot va taaluqli hakamlar hay'ati prezidiumiga bo'sunadi.

3.24.4. Inspektor musobaqa yakunlangandan so'ng besh kun mobaynida hakamlar hay'ati prezidiumiga hisobot beradi. Hisobotga o'tgan musobaqani qisqacha yoritadi, ijobiy va salbiy tomonlarini ko'rsatadi.

3.25. Apelyatsion jyuri

3.25.1. Yuqori darajadagi musobaqalarda, musobaqa o'tkazuvchi tashkilot apelyatsion jyuri tuzib, uning tarkibiga shu tashkilotni yengil atletika federatsiyasi bo'yicha a'zosi va mazkur musobaqaning inspektori (inspektorlar guruhining rahbari) kiradi. Jyuri a'zolari 3-5 kishidan iborat bo'ladi.

3.25.2. Jyuri a'zolarining asosiy vazifasi oldin ko'rib chiqilib, qabul qilingan noroziliklar yakunini qayta ko'rib chiqishdan iborat (1.7.2. bandga qaralsin). Noroziliklar bo'yicha apelyatsion jyurini fikri oxirgi hisoblanadi.

3.25.3. Jyuri a'zolari musobaqa jarayonida hakamlar, referi va boshqa shaxslar ishiga qo'shilmaydi, o'zgartirishlar kiritishga taklifnoma berish huquqiga ega. Bosh hakam va boshqa hakamlar bilan suhbatlashgandan so'ng takliflar qabul qilishi mumkin.

4. YUGURISH VA SPORTCHA YURISH MUSOBAQA BO'YICHA O'TKAZILISH JOYI VA JIHOZLARI

4.1. Umumiy qism

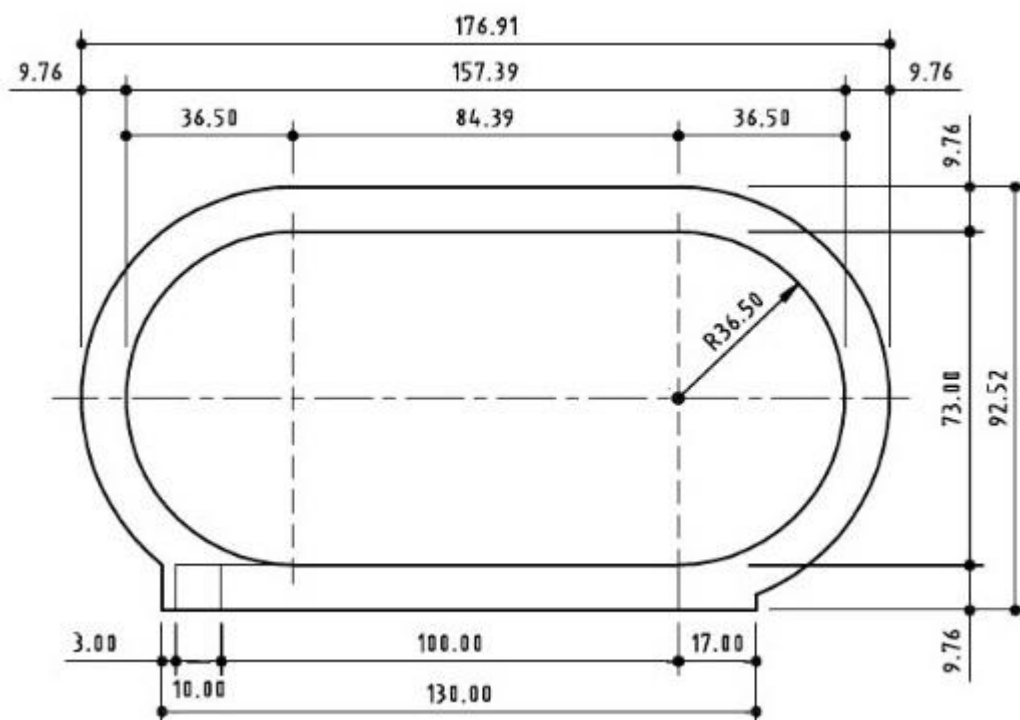
4.1.1. Yugurish va sportcha yurish musobaqalari o'tkazilganda (kross, shosse va shahar ko'chalarida yugurish va sportcha yurishdan tashqari) yugurish yo'laklari to'g'ri yoki aylanma shaklda bo'lishi kerak.

4.1.2. To'g'ri yugurish yo'lagini musobaqa o'tkaziladigan masofa turidan taxminan 18-20 m dan ortiq bo'lishi kerak (3-5 m start chizig'igacha va 15 m gacha marra chizig'idan so'ng).

Ochiq havoda o'tkaziladigan musobaqalarda aylanma yugurish yo'laginging uzunligi 200 m dan 400 m gacha bo'ladi.

Yugurish yo'laginging ko'rinishi quyidagilardan iborat: uzunligi bir-biriga mos 2-ta paralel to'g'ri chiziq. Ular bir-biri bilan 2 ta bir xil burilish bilan bog'langan.

400 m li aylanma yugurish yo'laginging ko'rinishi:



1 rasm. 400 m stadionni chizmasi

Sport arenalari stadiondagi 400 m li yugurish yo'laginging ko'rinishi:

a) to'g'ri yo'lakning eni: shahar va viloyat miqyosidagi musobaqalar uchun - 7,5; respublika miqyosidagi va undan yuqori musobaqalarda - 10, 11.25 yoki 12,5; b) burilishda yo'lakning eni: shahar va viloyat miqyosidagi musobaqalarda 7,5; respublika miqyosida va undan yuqori musobaqalarda - 10; v_1 , v_2 to'siqlar osha yugurish uchun suvli chuqurning joylashishi; g) to'g'ri yo'lak bo'ylab yugurishda start berish uchun ajratilgan joy; d) to'liq aylana masofadan qisqa bo'lgan masofalarga start berish uchun ajratilgan joy; e) aylana masofaning yarmidan ortiq masofalarga start berish uchun ajratilgan joy.

4.1.3. Alohida yo'lakchalar bo'ylab o'tkaziladigan yugurishning hamma turlari (5.1.1. bandga qaralsin) har bir yo'lakchanning eni 1.22 m ni tashkil qilib, yugurish yo'lagini ustiga chizilgan chegara chiziqlari bilan belgilanadi. Yuguruvchilar harakati bo'ylab uni chiziqning eni uning yo'lakchasi eniga kiradi.

Ayrim hollarda (g'ovlar osha yugurishdan tashqari) joyning sharoitiga qarab alohida yo'lakchalarning eni 0.05-0.1 m ga qisqartirilishi mumkin.

8 ta alohida yo'lakchalari bo'lmagan stadionlarida start alohida yo'lakchalardan (600.800.1000 m ga yugurishda har-bir yo'lakchanning eni 0.625 m) yo'lakchanning yarmiga qisqartirilishi mumkin (5.1.1. band). Bu holda hamma ishtirokchilar uchun yo'lakchalarning eni bir xil bo'lib, 5.1.2. banddagi umumiy yo'lakdan yugurish ko'rsatmalaridan oshmasligi kerak. Shahar va viloyat miqyosida o'tkaziladigan musobaqalarda yugurish yo'lagi kamida 6 ta alohida yo'lakchadan iborat bo'lishi kerak. Respublika va undan yuqori darajadagi musobaqalarda aylanma bo'yicha 8 ta alohida yo'lakchalar va marradagi to'g'rilikda 8-10 ta alohida yo'lakchalar bo'lishi lozim.

4.1.4. Aylanma yugurish yo'lagining ichki parametri bo'ylab brovka o'tkaziladi. U yo'lakdan 50 mm ko'tarilgan, eni 50 mm gacha bo'ladi. Brovkaning ustki qismi aylanma bo'lishi kerak. Brovka oq rangga bo'yalishi lozim.

4.1.5. Yugurish yo'lagi ustini egilganligini, yugurish yo'nalishi bo'ylab 1:1000 dan oshmasligi va ko'ndalang yo'nalish bo'yicha (ichki brovka tomonga) 1:100 dan

oshmasligi kerak. Aylanish yo`lagining ichki brovkasi bir gorizontal yassilikda yotishi kerak.

4.1.6. Doira yugurish yo`lagining uzunligi hamda undagi alohida yo`lakchalar butun aylana yo`lak (undagi 1-alohida yo`lakcha uchun) uchun brovkaning tashqi chekkasidan 0.3 m masofada joylashib, ichki brovkasi ko`tarilgan shartli hisoblash chiziqlaridan amalga oshiriladi. Qolgan yo`lakchalar uchun esa yo`lakchaning ikki chegara chizig'ini tashqi chetidan 0.2 m qoldirilib o`lchanadi (1-rasmga qo`shimcha qaralsin).

Agar yugurish yo`lagining burilishlarida ichki brovka ko`tarilmagan bo`lsa (masalan, to`siqlar osha yugurishda, suvli chuqur tomonidagi burilishda), unda brovkani diametriga mos keladigan arqon, shlanga yoki eni 50 mmli chiziq bilan belgilanib, chiziqning ustiga har 4 m masofaga bayroqchalar o`rnatilishi kerak. Bayroqchalarning shakli 0.25x0.2 m, dastasi yugurish yo`lagidan 0.45-0.5 m baland bo`lishi kerak. Agar yo`lakchaning ichki chegarasi faqat chiziq bilan belgilangan bo`lsa, yo`lakchaning uzunligi shu qismida ichki chegara chizig'idan 0.2 m qoldirilib o`lchanadi.

4.1.7. To`g`ri yugurish yo`lagining ustiga alohida yo`lakchalarning chegara chiziqlaridan tashqari (4.1.3. band) quyidagi belgilar ham chiziladi:

a) Hamma masofalarning marrasi. Biror-bir to`g`ri yo`lakning oxirida, burilish bilan kesishgan joyida, ichki brovkaga to`g`ri burchak ostida yugurish yo`lagining ko`ndalang kesimi bo`ylab belgilanadi;

b) alohida yo`lakchalardagi start chizig'i har bir yo`lakchaning ko`ndalang kesimi bo`ylab belgilanadi;

v) umumiy yo`lak bo`ylab start chizig'i shunday belgilanishi kerakki, start chizig'ini xohlagan nuqtasidan yuguruvchilarning umumiy yo`lakka o`tishlari taxmin qilinadigan joygacha bosib o`tadigan masofalari bir xil bo`lishi kerak;

g) alohida yo`lakchalardan umumiy yo`lakka o`tish chizig'i, alohida yo`lakchalar bo`ylab yugurishdagidan yo`lak burilishning oxirida to`g`ri yo`lak bilan to`qnashgan joyidan (5.1.1.;5.10.5. bandlar) boshlanadi. Bu chiziqning hamma nuqtalari to`g`ri

yo`lak (ikkinchi burilish bilan to`qnashgan joyidan) oxirida brovka nuqtasidan bir xil masofaga siljishi kerak;

d) estafetali yugurishda tayoqcha uzatish zonalarining chegaralari, 200 m li zonani belgilovchi 2 ta ko`ndalang chizig`idan, boshlanadigan bosqichdan 10 m masofaga oid va orqa tomonlaridan belgilanadi. Umumiy yo`lak bo`ylab yugurilganda bu chiziqlar umumiy yugurish yo`lagining ko`ndalangi bo`ylab chiziladi. Bu chiziqlarda yugurish yo`nalishi bo`ylab  $45^\circ$  burchak ostida har birining uzunligi 0.15 m zonani ichiga yo`naltirilgan to`g`ri chiziqlar o`tkaziladi;

e) estafeta bosqichlari 200 m gacha (200 m ham kiradi) bo`lgan masofalarga alohida yo`lakchalar bo`ylab yugurilganda, har bir yo`lakchaning uzatish zonasiga 10 metr qolganda, yo`lakchalarning chegara chiziqlari bo`ylab hisoblangan bir-biriga yo`naltirib uzunligi 0.25 m li yugurish boshlanadigan chiziqlar chiziladi (5.10.6. band);

j) ishtirokchilarni yig`ish chizig`i umumiy yo`lak bo`ylab start chiziqlariga parallel belgilanib, ulardan taxminan 3 m orqada joylashadi (3.6.9. bandning v; 5.2.2. band);

z) marra chizig`igacha 5 m qolganini belgilovchi chiziqlar marra chizig`idan hisoblanib, unga parallel qilib umumiy yo`lakning ko`ndalang kesimi bo`ylab har bir 1 m dan keyin o`tkaziladi (2-rasm). Marra chizig`iga 1 m qolganda tomoshabinlar va hakamlar uchun raqamlar yoziladi (shakli 0.4 m gacha; ular ichki brovkadan boshlanib, yo`lakchalarni tartibini ko`rsatadi). Ishtirokchilarning yig`ilish chizig`idan tashqari hamma belgilarini eni 50 mmli yaxlit chiziqlar bilan belgilanadi. Ishtirokchilarning yig`ilish chizig`ini eni 300 mm bo`lib, uzilib-uzilib chiziladi.



2-rasm. Marra chizig`i

Startni belgilovchi chiziqning eni masofaning o'lchamiga kiradi, marra chizig'ini eni esa kirmaydi. Alohida yo'lakchalardan umumiy yo'lakchaga o'tish qismi umumiy yo'lakdan yugurib o'tilganining kesimiga kiradi.

Uzatish zonalaridagi ikkala chegara chiziqlarining eni zona hajmiga kirib, estafetali, qisqa masofalarga yugurish bosqichlardagi yugurish boshlanadigan chiziqlarining eni 10 mm li yugurish zonasining shakliga kiradi.

Yugurish yo'lagidagi hamma belgilar oq rangga bo'yaladi. Faqat quyidagilardan tashqari:

- 800 m ga yugurishda start chiziqlari yashil rangda;
- 4x200 va 4x400 m estafetali yugurish start chiziqlari, yo'lakcha ochiq rangli bo'lsa qora va qoramtir rangli bo'lsa qizil bo'yoqda chiziladi;
- 4x200 m estafetali yugurishda alohida yo'lakchalardan umumiy yo'lakka o'tish, estafeta tayoqchasini uzatish zonalarining chegaralari va 2-, 3-bosqichdagi yugurish boshlanish chiziqlari hamda 4x400 m estafetali yugurishda 2-bosqichdagi uzatish zonalarining chegaralari sariq rangga bo'yaladi;
- vaqtinchalik brovka va to'siqlar osha yugurishning start chiziqlari ko'k rangga bo'yaladi.

To'siqlar osha yugurishda to'siqlar o'rnatiladigan joylar alohida yo'lakchalarning chegara chiziqlarining ikkala tomonidan yo'lakchani ichki tomoni bir-biriga qaratilgan uzunligi 30 m li chiziqlar bilan chiziladi. Chiziqlarning eni (10 mm li) to'siqlar orasidagi masofa kirmaydi (yugurish yo'nalishi bo'ylab hisoblanganda). Chiziqlar quyidagi ranglarda chizilishi kerak:

- ayollar 100 m to'siqlar osha yugurganda qizil;
- erkaklar 110 m to'siqlar osha yugurganda ko'k;
- ayollar va erkaklar 400 m g'ovlar osha yugurganda oq.

To'siqlar osha yugurishda to'siq, yo'lak ustiga brovka oldidan yoki tashqarisidan eni 30 mm li va uzunligi 100 mm li ko'k rangli chiziq bilan belgilanadi.

4.1.9. Alohida yo`lakchalar bo`ylab yugurilganda start chizig'idan 3-5 m orqada hakamlar va tomoshabinlarga yaxshi ko`rinadigan, yo`lakchalarning tartib raqamlari yozilgan ko`rsatkichlar o`rnatilishi kerak (hisob ichki brovkadan boshlanadi).

4.1.10. Alohida yo`lakchalar bo`ylab 400 m gacha bo`lgan masofalar (400 m) ham kiradi masofalarning start tirgaklardan foydalanish mumkin. Ular erkin, mustahkam konstruktiviyali bo`lib, deysinish maydoni egallashini va ular orasidagi masofani boshqaradigan, lekin sportchini start olishini yengillashtiruvchi prujina yoki boshqa qo`llanmalar bo`lmasligi kerak. Start tirgaklar tashib keltiriladigan va yengil o`rnatiladigan bo`lishlari kerak. Juft start tirgaklar soni alohida yo`lakchalar sonidan kam bo`lmasligi kerak har bir sportchining shaxsiy start tirgagi bo`lishi va boshqa ishtirokchilarga foydalanish uchun bermasligi mumkin.

Xalqaro va respublika miqyosidagi musobaqalarda ishtirokchilar musobaqa o`tkazuvchi tashkilot ruxsat bergan start tirgaklaridan foydalanishlari shart.

4.1.11. Marra chizig'ining yuguruvchilarga yaqin chekkasi (marra yassiligi) bo`ylab o`tuvchi vertikal yassilikni davomida yugurish yo`lagini ikkala tomonida, uning tashqarisidan kamida 0.3 m masofada, balandligi 1,4 m (yo`lakning ustidan hisoblaganda)li 2 ta marra ustunlari o`rnatiladi va mustahkamlanadi. Ustunlarning ko`ndalang kesimi 80x20 mm. Ustunlar yo`lakka o`zining silliq tomoni bilan qaratilishi kerak. Ustunlarning yuguruvchilarga yaqin cheti marra yassiligi bilan bir balandlikda bo`lishi kerak (2-rasm). Ustunlarning shu chetiga lenta o`rnatiladi.

Lenta (ip) erkaklar va yoshlar uchun 1,22 m balandlikka tortiladi, qolgan ishtirokchilar guruhlar uchun 1,1 m balandlikka tortiladi. Buning uchun ustunlarga belgi chiziladi.

Yo`lakdan ko`ndalang tortiladigan lentani ikkala tomonidan marradagi hakamlar ushlab turishadi. Lentaga ishtirokchi tegishi bilan uni tezda qo`yib yuborishadi. Lentani ustunga mahkamlash taqiqlanadi. Junli ip ustunga bog`lanadi, marraga yetib kelgan sportchi tomonidan uziladi. Qattiq shamol marra lentasini marra yassiligidan surganda hamda xronometrlovchi avtomatlashgan qurilmalar ishlatilganda marra lentasi qo`llanilmaydi.

4.1.13. Marragacha 5 m qolganda belgilovchi chiziqlarning shartli davomiga yugurish yo`lagining ikkala tomonidan, uni tashqarisidan 0.3 m dan kam bo`lmagan 0.15 m li ikki tomonli ko`rsatkichlar qo`yiladi.

4.1.14. Yugurish yo`lagini tashqi tomoniga (yoki ikkala tomonidan), uning yaqin chegarasidan kam bo`lmagan masofaga marra chizig'ining qarshisiga (tasavvur qiladigan davomiga) marradagi hakamlar va xronometrchi hakamlar uchun hakamlar vishkasi o`rnatilishi kerak. Marra oldida yugurish bo`yicha kotiblarga joy ajratilish ham ko`zda tutilishi kerak. Bu hakamlar guruhiga marra davomi bo`ylab tribunalarga joylashgan maxsus joylarni ajratish tasviya qilinadi.

4.1.15. Xronometrchi hakamlar va marradagi hakamlarning estafeta bosqichlardagi tayyorgarligini bildiruvchi signali start beruvchi hakamga yetkazish uchun rangli bayroqchalar yoki svetoforga o`xshagan qurilmalardan foydalanish mumkin.

4.1.16. Yugurishda yo`l boshlovchini oxirgi aylanmaga ketganligini bildirish uchun marrada qo`ng'iroq bo`lishi kerak.

4.1.17. Yugurish va sportcha yurish musobaqalarida natijalarni to`g'ri aniqlash maqsadida to`la avtomatlashtirilgan elektron xronometrlovchi asboblari qo`llanishi kerak. Bu asboblari start beruvchi hakamlar to`pponchadan o`q otishi bilan avtomat tarzda ishga tushib, to`xtovsiz harakatlanuvchi vaqt shkalani plyonkasida sportchlarini marra chizig'ini kesib o`tishlarini aniqlaydi.

Ishtirokchilarning natijalarining va egallagan o`rinlari maxsus ko`ruv qurilmalarida plyonkani ko`rib aniqlanadi. Iloji boricha marrada 2 ta kamera bo`lishi tasviya qilinadi (yo`lakchani ikkala tomonidan bittadan kamera bo`lishi kerak).

4.1.18. Estafetali yugurish uchun estafeta tayoqchalari bo`lishi kerak. Ularning soni ishtirokchi jamoalar sonidan kam bo`lmasligi kerak.

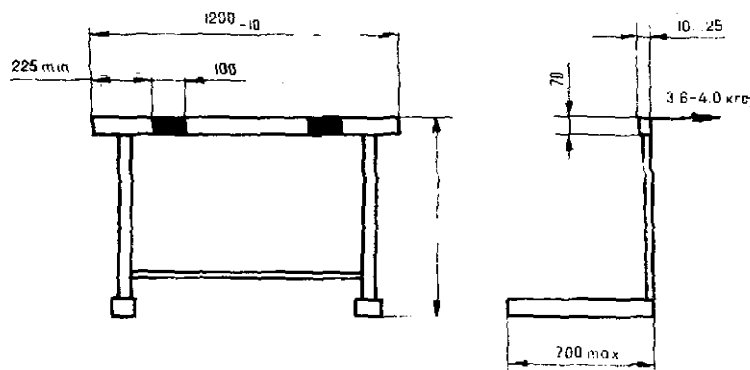
Estafeta tayoqchasi doira kesimi rangli trubka bo`lib, usti silliq, bir xil qattiq materiallardan tayyorlangan bo`lishi kerak. Estafeta tayoqchasining uzunligi 280-300 mm, vazni kamida 50 gr va ko`pi bilan 150 g bo`lishi lozim. Bolalar va o`spirinlar guruhlarida estafeta tayoqchasining diametri 38-40 mm gacha bo`lishi lozim.

4.1.19. Sportcha yurish va yugurish musobaqalari yugurish yoʻlagida oʻtkazilganda 4.5.6. va 5.8.4. bandlarning koʻrsatmalariga asoslanib, ozuqalanish punktlari marra chizigʻi oldida oʻrnatilishi kerak. Uning qoʻllanishi 4.5.6. bandga asoslanib amalga oshiriladi.

4.2. Gʻovlar osha yugurish

4.2.1. Gʻov perekladinadan iborat boʻlib, vertikal pastida oyoqchalar bilan bi-riktirilgan boʻlishi mumkin (3-rasm). Toʻsiqlar har bir oyoqchanning oxiriga biriktirili-lishi kerak.

Gʻovlar, pasti perekladina va oyoqchalar metallardan yoki boshqa materiallardan, shu bilan birga yogʻochdan yasatilishi mumkin. Yuqori plankalari oʻz oʻqi atrofida buraladigin toʻsiqlaridan foydalanishga ruxsat etilmaydi (ikkala toʻsiq balandligida ham). Ustki perekladina yogʻochdan yoki boshqa toʻgʻri keladigan metallardan boʻlishi kerak. Gʻovning shakli (hamma toʻsiqlarga taaluqli): uzunligi 1200 mm (kamayish tomonga 10 mm siljishi mumkin), eni 70 mm, qalinligi 10-25 mm.



3-rasm.

Perekladinaning yuqori qirralari aylana boʻlishi kerak. Perekladina oq rangga boʻyaladi, uchlaridan 225 mm masofada bittadan qora rangli (eni 100 mm) vertikal chiziqlar chiziladi. Gʻovning qolgan hamma qismlari och boʻlmagan rangga boʻyaladi. Gʻov oyoqlarining eng koʻp uzunligi 700 mm, toʻsiqning eng kam ogʻirligi 10 kg. Yuqori perekladinasining oʻrtasida eng kami bilan 3.66 va koʻpi bilan 4 kg gorizonta kuch taʻsirida toʻsiq agʻdarilib tushishi kerak.

4.2.2. G'ovlarning balandligi va ularni o'rnatilishi 4-jadvalda keltirilgan.
To'siqlar balandligidagi siljish 3 mm dan oshmasligi kerak.

4-jadval

50	qizlar 11 yosh	550	5	13,00	7,50	7,00
50	qizlar 12 yosh	650	5	13,00	7,75	6,00
50	qizlar 13 yosh	762	5	13,00	8,00	5,00
50	- - - 14-15 yosh	762	5	13,00	8,25	4,00
50	- - - 16-17 yosh	840	4	13,00	8,50	11,50
50	ayollar	840	4	13,00	8,50	11,50
60	qizlar 11 yosh	550	5	13,00	7,50	17,00
60	qizlar 12 yosh	650	5	13,00	7,75	16,00
60	qizlar 13 yosh	762	5	13,00	8,00	15,00
60	- - - 14-15 yosh	762	5	13,00	8,25	14,00
60	- - - 16-17 yosh	840	5	13,00	8,50	13,00
60	ayollar	840	5	13,00	8,50	13,00
80	qizlar 11 yosh	550	8	13,00	7,50	14,50
80	qizlar 12 yosh	650	8	13,00	7,75	12,75
80	qizlar 13 yosh	762	8	13,00	8,00	11,00
80	- - - 14-15 yosh	762	8	13,00	8,25	9,25
100	- - - 14-15 yosh	762	10	13,00	8,25	12,75
100	- - - 16-17 yosh	840	10	13,00	8,50	10,50
100	ayollar	840	10	13,00	8,50	10,50
200	qizlar 14-15	762	10	16,00	19,00	13,00
200	qizlar 14-15	762	10	16,00	19,00	13,00
200	ayollar	762	10	16,00	19,00	13,00
300	qizlar 14-15	762	8	45,00	35,00	10,00
300	qizlar 16-17	762	8	45,00	35,00	10,00
400	qizlar 16-17	762	10	45,00	35,00	40,00
400	ayollar	762	10	45,00	35,00	40,00
50	o`g`il b. 11 yosh	762	4	13,72	8,00	12,28

50	o`g`il b. 12 yosh	840	4	13,72	8,25	11,53
50	o`g`il b. 13 yosh	914	4	13,72	8,50	10,78
50	o`.b. 14-15 yosh	1000	4	13,72	8,80	9,88
50	o`smirlar 16-17	1067	4	13,72	9,14	8,86
50	erkaklar	1067	4	13,72	9,14	8,86
60	o`g`il b. 11 yosh	762	5	13,72	8,00	14,28
60	o`g`il b. 12 yosh	840	5	13,72	8,25	13,28
60	o`g`il b. 13 yosh	914	5	13,72	8,50	12,28
60	o`.b. 14-15 yosh	1000	5	13,72	8,80	11,08
60	o`smirlar 16-17	1067	5	13,72	9,14	9,72
60	erkaklar	1067	5	13,72	9,14	9,72
80	o`.b. 14-15 yosh	1000	7	13,72	8,50	15,28
80	o`g`il b. 13 yosh	914	7	13,72	8,80	13,48
110	o`.b. 14-15 yosh	1000	10	13,72	8,80	17,08
110	o`smirlar 16-17	1067	10	13,72	9,14	14,02
110	erkaklar	1067	10	13,72	9,14	14,02
300	o`.b. 14-15 yosh	762	7	45,00	35,00	45,00
300	o`smirlar 16-17	762	7	45,00	35,00	45,00
400	o`smirlar 16-17	914	10	45,00	35,00	40,00
400	erkaklar	914	10	45,00	35,00	40,00

4.2.3. Alohida yo`laklarda turgan G'ovlar bir-biriga tegmasligi, oyoqchalari esa startga qaratilgan bo`lishi kerak.

4.3. To`siqlar osha yugurish

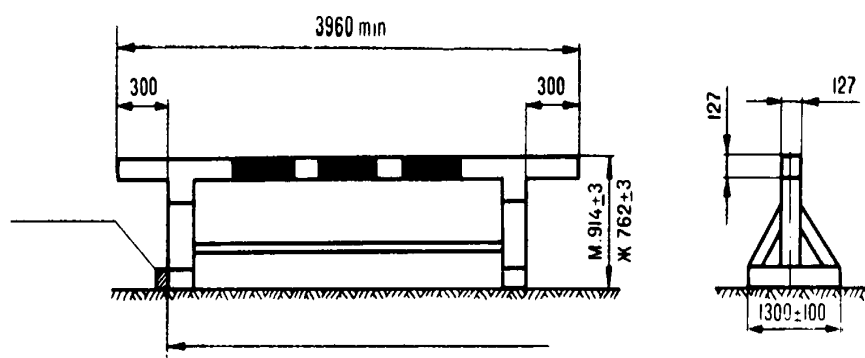
4.3.1. To`siqlar osha yugurish 1500 m, 2000 va 3000 m masofalarga, o`yingoh yugurish yo`lagida, aylanma yugurish yo`lagidan tashqarida, ayrim joylarda suvli chuqurning yugurish yo`lagini ichki va tashqi tomonidan joylashishiga qarab o`tkaziladi (4.3.2. band).

4.3.2. Yugurish yo`lagini aylanganda 5 ta to`siqdan oshib o`tish kerak. To`siqlardan biri suvli chuqur oldida o`rnatiladi. Suvli chuqur marraning qarama-qarshi tomonida (1-rasm) aylanma yugurish yo`lagidan tashqarida joylashishi lozim. To`siqlar orasidagi masofa o`yingoh aylanma yo`lagining 5 qismiga teng bo`lishi kerak. Oxirgi to`siqdan marra chizig'igacha kamida 68 m bo`lishi kerak. Umumiy to`siqlar soni 1500 m masofada — 15, 2000m — 23, 3000 — 35ta, shulardan suvli chuqurdan sakrab o`tish 3, 5 va 7 marta bajariladi. Qoida bo'yicha 1500 m masofa 3 ta va 3000 m masofa 7 ta to`liq doiradan iborat. To`liq doiradan ortiq masofa marra chizig'idan soat strelkasi harakati tomoniga qarab o`lchanadi. Agar shu yerga to`siq to`g'ri kelib qolsa, vaqtinchalik chetga suriladi.

2000 m masofa 4 ta to`liq va 1 ta to`liq bo`lmagan aylanma joylashgan bo`lsa (yoki 5 ta to`liq va undan ortiq masofadan), suvli chuqurcha yugurish yo`lagining ichki tomonida bo`lishi mumkin. Ayrim holda to`siqlardan oshib o`tish soni bir xil bo`lishi uchun startdan keyin birinchi bo`lib suvli chuqur oldidagi to`siqdan oshib o`tish kerak. Start chizig'igacha bo`lgan to`siq vaqtinchalik olib qo`yiladi.

4.3.3. Yugurish yo`lagini har bir aylanganda suvli chuqurcha oldidagi to`siq 4-chi hisoblanib oshib o`tilishi kerak (faqat 2000 m ga yugurishdan tashqari). Bunda startdan keyin 2-chi hisoblanib oshib o`tiladi.

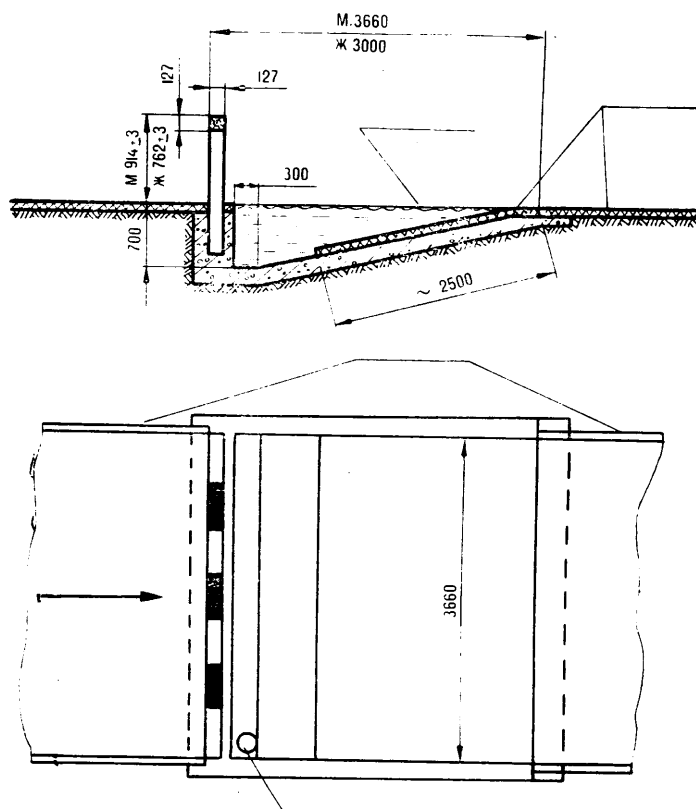
4.3.4. To`siqni balandligi (4-rasm) 9143 mm. To`siqning ustki qismining eni 5 m.



4-rasm. To'siqning ko'rinishi

To'siqni qurilishi turlicha bo'lishi mumkin, lekin oyoqchasining uzunligi 1,2 - 1,4 m ga teng bo'lishi kerak. Chap oyoqchasi (yugurish yo'nalishi bo'yicha) ichki brovkaga jipslashtirib o'rnatiladi. To'siqlar shu darajada og'ir va mustahkam bo'lishi lozimki, yuguruvchilar bimalol depsina olishlari kerak.

Suvli chuqur oldidagi to'siq ustki qismigacha yashil matolar yoki shunga o'xshash matolar bilan yopilishi kerak (5-rasm).



5-rasm. Suvli to'siqning ko'rinishi

To'siqning ustki qismi yog'ochdan qilingan bo'lib, 22 mm kvadratdan iborat. U oq va bir necha qora chiziq tortilgan rangga bo'yalishi kerak.

Suvli chuqurning (5-rasm) eni 3,66, uzunligi 3,66 m bo'lishi kerak (yugurish yo'nalishiga qarab). Chuqurning ichi burchak holatda bo'lib, burchak yugurish tomondan chuqur chekasidan boshlanadi. Chuqurning ichki burchagi to'siqning ustidan hisoblanganda 0,76m bo'lishi lozim. Chuqurni 0,7m gacha kamaytirishga ruxsat etiladi (5-rasm). Chuqurning ichi suv o'tkazmaydigan, sirpanmaydigan, mixlar oson suqiladigan bo'lishi kerak. Buning uchun chuqurni ichki qismining Hamma eriga gilam, mat yoki shunga o'xshash matolar mustahkam ulanadi. Gilamning qalinligi 25 mm gacha, uzunligi kamida 2,5 (chuqurning suvli tomonidan boshlanishi qismi ham hisoblanadi) bo'lishi kerak.

4.4. Kross

4.4.1. Kross tabiiy sharoitda, adir, o'rmonlarda o'tkaziladi. Kross masofasida bir-necha to'siqlar, chuqurliklar, 1 m gacha balandliklar bo'lishi mumkin.

4.4.2. Kross yopiq (start va marra bir joyida) yoki ochiq (start va marra alohida joyda) yo'nalish bo'yicha o'tkaziladi. Ikki km va undan yuqori masofalarda start va marra o'yingohlarda bo'lishi mumkin.

4.4.3. Kross masofasida rangli bayroqchalar, rangli qog'oz bo'laklari, daraxtlarga osilgan chap tomondan qizil, o'ng tomondan oq rangli bayroqchalar hamda marra yo'nalishini ko'rsatuvchi chiziqlar bo'lishi kerak.

4.4.4. Kross belgilanmagan yo'nalish bo'yicha ham o'tkazilishi mumkin. Bu holda musobaqaga ishtirokchilarga start oldidan marra hamda nazorat joylarning joylashishi e'lon qilinadi.

4.5. Yo'llarda yugurish, sportcha yurish va marafon yugurish

4.5.1. Sportcha yurish va marafon yugurishlar ko'cha, shosse va dalalarda o'tkaziladi. Masofani ayrim qismlarida piyodalar va velosipedchilar

yo`lakchalarining bo`laklaridan ham foydalanish mumkin, lekin masofaning yumshoq erda o`tishiga tavsiya etiladi.

Masofaning ko`p qismi sportchilar va hakamlar transportining erkin harakat qilish uchun keng bo`lishi kerak. Masofaning 150 m gacha qismi yaxshi ko`rinishi kerak.

4.5.2. Masofaning start va marra joyi bir erda yoki alohida bo`lishi mumkin. Marafon yugurish 20, 30 va 50 m sportcha yurishda masofa xalqa shaklida bo`lish kerak. 20 km sportcha yurishda doiraning uzunligi kamida 1500 m, ko`pi bilan 2500 m. 20 kmdan ortiq yugurishda doiraning uzunligi kamida 5000 m, sportcha yurishda esa 2500 m bo`lishi lozim. Start va marra o`yingohda tashkil qilinsa, startdan keyin o`yingoh yugurish yo`laklaridan 2 marta aylanishga, masofani oxirida 1 marta aylanishga ruxsat etiladi. Marafon yugurishda balandliklar va pastliklar bo`lishi mumkin.

4.5.3. O`yingohdan tashqarida yugurish, sportcha yurishda masofani o`lchaganda taxmin qilingan chiziq bo`ylab burilishlarida yo`l chekkasidan 1 m olib o`lchanadi (1-davomatga qaralsin). Masofa musobaqa nizomida ko`rsatilgandan kam bo`lmasligi kerak. Masofani oshirish 50 m dan oshmasligi kerak.

4.5.4. Butun masofa bo`ylab hakamlar sonini ko`rsatuvchi belgilar bilan belgilanishi (kamida har 2 kmdan) hamda bosib o`tilgan masofa (har 2 kmdan so`ng) va masofani ko`rsatuvchi bayroqchalar yoki boshqa o`lchov belgilari bilan belgilanishi lozim.

4.5.5. Yo`llarda sportcha yurish va yugurish bo`yicha musobaqa o`tkazilganda musobaqa o`tkazuvchi tashkilot ishtirokchilar xavfsizligini ta`minlashlari kerak. Xalqaro va respublika musobaqalari o`tkazilganda hamma transportlar harakati (hakamlarning, tibbiy va turli xizmatdagi mashinalaridan tashqari) ikkala yo`nalishda ham to`xtatilishi kerak. Masofa bo`ylab ishtirokchilarni kuzatuvchi tibbiy xizmat punktlari va tibbiyot mashinalari bilan ta`minlanishi kerak. Kuzatib boruvchi mashinalar (hakamlar mashinalaridan tashqari) sanitar mashinalar musobaqaga ishtirokchi oxirgi sportchining orqasidan yuradi. Hakamlar hay`atining mashinalari maxsus belgi bilan belgilanib boshqa mashinalardan ajralib turishi kerak.

4.5.6. 20 km dan ortiq masofalarda sportcha yurish va yugurish o`tkazilganda, musobaqa o`tkazuvchi tashkilot ozuqalanish, suv ichish va badanni suv bilan artish punktlarini tashkil qilish kerak. Ozuqa va suv shunday joyda joylashtirilgan bo`lishi kerakki, ishtirokchi o`zi uchun keraklisini qiynalmasdan ola bilsin (5.8.4. band). 10 km ga sportcha yurish va yugurish ishtirokchilariga ob-havo sharoitlariga qarab musobaqa o`tkazuvchi tashkilot faqat ichish va artinish uchun suv punktlarini tashkil qilishi mumkin. Punktlarni trassaning qulay erlarida joylashtirish kerak. Ozuqa punktlarida texnik va hisobot tibbiy xizmatdagilardan tashqari yana hakamlar bo`lib, uni vazifasiga (3.7.5. bandda ko`rsatilgandan tashqari) 4.1.19. bandda ko`rsatilgan ishtirokchilarga qo`yilgan talablarni nazorat qiladi.

5. MUSOBAQALARNI O`TKAZISH QOIDALARI

5.1. Sportcha yurish va yugurish musobaqalarini o`tkazish tartibi

5.1.1. 110 mgacha bo`lgan masofalarga yugurish to`g`ri yo`lakda, sportcha yurish va boshqa yugurish turlarida esa (yo`llarda sportcha yurish va yugurish, krosslardan tashqari) doira bo`ylab soat strelkasiga qarama-qarshi yo`nalishda o`tkaziladi. 400 mgacha bo`lgan masofalarda butun masofa bo`ylab har bir sportchi alohida yo`lakchalardan yugurishadi. 800 m masofaga yugurishda ishtirokchilar 1-burilish tugaguncha alohida yo`lakchalardan yugurishadi (4.1.8. g; 5.10.5 bandlar). Ayrim hollarda bosh hakam ruxsati bilan 400, 600, 800 va 1000 m ga yugurish umumiy startdan boshlanadi. Qolgan hollarda Hamma yugurishlar umumiy yo`lakdan o`tkaziladi.

5.1.2. Alohida yo`laklar bo`ylab yugurilganda yo`lakchalar soniga qarab ishtirokchilar soni aniqlanadi, lekin 200 m va undan yuqori masofalarda ishtirokchilar soni 8 kishidan oshmasligi kerak. O`yingoh bo`ylab umumiy yo`lakdan start oluvchilar soni masofaga qarab quyidagidan oshmasligi kerak:

- ayollar, qizlar, qiz bolalar uchun 500 m yugurishda — 8 kishi;
- ayollar, qizlar, qiz bolalar uchun 600 m yugurishda — 10 kishi;
- qiz bolalar uchun 1000 m sportcha yurishda — 15 kishi;

– erkaklar, qizlar, ayollar, o`smirlar, o`g`il bolalar uchun 3000 m ga yugurish va sportcha yurishda — 20 kishi.

O`yingoh yo`lagida 5000 m va undan ortiq masofalarga start oluvchilar soni 25 kishidan oshmasligi kerak.

Agar ishtirokchilar 600, 800, 1000 m ga alohida yo`lakchalardan start olishsa, yo`lakchalar soniga qarab ishtirokchilar soni aniqlanadi (4.1.3. band).

5.1.3. Yugurish va sportcha yurish musobaqalarini o`tkazish shunday tashkil qilinishi kerakki, musobaqaning kuchli ishtirokchilari o`rtasidagi kurash natijasida g`olib aniqlansin. Agar mazkur turda ishtirokchilar soni 1 ta guruhdan ko`p bo`lsa, unda musobaqa bir necha bo`limlarga bo`lib o`tkaziladi: guruhlar, chorak finallar, yarim finallar va final buladi. Har bir guruhdan keyingi bo`limga yaxshi o`rinlarni egallagan yoki vaqt ko`rsatgan bir xil sonli ishtirokchilarni tanlab olish asosida amalga oshiriladi.

400 m va undan yuqori masofalarda Hamma ishtirokchilarning bitta guruhda qatnashishlarini iloji bo`lmasa hamda musobaqani bo`limlariga bo`lib o`tkazish maqsadga muvofiq bo`lmasa, ishtirokchilarni bir necha final guruhlariga bo`lib musobaqa o`tkaziladi.

Musobaqaning keyingi bo`limi va final bosqichiga ishtirokchilarni ajratish tartibi musobaqa nizomida ko`rsatilgan bo`lishi yoki musobaqa boshlanishdan oldin hakamlar hay`ati tomonidan jamoa vakillariga e`lon qilinishi kerak (3.3.2.b bandga qaralsin).

5.1.4. Yugurish (sportcha yurish)da final natijalariga qarab g`olib aniqlanadi, oldingi bosqich natijalari hisobga olinmaydi. Finalga chiqqan olmagan ishtirokchilarning egallagan o`rinlari ularni saralash musobaqalarida ko`rsatgan natijalariga qarab aniqlanadi. Agar natijalar bir xil bo`lsa, shu saralash bosqichida yaxshi natijalar (o`rin) ko`rsatgan sportchilar yuqori o`rinlari egallashadi.

5.1.5. Hamma masofalarda ishtirokchilarni shunday taqsimlab chiqish kerakki, talabnomalarda ko`rsatilgan yuqori saviyali ishtirokchilar turli guruhlariga taqsimlanib chiqilishi kerak. Agar uchta guruh o`tkazilsa, eng yaxshi natijali sportchi 3-

guruhda, ikkinchi natijali sportchi 2-guruhda, uchinchi natijali sportchi 1-da, to'rtinchi 1-da, beshinchi 2-da, oltinchi 3-da, ettinchi 3-da, sakkizinchi natijali sportchi 2-guruhda yugurishi kerak va h.z..

Musobaqada ishtirokchilar soni ko'p bo'lsa, keyingi bosqichga o'tish yuqori natijalarga qarab, guruhlariga taqsimlash esa Qur'a tashlash yo'li bilan amalga oshiriladi.

5.1.6. Chorak, final va yarim final bosqichlarida ishtirokchilar guruhlariga bo'lib chiqilganda, ularni oldingi bosqichda ko'rsatgan natijalarga asoslanadi (5.1.5. bandga ko'rsatilganidek).

5.1.7. 200 m gacha chorak final, yarim final va final musobaqalarini shu turning oxirgi guruh tugab, 45 minut o'tgandan so'ng o'tkazish tasviya qilinadi. Ayollar, qizlar, o'g'il va qiz bolalar 200 m dan yuqori 500 m gacha masofalarda saralash musobaqa orasidagi vaqt 1,5 soatgacha bo'lishi shart. O'zoq masofalarga yugurishda musobaqani keyingi bosqichiga saralash keyingi kunga qoldiriladi.

5.1.8. Sportchi musobaqaning bir kunida ikkita qisqa masofaga yoki bitta qisqa va bitta o'rta masofaga yoki o'zoq masofaga (erkaklar uchun 400 m va ayollar uchun 300 m bu holda o'rta masofa hisoblanadi. Hamma masofaga sportcha yurish o'zoq masofaga kiritiladi) qatnashish huquqiga ega. Birinchi va undan yuqori razryadli sportchilar uchun yuqorida ta'kidlab o'tilganlar taaluqli emas.

5.1.9. Ob-havoning buzilishi yoki boshqa sabablarga ko'ra musobaqa bir necha soatga kechiktirilsa yoki boshqa kunga qoldirilsa, bosh hakam ko'rsatmasiga asosan musobaqa qoldirilgan joydan yoki boshidan boshlanishi mumkin.

5.2. Start

5.2.1. Sport musobaqasiga ishtirokchilar start olishi kerak bo'lgan yo'laklar (ichki brovkadan boshlab umumiy yo'lakdagi start joyi) oldindan (2.3.3.chi band) Qur'a tashlash yo'li bilan aniqlanadi. Bu holda bayonnomadagi ishtirokchilarni birin-ketinligi qur'a tashlash natijalariga mos kelishi lozim. Agar qur'a tashlash oldin

o`tkazilmagan bo`lsa, start boshlanishi oldidan o`tkaziladi. Ishtirokchilarga bir-birlari bilan yo`lakchalarini almashtirishga ruxsat etilmaydi.

Agar ishtirokchilar soni yo`lakchalar sonidan kam bo`lsa, ishtirokchilar soniga teng taqsimlash uchun yo`lakchalarga qur'a tashlanadi (birinchi va oxirgi yo`lakcha bo`sh qoladi). Qur'a tashlash oldin o`tkazilib, ishtirokchi yoki bir necha ishtirokchilar musobaqaga kelmagan taqdirda qolgan ishtirokchilar bayonotnomadagi tartibga asosan start olishadi (siljishmaydi).

Umumiy yo`lakdan yugurishda ishtirokchilar start chizig'i bo`ylab saflanganlarida ortib qolishsa, ularni ikki va undan ortiq qatorlarga saflash mumkin. Bu holda birinchi qatorda bayonotnomaga binoan ishtirokchilar brovkadan boshlab birin-ketin saflanishadi, ortiqcha sportchilar xuddi shu tartibda 2- qatorda saflanishadi.

Musobaqani birinchi bosqichida qur'a tashlash shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda ishtirokchilararo, jamoaviy musobaqalarda ishtirokchi tashkilotlararo o`tkaziladi. Bu holda Qur'a tashlash natijalariga binoan birinchi qatorga har bir tashkilotlarning sportchilari va keyingi qatorlarda qolgan ishtirokchilar joylashtiriladi. Musobaqaning qolgan bosqichlarida va final qismida qur'a tashlash vaqtida ishtirokchilarning qaysi tashkilotga taaluqli ekanligi hisobga olinmaydi. Ishtirokchilar start chizig'iga chizilishganlarida bir-birlariga xalaqit qilmasliklari kerak.

5.2.2. Startga chaqirilgan ishtirokchilarni startga tayyorgarlik ko`rishlari uchun 2 minut ajratiladi. Ishtirokchilar startga tayyor bo`lishganlaridan keyin start beruvchi hakam yoki uning yordamchisi ularni yig'ilish chizig'iga yoki har bir sportchi yo`lakchasidagi start start tirgaklariga olib tizadi (4.1.8.j band). Belgilangan vaqt ichida sportchi tayyorgarlik ko`rishga ulgurmasa ogohlantiriladi. Agar ikkinchi marta ham sportchi tayyor bo`lmasa musobaqadan chetlashtiriladi.

5.2.3. Start beruvchi "Startga", "Diqqat" deb buyruq bergandan so`ng yugurishni boshlash uchun to`pponchadan otadi yoki baland ovozda "Marsh!" buyrug'i bilan signal berib, bir vaqtning o`zida yuqoriga ko`tarib ushlab turgan bayroqchani tushiradi.

Xronometrchi hakamlar start berish joyida bo'lsalar "Marsh!" komandasi berilib, bayroqchadan foydalanilmaydi. So'z o'rniga xushtak bilan ham buyruq berishga ruxsat etiladi. Birinchi 2 ta xushtak "Startga!" ikkinchi cho'zilgan xushtak "Diqqat! Startga!" buyrug'i berilgandan so'ng ishtirokchilar start chizig'i oldida shunday holatni egallashlari kerakki, qo'llari yoki oyoqlari bilan start chizig'i yoki uni ortidagi yo'lakka tegmasliklari kerak. estafetali yugurishda start chizig'idan o'tsa xato hisoblanmaydi. Start holati qabul qilinib, ishtirokchilar harakati to'xtagandan so'ng start beruvchi hakam yugurish boshlanganligi haqida to'pponchasi bilan signal beradi.

Start burilishlarida joylashgan bo'lsa (200, 400 m) start tirgaklarni o'rnatish va qo'llarga tayanish faqat o'z yo'lakchasi ichida ruxsat etiladi. Agar yo'lakchalarning eni kichik bo'lsa (masalan manejda yugurganda) start tirgaklarni o'z yo'lagiga o'rnatib, qo'lni bir oz o'ngga o'z yo'lagidan tashqariga qo'yishi mumkin.

400 m gacha bo'lgan Hamma masofalarda "past" start qabul qilinadi. Start tirgaklari qo'llanilganda (4.1.10. band) ikkala oyoq uchi va ikkala qo'l yo'lak ustiga tegib turishi lozim. Agar "Startga" yoki "Diqqat" buyrug'i bajarilgandan so'ng start beruvchi hakam yugurishni boshlashga ruxsat berguncha ishtirokchilardan birontasi yo'lakchadan qo'li yoki oyog'ini uzsa unga fal'start e'lon qilinadi. Agar start tirgaklarga fal'startni aniqlaydigan apparatura ulanmagan bo'lsa, u holda sportchi past start yoki start tirgaksiz start qabul qilib yoki yuqori startdan yugurishni boshlash mumkin.

400 m dan yuqori masofalarga yugurishda va sportcha yurishda (estafetali yugurishlarning birinchi bosqichi 400 m dan ortiq bo'lganda) "Diqqat!" buyrug'i berilmaydi. Bu xolda start beruvchi "Startga!" buyrug'ini berib, ishtirokchilarning tayyor bo'lganiga ishonch hosil qilgandan so'ng yugurishni (sportcha yurish) boshlash haqida signal beradi.

5.2.4. Ishtirokchi (yoki bir guruh ishtirokchilar) harakatsiz start holatini qabul qilishni cho'zsa yoki qolgan ishtirokchilarga xalaqit qilsa, u ogohlantiriladi. Agar xato yana bir bor qaytarilsa, fal'start e'lon qilinadi. Start beruvchi hakam biron-bir saba-

bga ko`ra start berishni cho`rsa, "Turing!" buyrug'ini beradi. Bundan keyin Hamma ishtirokchilar startga turish holatidan chiqib, hakamni buyruq berishini kutishlari lozim. Ogohlantirishdan so`ng sportchilar yuqorida ko`rsatib o`tilgan xatoni yana qaytarsa, ikkinchi marta xatoga yo`l qo`ygan ishtirokchi musobaqadan chetlashtiriladi va x.z.

5.2.5. Guruh ishtirokchisi start signalidan oldin (to`pponchadan otishdan oldin yoki "Marsh" buyrug'idan oldin) harakatni boshlasa (turg'unlikni yo`qotsa yoki erdan oyog'ini o`rsa), startni noto`g'ri qabul qildi deb hisoblanib, fal'start — unga ogohlantirish e`lon qilinadi. Agar signal berilganga qadar yoki undan so`ng yugurish boshlanishda asosiy yoki yordamchi start beruvchi biron-bir ishtirokchini startni noto`g'ri qabul qilgan deb bilsa, Hamma ishtirokchilar to`xtatilib (to`pponchadan otib, xushtak chalib yoki ovoz chiqarib) start chizig'iga qaytariladi. Bu holda qoidani buzgan sportchi ogohlantiriladi. Sportchi noto`g'ri start qabul qilishi natijasida guruhning boshqa ishtirokchilari startdan chiqib ketishsa, fal'start sababchisi ogohlantiriladi. Agar start beruvchi hakam fal'start sababchisini aniqlay olmasa, hech kimga ogohlantirish bermasligi mumkin.

Startdan oldin start beruvchi hakam startda xatolik ro`y bersa, yuguruvchilarga qaysi signaldan so`ng (to`pponchadan otib, ovoz chiqarib) qaytarishlarini tushuntirishi kerak. Ikki marta ogohlantirish olgan ishtirokchi mazkur masofadan chetlashtiriladi (8.2.4. banddan tashqari).

5.2.6. Ogohlantirish olgan sportchi qo`lini ko`tarib ogohlantirilganligini tasdiqlaydi.

5.2.7. Hamma ogohlantirishlar start beruvchi hakamni qarorlari start bayonotnomasiga kiritiladi.

5.3. Masofa bo`ylab yugurish va sportcha yurish

5.3.1. Umumiy yo`lakdan yugurish va sportcha yurish o`tkazilganda har bir ishtirokchi boshqa sportchilarga xalaqit qilmay harakat qilishi kerak. Raqibdan oshib o`tish o`ng tomondan amalga oshiriladi. Agar raqib brovkadan o`zoqlashgan bo`lsa,

uni chap tomondan hech qayeriga tegmay oshib o'tishga sharoit tug'ilganda chap tomondan o'tishga ruxsat etiladi. Oshib o'tuvchi ishtirokchi oldidagi raqibni turtmasligi, gavdasi bilan bosmasligi hamda yo'lini to'smasligi (oldinga chiqib olib sekin yoki biror-bir yo'l bilan xalaqit qilmasligi) lozim. Bu holda bosh hakam tomonidan sportchi musobaqadan chetlashtiriladi, chetlashtirilgan sportchining ishtirokisiz musobaqa o'tkazish mumkin yoki musobaqadan chetlashtirilgan sportchining harakatlari sababli ya'ni uning yonidagi sportchi aybdorligi aniqlansa (agar saralash musobaqalari bo'lsa) yomon natija ko'rsatgan sportchiga musobaqaning keyingi bosqichlariga qatnashish huquqi beriladi.

5.3.2. Masofa bo'ylab yugurganda va sportcha yurganda sportchiga yordam berish uchun uni oldida, paralel yugurib (yurib) tortishga ruxsat etilmaydi (2.4.2., 5.8.4., 5.8.5. bandlar), faqat 3.10.2., 4.1.19., 4.5.6., 5.8.4., 5.8.5. bandlarga muvofiq ishtirokchilarni ozuqalanish va bosib o'tgan masofalarni vaqtini xabar qilgandagina ruxsat etiladi, ya'ni musobaqa tugagandan sung.

5.3.3. Alohida yo'laklar bo'ylab yugurish o'tkazilganda sportchi o'z yo'lagidan yugurishi kerak. Agar shu qoidani buzsa, u musobaqadan, yugurishdan chetlantiriladi:

a) boshqa yo'lakchaga o'tib, shu yo'lak bo'ylab yuguruvchi ishtirokchiga xalaqit qilgan holda;

b) masofani biror-bir qismida boshqa yo'lakka o'tib, masofani qisqartirsa (masalan, yugurish yo'nalishi bo'ylab chap tomondagi chiziqni bosib o'tsa yoki birinchi yo'lak brovkasini burilish vaqtida kesib yugursa (turg'unlik holatini yo'qotib yoki yiqilib boshqa yo'lakka utib ketsa xato hisoblanmaydi) faqat shu shart bilan boshqa yo'lakdagi yuguruvchiga xalaqit qilmasligi shart.

Umumiy yo'lakdan yugurilganda brovkani bosib, oshib o'tib yugurishga ruxsat etilmaydi. Boshqa yuguruvchilarning xatolari natijasida yoki biror-bir ishtirokchining yiqilib tushishi sababli brovkadan chiqib ketsa xato hisoblanmaydi.

Yugurish va sportcha yurish musobaqalarida ishtirokchi yo'lakni yoki trassani tark etsa (yugurish yo'lagini ichki va tashqi chegarasidan chiqsa yoki shosse yo'lining

chekkasiga o'tsa), musobaqadan chetlangan hisoblanadi. Agar sportchi ozuqalanish yoki kiyimida sodir bo'lgan kamchilikni bartaraf qilish uchun chetga chiqsa musobaqadan chetlashtirilmaydi. Sportchi bosh hakamdan ruxsat olib uni yoki yordamchilari nazorati ostida yugurish yo'lagidan, shosse, yo'ldan chiqishi mumkin. Bu holda sportchi masofani chiqib ketgan joyidan harakatni boshlashi kerak.

5.4. Marra (finish)

5.4.1. Sportchi bosh, qo'l va oyog'idan tashqari tanasining biror-bir qismi bilan tasavvur qilinadigan marra yassiligini kesib o'tganidan so'ng masofani yakunlagan hisoblanadi. Agar sportchi marra chizig'ini ustiga yiqilib tushsa, uni vaqti va masofani yakunlash tartibi saqlanib qolinishi sababli birovning yordamisiz tezda butun tanasi bilan marra chizig'ini kesib o'tishi lozim.

5.4.2. Masofani yakunlash tartibi va ishtirokchilarning natijalari marradagi hakamlar va xronometrchi hakamlar (ko'p sekunderlarida) yoki fotomarra tizimi va to'liq avtomatlashtirilgan maxsus elektron vaqt o'lchagich apparatlar yordamida aniqlanadi. Bosh hakam biror-bir sabablarga asoslanib natija noto'g'ri qayd qilindi degan fikrni kiritmasa, apparatura ko'rsatib turgan natija asosiy hisoblanadi.

5.4.3. Har xil guruhlardagi sportchilar musobaqani keyingi bosqichiga chiqish talabiga javob beruvchi bir xil natijalar ko'rsatilsa, bu holda ularning Hammasi musobaqaning keyingi bosqichiga qatnashish huquqi beriladi. Fotomarra apparaturasi qo'llanilganda yoki uni o'rni bosa oladigan, natijasi chiqqan sportchilarning har birini natijasi to'g'ri aniqlanadi. Agar bunday sharoit bo'lmasa, musobaqaning oldingi bosqichida o'z guruhsida yaxshi o'rin egallagan sportchining imkoniyati ustun bo'ladi yoki da'vorgarlar o'rtasida qayta yugurish o'tkaziladi yoki Qur'a tashlanadi.

Finalda yugurish tugagandan so'ng (400 m gacha bo'lgan masofalarga), ikki yoki undan ortiq ishtirokchilar birinchi o'ringa da'vogar bo'lishsa, bosh hakam ular o'rtasida qayta yugurish o'tkazilishi yoki natijalarni tasdiqlab, Hammalarini g'olib deb hisoblashi mumkin. Qolgan o'rinlarni aniqlashda (natijalar bir xil bo'lsa) qayta yugurish o'tkazilmaydi va o'rinlar taqsimlanib chiqiladi. SHaxsiy o'rinni aniqlash uchun

o`tkaziladigan qayta yugurish musobaqaning davomi hisoblanib, uni o`tkazilishi bayon-nomaga qayd qilinishi, ko`rsatilgan natijalar rekord deb tasdiqlanganligi hamda razryad talablarini bajarilganligi hisobga olinishi kerak.

5.4.4. Musobaqada qo`l sekundomerlari ishlatilganda vaqt 0,1s gacha to`g`ri hisobga olinishi kerak. Natija qo`l xronometraji bilan aniqlanganda masofani yakunlagan har bir sportchining vaqti alohida sekundomerda aniqlanadi. Natijalar har xil chiqsa, ikkita bir xil ko`rsatilgan natija, agar 3 ta natija ham har xil bo`lsa o`rtacha natija qayd qilinadi (masalan 400 m ga yugurishda ko`rsatilgan 49.5, 49.6, 49.7 natijalardan 49.6 olinadi). Agar natija 2 ta sekundomerda qayd qilinsa (uchinchisi to`xtab qolgan taqdirda) yomon natija hisobga olinadi. Agar sekundomer strelkasi 2 ta bo`lma orasida to`xtasa katta son hisobga olinadi. elektron qo`l sekundomerlari ishlatilganda, masalan 10,11s natija 10,2sga yaxlitlanadi.

O`rta va o`zoq masofalarga yugurish va sportcha yurish musobaqalari o`tkazilganda g`olibni vaqtini aniqlashda birinchi sekundomer to`xtatiladi, qolgan ishtirokchilarni vaqtini aniqlash uchun sekundomer to`xtatilmasdan natijalar qayd qilinishi mumkin.

5.4.5. 10000 m gacha bo`lgan masofalarga to`la avtomatlashtirilgan maxsus elektron vaqt o`lchagich apparatlar qo`llanilganda, natija 0,01s gacha to`g`ri aniqlanadi. 10000 m dan yuqori masofalarida 0,01s gacha aniqlangan natija 0,1 s qilib yoziladi. Masalan, 20000 m dagi 59.26.32 natija 59.26.4s deb yoziladi. O`yingohdan tashqarida qisman va to`liq o`tuvchi 5000 m va undan ortiq masofalarda keyingi to`la sekund yoziladi. Masalan, marafon yugurishda ko`rsatilgan 2:09.44.32 natija 2:09.45 deb yoziladi.

5.5. Bir soatli yugurish

5.5.1. Soatli yugurish (yurish) o`yingoh yo`lagida bir yoki ikki soat mobaynida o`tkaziladi.

5.5.2. Umumiy marra chizig`idan start beriladi, start paytida 3 ta asosiy sekundomer ishga tushiriladi (qo`shimcha sekundomerlardan tashqari).

5.5.3. Sportchilarni radio orqali bir soatli yugurishda 30, 45 va 55 minutdan so`ng hamda ikki soatli yugurishda bir soat 30 minut bir soat 50 minut va bir soat 55

minutdan keyin start berilgandan boshlab marragacha qolgan vaqt bilan xabardor qilib turish kerak. Vaqt tugashga bir minut qolganda to`pponchadan o`q otib, sportchilar va hakamlar ogohlantiriladilar. Aniq belgilangan vaqtda to`pponchadan 2 marta otilib, musobaqa yakunlanadi. Uchta sekundomer ko`rsatgan o`rtacha vaqtga qarab musobaqani yakunlanganligi haqida signal beriladi. Musobaqaning yakunlanganligi haqida signal berilishi bilan Hamma sekundomerlar bir vaqtda to`xtatiladi.

5.5.4. Musobaqa yakunlanganligi haqida signal berilgandan so`ng hakamlar har bir yuguruvchining yo`lakdagi oxirgi qadami bosilgan joyini adashmasdan belgilashlari kerak. Bosib o`tilgan masofa metrlarda o`lchalanib, santimetrlar olib tashlanadi.

5.6. G'ovlar osha yugurish

5.6.1. G'ovlar osha yugurishning hamma turlarida ishtirokchilar alohida yo`lakchalardan yugurib, o`rnatilgan Hamma to`siqlardan oshib o`tishlari shart.

5.6.2. Sportchi musobaqadan chetlashtiriladi:

- a) to`siqlarni yon tomondan yugurib o`tsa;
- b) tovonni yoki oyog'ini to`siq tashqarisidan olib o`tsa;
- v) to`siqlarni oshib o`tmay, atayin qo`li yoki oyog'i bilan ag'darsa (o`zini va qo`shni yo`lagidagi to`siqlarni).

5.6.3. Qo`shni yo`lakchadagi yuguruvchiga xalaqit qilmay, uning yo`lakdagi to`siqdan tovonni yoki oyog'ini o`tkazsa yoki to`siqni bilmay turtib ag'darsa musobaqadan chetlantirilmaydi.

5.7. To`siqlar osha yugurish

5.7.1. To`siqlar osha yugurishda sportchi xohlagan usulda to`siqlardan oshib o`tish huquqiga ega.

5.7.2. Sportchi biror marta to`siqni yon tomonidan yugurib o`tsa yoki oyog'ini tasharqarisidan oshirib o`tsa musobaqadan chetlashtiriladi.

5.8. Yo`laklarda, krosslar, marafon yugurish va sportcha yurish

5.8.1. Masofa uzunligi va xususiyatiga arab ommaviy kross musobaqalaridan oldin hakamlar hay'ati tomonidan sportchilar soni belgilanadi.

5.8.2. Ishtirokchilar 20 km dan ortiq masofalarga yugurishda, yashash joylardagi tibbiy-jismoniy tarbiya dispanseridan maxsus ruxsatnomani va musobaqa boshlanishiga 30 kun qolgunga qadar tibbiy kurikdan o'tganliklari haqida (227a shakilli) ma'lumotnoma olib kelishlari lozim. Undan tashqari musobaqa boshlanishidan oldin mazkur musobaqaga qatnashish huquqiga ega bo'lish uchun tibbiy ko'rikdan o'tishadi.

5.8.3. Musobaqa jarayonida tibbiy xodim ishtirokchining musobaqani davom ettirishiga hojat yo'q deb bilsa, uning ko'rsatmasiga asosan ishtirokchi musobaqadan chiqib ketishi shart.

5.8.4. 20 km dan ortiq masofalarga yugurish va sportcha yurishda ishtirokchilar maxsus tashkil qilingan ozuqa punktlarida ozuqalanishlari mumkin. Punktlardagi xizmat xodimi ishtirokchilarni ichimliklar bilan ozuqalanish punktlarida o'zlarining sportchilari uchun maxsus ichimliklar qo'yishlari mumkin.

5.8.5. 20 km dan ortiq masofalarga yugurish (sportcha yurish)da hakamlar hay'ati start boshlagandan so'ng har 5 km mobaynida sportchilarini bosib o'tgan masofa va ko'rsatgan vaqtini aytib xabardor qilib turishlari kerak. Maxsus tayinlangan hakamlardan tashqari hech kimning butun masofa bo'ylab vaqtni e'lon qilishga huquqi yo'q.

5.9. Patrullar yugurishi

5.9.1. Patrullar yugurishi jamoaviy musobaqalarga taaluqli bo'lib, 1 km va undan yuqori masofalarda o'tkaziladi.

5.9.2. Mazkur musobaqa nizomida ko'rsatilganidek, patrullar jamoalari turlicha sportchilar tarkibidan iborat bo'lishi lozim.

5.9.3. Patrullar jamoaning natijasi marraga oxirgi kelgan jamoa a'zosining vaqtiga qarab aniqlanadi.

5.9.4. Jamoa ishtirokchilari bir-biriga yordam berish huquqiga ega.

5.10. Estafetali yugurish

5.10.1. Estafetali yugurishning Hamma hollarida sportchilar estafeta tayoqchasini qo'llarida olib yugurib, bosqichlar (etaplar) almashinishi belgilangan joyda qo'ldan-qo'lga o'zatishlari lozim (tayoqchani dumalatishga va otishga ruxsat etilmaydi). estafetani o'zatishda jamoa ishtirokchilarining bir-birlariga yordam berishlari ta'qiqlanadi (masalan, itarib yuborish). Oxirgi bosqichda yuguruvchilar qo'llarida estafeta Tayoqchasi bilan marra chizig'ini kesib o'tishlari shart.

5.10.2. Jamoaning har bir ishtirokchisi bitta bosqichni yugurish huquqiga ega.

5.10.3. Biror-bir bosqichda jamoaning ishtirokchisi bo'lmasligi sababli masofa oxirigacha yugurib o'tilmasa, jamoa startga chiqmadi deb hisoblanadi.

5.10.4. Sportchi, estafeta tayoqchasini o'zatgandan so'ng raqib jamoalar ishtirokchilarga xalaqit qilmay yo'lakni tark etishi shart.

5.10.5. estafetali yugurishda Hamma bosqichlar 200 m dan kam bo'lsa, jamoalar butun masofani alohida yo'lakchalardan yugurishlari kerak. 4x200, 4x300 va 4x400 va 400, 300, 200, 100 m estafetali yugurishda har bir jamoa uchta burilishni alohida yo'lakchalardan, qolgan masofani umumiy yo'lakdan davom ettirishadi (4.1.8. g band). Ayrim musobaqalarda bosh hakam ko'rsatmasiga binoan 400 m va 400, 300, 200, 100 m estafetali yugurishlardagi guruhda ishtirok etuvchi jamoalar soni 3 dan ortiq bo'lmasa, ularga alohida yo'lakchalardan birinchi burilishini oxirigacha, qolgan masofani umumiy yo'lakdan yugurishga ruxsat berilishi mumkin. Ayrim hollarda masofani boshidan oxirigacha alohida yo'lakchalardan yugurishga ruxsat etiladi. O'zoq bosqichli estafetali yugurish, qoidaga asosan, Hamma masofa bo'ylab umumiy yo'lak bo'ylab o'tkaziladi. Faqat start burilish oldida bo'lsa, birinchi burilish oxirigacha alohida yo'lakchalardan yugurilishi kerak.

5.10.6. Estafeta tayoqchasini 20 metrli o'zatish xududi ichida o'zatilishi shart (4.1.8. d band). 4x100 m estafetali yugurish esa 30 m zonada amalga oshiriladi.

5.10.7. Alohida yo`lakchalar bo`ylab estafeta yugurishda ishtirokchi o`z yo`lakchasini bo`r yoki lenta bilan belgilab qo`yishi mumkin. estafetali yugurishning qolgan turlarida sportchi biror-bir belgi qo`yish huquqidan mahrum etiladi.

5.10.8. Estafeta tayoqchasini tushirib yuborgan sportchi (alohida yo`lakchalardan yugurishda tayoqcha boshqa yo`lakchaga tushib ketsa) boshqa jamoalar ishtirokchilariga xalaqit qilmay o`z tayoqchasini ko`tarib olishi kerak. Agar tayoqcha o`zatishtirish jarayonida tushib ketsa, uni tushirgan sportchi ko`tarib olishi kerak.

5.10.9. Estafetali yugurish musobaqalarida jamoa tarkibidagi (4 kishi va undan ortiq musobaqa nizomida ko`rsatilgandek) a`zolaridan tashqari yana ikkita qo`shimcha sportchi zaxirada bo`ladi.

5.10.1.; 5.10.2.; 5.10.4.; 5.10.6.; 5.10.8.; 5.10.9. bandlarda ko`rsatilgan qoidalarni buzgan jamoalar musobaqadan chetlashtiriladi.

5.11. Sportcha yurish

5.11.1. Sportcha yurishda oyoq bilan er o`rtasidagi bog`liqlik o`zilmasligi kerak. Oldindagi oyoq erdan uzilgan bo`lsa, u oyoq erga qo`yilgandan so`ng orqa oyoq erdan ko`tariladi.

5.11.2. Sportcha yurish to`g`ri deb hisoblanishi uchun ishtirokchi har bir qadam qo`yganda (tayanch vaqtida) oyoq vertikal o`qdan o`tishda bir oz bo`lsa ham tizzada to`g`ri bo`lishi kerak.

5.11.3. YUrish texnikasining buzilishiga olib keluvchi to`g`ri texnikada ayrim siljishlar sodir bo`lsa, hakamlardan biri sportchini ogohlantiradi. SHu xatolik qayta takrorlansa, ogohlantirish e`lon qilinmaydi. 5.11.1. bandda ko`rsatilgan qoidalar buzilganda ishtirokchi musobaqadan chetlashtiriladi. CHetlashtirishdan oldin ishtirokchi ogohlantiriladi.

5.11.4. YUrish texnikasi buzilganligini kamida uchta hakam tasdiqlab yozma ravishda katta hakamga ma`lum qiladi. (4-band, 6 shaklga qaralsin). Keyin katta hakam qaror chiqarib sportchini chetlashtirilganini e`lon qiladi. Hakamlar yozma ma`lumotni qoida buzilganligini quyidagicha belgilaydilar: er bilan oyoq o`rtasida

uzilish sodir bo'lganda “ ~ ”, (yugurilganda), oyoq vertikal o'qdan o'tish paytida tizza bukilsa “ » ” belgisi bilan ogohlantiriladi.

5.11.5. Ogohlantirilganda, musobaqadan chetlashtirilganda qizil rangli bayroq yoki shu ranglardan iborat doiracha shaklidagi belgilar ishtirokchiga ko'rsatiladi, bir vaqtning o'zida sportchining ko'krak raqami (famiyasi) radio orqali e'lon qilinadi. Musobaqa o'yingohda o'tkazilganda ogohlantirish va chetlantirishlar radio orqali e'lon qilinadi.

5.11.6. Ogohlantirish olgan sportchi qo'lini yuqoriga ko'tarib ogohlantirilganligidan xabardor ekanligini tasdiqlashi lozim.

5.11.7. Musobaqadan chetlantirilgan sportchi tezda o'yingoh yo'lagini tark etishi lozim. O'yingohdan tashqarida sportcha yurish musobaqalari o'tkazilganda sportchi ko'krak raqamini echib masofadan chiqib ketishi kerak.

5.11.8. O'yingohda sportcha yurish musobaqasi paytida qoidani buzgan sportchi, agar musobaqada sportchini ogohlantirishga sharoit bo'lmasa, musobaqa tugagandan so'ng ham sportchini chetlatilishi mumkin.

6. SAKRASH MUSOBAQALARINI O'TKAZISH QOIDALARI

6.1. Umumiy qism

6.1.1. Ishtirokchilar saralash va asosiy musobaqalarda (saralash va final) har bir urinish birin-ketin tartib bilan bajariladi.

6.1.2. Har bir ishtirokchi yugurib keladigan masofasini (razbeg) belgilab olish huquqiga ega. Musobaqa boshlanishdan oldin hakam nazorati ostida hisobga olinmaydigan bir necha marta sakrashlarni bajarishi mumkin. Musobaqa tashkilotchilari taqdim etgan rangli bayroqchalardan foydalanib, ishtirokchilar yugurishni boshlab va depsinish joylarni belgilashlari mumkin. Uzunlikka, uch hatlab sakrashda sportchilar o'z belgilarini yugurish yo'lagini chekkasiga qo'yishlari kerak. Qo'nish joyiga hech qanday belgi qo'yilmasligi kerak. Balandlikka sakrashda sportchi yugurishni boshlab va depsinish joylarni belgilashi mumkin hamda sakrashi oldidan plankaga (yaxshi ko'rinishi uchun) lenta yoki biror-bir qulay belgini osish huquqiga ega. Faqat boshqa

ishtirokchilarga xalaqit qilmaslik uchun sakrab bo'lganidan keyin plankadagi belgilari olishi lozim. Musobaqa boshlangandan so'ng ishtirokchilar yo'lakdan o'z mushaklarini qizdirish (razminka) maqsadida foydalanishga huquqlari yo'q.

6.1.3. Yugurish uzunligi chegaralanmagan, lekin ishtirokchilarning 6.2.16.; 6.4.6.; 6.5.7. bandlarda belgilangan masofadan ortig'ini talab qilishga huquqlari yo'q.

6.1.4. Hakam musobaqaga chaqirgandan so'ng ishtirokchi o'z urinishini bajarishi kerak. Balandlikka sakrashda ishtirokchi urinishni bajarishiga 1 minut, uzunlikka va uch hatlab sakrashda 1 minut ajratiladi. Belgilangan vatq mobaynida ishtirokchi o'z urinishini bajarishga ulgurmasa yoki atayin vaqtni chuzsa, uni urinishi bekor qilinadi. Agar yana qaytarilsa sportchi shu turning katta hakami tomonidan musobaqadan chetlashtiriladi.

6.1.5. Agar sakrash talablari buzilmay (6.3.8.; 6.3.11.; 6.6.7.; 6.6.8. bandlar) urinish bajarilsa, katta hakamning "Bor" buyrug'idan keyin sakrash hisobga olinadi. Sakrash hisobga olinmasa, "Yo'q" buyrug'i beriladi. Hakam buyruq berish bilan bir vaqtning o'zida bayroqcha bilan signal beradi: sakrash to'g'ri bajarilganda oq bayroq, noto'g'ri bajarilganda qizil bayroq ko'tariladi. Signal berishni bitta bayroq bilan ham bajarish mumkin: sakrash to'g'ri bajarilganda bayroq pastga tushirilib harakatlantiriladi.

Uch hatlab sakrash musobaqalarida depsinish vaqtida qoida buzilsa, hakam shu zahoti, sakrash oxirigacha bajaralmasdan "Yo'q!" buyrug'ini berishi lozim.

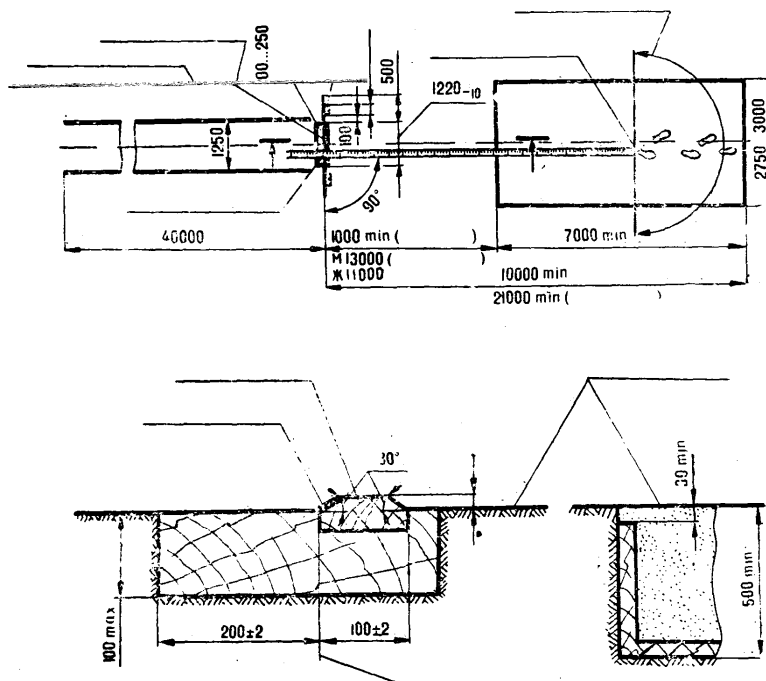
6.1.6. Sakrash mashqini bajarish vaqtida ishtirokchiga biror narsa xalaqit qilsa, hakam unga qayta sakrashga ruxsat berishi lozim.

6.1.7. Sakrash mashqini bajarish vaqtida natijani yaxshilashga olib keladigan turli xil urilmalardan foydalanishga ruxsat etilmaydi.

6.2. Uzunlikka va uch hatlab sakrash bo'yicha musobaqa joylari va jig'ozlar

6.2.1. Uzunlikka va uch hatlab sakrash depsinish taxtasidan qumli chuqurga bajariladi. Depsinish taxtasi yog'ochdan yoki boshqa materialdan tayyorlanib, oq rangli bosish mumkin bo'lgan taxtani eni 198-202 mm, bosish mumkin bo'lmagan qizil

taxtani eni 10 sm, uzunligi 1,21-1,22 mm, maksimal qalinligi 100 mm, yugurib kelish yo`lagi bilan bir balandlikka erga mustahkam o`rnatiladi va oq rangga bo`yaladi (6-rasm).



6-rasm. Uzunlikka va uchhatlab sakrash joyi

6.2.2. Depsinish taxtasining (o`lchash chizig'i) o`zoq (yugurib kelish tomonidan) chekkasidan uning uzunligi bo`ylab echib olinadigan yog'ochda zastup "o`rnatiladi". Uning eni 98-102 mm bo`lib, yugurib kelish yo`lagiga etkazilib, depsiniladigan depsinish taxtasidan 7 mm baland bo`ladi. Chiqib turgan yog'ochcha "indikator"ni old va orqa chetlari 30 gradus burchak ostida kesilgan bo`lishi kerak. "Indikator"ning oldingi kesimi va ustki qismi taxminan 1 mm qalinlikdagi plastilin qatlami bilan qoplanadi (6-rasm).

Yuqori darajadagi musobaqalarda "indikator" bo`lib, yuqorida ko`rsatib o`tilgan shakl va o`lchovda, qum yoki tuproq xizmat kilishi mumkin.

Qo`nish chuqur tomonidan depsinish taxtasi cheti bo`ylab yugurib kelish yo`lagiga chuqurcha yoki polkacha ilinib, unga "indikator" yotqiziladi (6-rasm). Sportchining oyoq kuchiga bardosh berishi uchun Hamma qurilmalar mustahkam bo`lishi kerak.

Plastilin bilan qoplangan yog'ochning usti sportchi bosganida oyoq kiyimining sirpanishiga qarshilik ko'rsatuvchi materialdan qilinishi kerak. Sportchini oyoq kiyimi izini yo'qotish uchun plastilin valik yoki shpatel yordamida tekkislanadi.

Oyoq kiyimi izlarini yo'qotish vaqtida sportchilarni vaqtini olmaslik uchun qo'shimcha "indikator" bo'lishi tasviya ilinadi.

6.2.3. Depsinish taxtasining ikkala tomonidan (o'lchash chizig'i) bo'ylab har birining eni 10 mm va uni uzunligi 0,5 mm chiziqlar chiziladi. Bu chiziqlarga to'g'ri burchakli yoki aylana, o'lchovi 200-250 mmli ko'rsatkichlar qo'yiladi. Ko'rsatkichning yuza yasiligi yugurib kelish tomoniga qaratilgan bo'lib, u oq rangga bo'yaladi va diagonali bo'ylab qora chiziq tortiladi. Depsinish taxtasi va unga yaqin ko'rsatkichning qirrasi orasidagi masofa 100 mm (6-rasm).

6.2.4. Depsinish taxtasi bilan chuqurning yaqin cheti orasidagi masofa hakamlar hay'ati tomonidan ishtirokchilarning toifasiga asoslanib aniqlanadi. Lekin yugurib kelib uzunlikka sakrashda shu masofa 1 m dan kam bo'lmasligi kerak, shu bilan birga depsinish taxtasidan chuqurning o'zoq chetigacha bo'lgan masofa kamida 10 m, yugurib kelib uch hatlab sakrashda esa kamida 21 m bo'lishi kerak. Sakrash bilan shug'ullanishni endi boshlagan sportchilar uchun uzunlikka sakrashda depsinish taxtasi bilan chuqurning o'zoq chetigacha bo'lgan masofa 7,5 m ga, uch hatlab sakrashda 15 m gacha kamaytirilgan bo'lishi mumkin.

Turli saralashli sakrovchilar musobaqaga bir vatqda ishtirokchilarda va chuqur keng bo'lganda (6.2. band) parallel yo'lakchalarga chuqurdan har xil masofalarga 2 ta depsinish taxtasi o'rnatish tasviya qilinadi. Bu holda depsinish taxtasini o'rtasidan o'tuvchi yugurib kelish yo'lakchalarning o'qlari orasidagi masofa kamida 1,5 m bo'lishi kerak.

6.2.5. Uch hatlab sakrash musobaqalari vaqtida depsinish taxtasidan chuqurgacha bo'lgan qismida uzunlikka sakrashning brusogini qoldirish taqiqlanadi: u olib tashlanishi kerak. Depsinish taxtasida qoldirilgan iz esa astoydil tekislanib, sifati bo'yicha yugurib kelish yo'lagidan farq qilmasligi lozim.

6.2.6. Chuqurni oldingi chetidan hisoblaganda yugurib kelish yo'lagining eni kamida 40 m bo'lishi kerak. Agar sharoit bo'lsa, yugurib kelish yo'lagi 45 m dan kam

bo`lmasligi kerak. YUgurib kelish yo`lagining maksimal ko`ndalang og'ishi 1:100, yugurib kelish yo`nalashiga nisbatan 1:100 dan oshmasligi kerak. Umumiy chuqur oldida ikkita bo`lingan yo`lakchalarning eni kamida 2,75 m bo`lishi kerak. CHuqurga 12-15 m qolganda yugurib kelinadigan bo`lsa, eni 3 m gacha bo`lishi kerak.

6.2.7. YUgurib kelish yo`lagi o`lchash chizig'idan boshlab chekkasidan ulchov ko`rsatkichlari bilan belgilanib chiqiladi (har bir metrdan keyin).

6.2.8. Birta yo`lakdan yugurib kelib qunish uzunlikka nisbatan simmetrik joylanishi kerak. Ikkita yo`lakchadan yugurib kelishda esa chuqurning eni kamida 4.25 m bo`lishi lozim. Agar yo`lakning o`qi qo`nish chuqurining o`qiga to`g'ri kelmasa, eni kamida 2,75 m bo`lgan qo`nish joyi chegaralovchi lentalar bilan belgilanib, yugurib kelish yo`lagiga simmetrik bo`lgan qo`nish zonasini hosil qiladi. Sakrash yo`nalishi bo`yicha chuqurning uzunligi 8 m, chuqurligi 0,5 m bo`lishi kerak. CHuqurni atroflari bortlar bilan o`rab olingan bo`lib, ular chuqurning atrofidagi erdan baland bo`lmasligi kerak. Bortning depsinish taxtasika yaqin tomoni esa yugurib kelish yo`lagiga nisbatan kamida 30 mm past bo`lishi kerak. CHuqurdagi qum nam, yugurib kelish yo`lagi u bilan bir xil balandlikka bo`lishi kerak.

6.2.9. YUgurib kelish yo`lagining ikkala tomoni, qo`nish tomoni va qo`nish chuqurning yon bortlari bo`ylab yugurib kelish yo`lagi bilan bir xil balandlikda, jaro-hatga olib keluvchi narsalardan ozod bo`lgan, eni kamida 1 m (xavfsizlik zonasi), ochiq joy bo`lishi kerak. Xuddi shunga o`xshash eni kamida 3 mli bo`lgan ochiq joy qo`nish chuqurining depsinish taxtasiga uzoq borti bo`ylab ham bo`lishi kerak.

6.3. Uzunlikka va uch hatlab sakrash bo`yicha musobaqa qoidalar

6.3.1. SHaxsiy va shaxsiy-jamoa musobaqalarda ishtirokchilar soni 8 tadan ortiq bo`lsa, saralash musobaqalari o`tkazilib har bir ishtirokchiga 3 tadan urinish beriladi. 8 ta kuchli ishtirokchilar esa final bosqichiga chiqishadi va ularga yana 3 ta urinish beriladi (8.2.5. banddan tashari). Agar 8nchi-natijani (finalga chiqish uchun oxirgi o`rin) ikki yoki undan ortiq ishtirokchilar ko`rsatishsa, ularni Hammasini finalga qo`yishadi.

Ishtirokchilar soni 8 va undan kam bo'lsa, Hammalariga 6 ta urinish bajarish huquqi beriladi.

6.3.2. Jamoaviy musobaqalarda har bir sportchiga 3 tadan urinish beriladi. Hisob uchun sportchining ko'rsatgan eng yuqori natijasi olinadi.

6.3.3. Ayrim musobaqalarda ishtirokchilarga beriladigan urinishlar soni (3 yoki 6) musobaqa nizomi bilan aniqlanadi.

6.3.4. Final ishtirokchilarning o'rinlari Hamma urinishlaridagi (saralash va final) eng yaxshi natijalariga qarab aniqlanadi. Finalga yo'l ololmagan sportchilarining o'rinlari saralash musobaqasida ko'rsatilgan natijalariga qarab aniqlanadi (1.4.3.; 2.4.9.band). Agar ikki yoki undan ortiq sportchilar bir xil yuqori natija ko'rsatishsa, ularning o'rinlari olgan urinishlardagi yaxshi natijalariga qarab aniqlanadi (saralash va final natijalarini hisobga olib). Ikkinchi natijalari ham bir xil bo'lsa, keyingi natijalariga qaraladi.

Masalan:

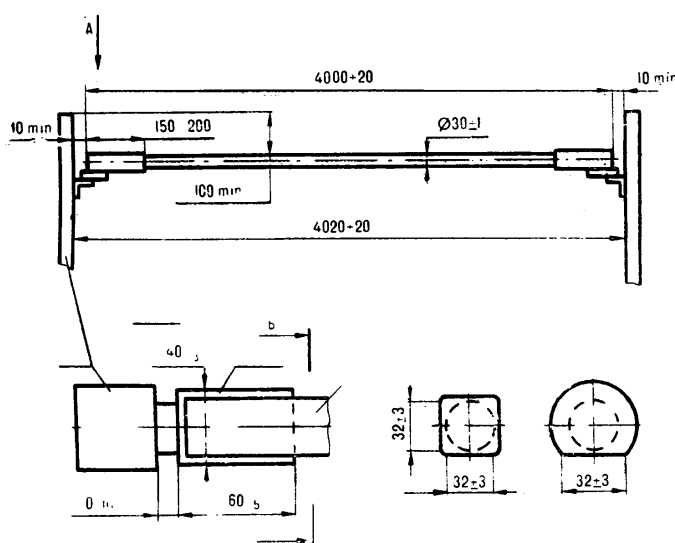
ishtirokchilar	saralash musobaqalari	final	yaxshi natija	o`rin
Aliev A.	6.89 7.21 7.33	6.90 7,30 7,01	7,33	1
Xuseinov T.	7,30 7,11 7,16	7,33 7,20 7,10	7,33	2

Bu yerda A sportchining natijasi (7.33 va 7.30 dan keyin) yaxshi hisoblanadi. Agar birinchi urinishini aniqlab bo'lmasa, da'vogarlariga g'oliblikni aniqlagunga qadar qo'shimcha ishtirok etgan sportchining o'rinlari aniqlanadi. Natijalari bir-xil bo'lib, birinchi o'ringa da'vogar bo'lmagan sportchilarning o'rinlari ham taqsimlanadi.

6.3.5. Agar boshlangan musobaqa hakamlar va sportchilarni aybisiz, ya'ni yomon havo yoki boshqa sabablarga ko'ra bir necha soatga kechiktirilsa yoki keyingi kunga qoldirilsa, bosh hakam ko'rsatmasiga asosan, musobaqa uzilib qolgan joyidan (o'sha ishtirokchilar bilan) yoki boshidan boshlanishi mumkin. Musobaqa qayta boshlangan-

dan keyin har bir ishtirokchi yugurib keladigan masofasini (razbeg) belgilash huquqiga ega.

6.3.6. Ishtirokchining mat (yama) ichida tanasini biror-bir qismi bilan depsinish taxtasika yaqin tomonga qoldirilgan izidan boshlab o`lchanib sakrash natijasi aniqlanadi. Sportchi qo`ngan nuqtadan depsinish taxtasika perpendikulyar to`g`ri chiziq tortilib natija aniqlanadi. Natijalar butun santimetrlarda aniqlanib, santimetrlar butun santimetr tomon kamaytiriladi. 1.9.2. e bandning talabiga javob beruvchi turli xil o`lchov-asboblarni qo`llashga ruxsat etiladi. Ruletkani nol belgisi sportchi qo`ngan nuqtaga qo`yilib natija o`lchanadi (7-rasm).



7-rasm. Balandlikka sakrashda plankani ko`rinishi

6.3.7. Bayonnoma qo`llanilganda urinishlarini yozish quyidagi tarzda olib boriladi:

urinish hisoblanganda natija yoziladi - 712 sm;

urinish hisoblanmasa - "X"

urinish qoldirilsa - "O"

6.3.8. YUgurib kelib uzunlikka sakrashda depsinish depsinish taxtasidan yoki old tomondagi yo`lakdan bajarilishi lozim.

Sakrash hisobga olinmaydi, agar sportchi:

- depsinish taxtasidan yoki uni yon tomonidan yugurib o`tsa;

- depsinish taxtasini yon tomonidan yoki o`lchov chizig`idan o`tib depsinsa;
- o`lchov chizig`ini bosib, plastilin yoki qum (o`lchov chizig`ini ustiga sepib chiqqan) ustiga oyoq izini qoldirsa;
- sakrashdan oldin va sakrash vaqtida tanasining biror-bir qismi bilan o`lchov chizig`igacha bo`lgan er qatlamiga tegsa;
- sakragandan so`ng chuqurni ichidan depsinish taxtasi tomoniga yurib kelib depsinish taxtasidan o`tsa;
- sakraganda salqoning biror-bir turini qo`llasa;
- sakrab bulgandan so`ng chuqurdan chiqib, depsinish taxtasi yo`nalishi tomon yurib borsa.

6.3.9. Joydan turib uzunlikka sakrashning dastlabki holatida oyoq uchlari o`lchov chizig`idan o`tmasligi, qunish esa ikki oyoqda baravariga bajarilishi kerak. Depsinish oldidan sakrovchi birin-ketin oyoq uchlarini yoki tovonlarini ko`tarishi mumkin, lekin biror-bir yo`nalishi tomon siljishi mumkin emas.

Agar sakrashdan oldin tovonlar depsinish taxtasidan uzilib yana depsinish taxtasiga qo`nsa (balandga sakrab tushsa) yoki biror-bir oyoqning tovonini depsinish taxtasidan to`la uzilsa yoki bir-ikki tovon depsinish taxtasi bo`ylab siljisa yoki tovonlar bilan depsinish birdaniga bajarilmasa, sakrash hisobga olinmaydi.

6.3.10. Uch hatlab uzunlikka sakrashda sportchi yugurib kelsa, birinchi depsinishdan so`ng shu oyog`iga qo`nib, keyin shu oyog`i bilan depsinib, ikkinchi oyoqqa qo`nishi va yana depsinib chuqurga qo`nishi kerak. Agar yuqorida ko`rsatib o`tilgan depsinish qoidasi buzilsa hamda depsinishdan so`ng (uchish vaqtida) yo`lak ustiga orqada qolgan oyoq tekkan hollarda sakrash hisobga olinmaydi. Qolgan hollarda 6.3.8.chi qoidalarga amal qilinadi.

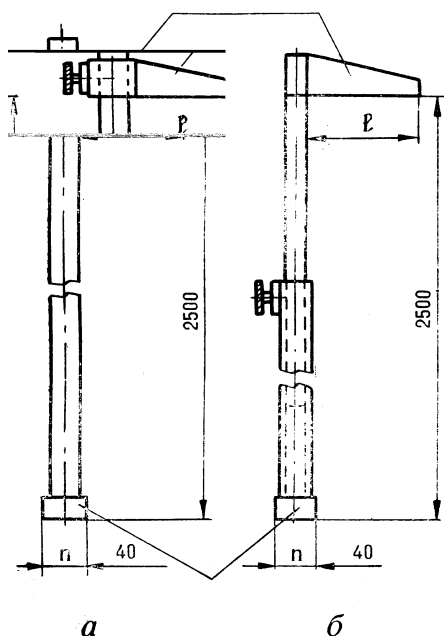
6.4. Balandlikka sakrash bo`yicha musobaqa o`tkazilish joylari va jig`ozlar

6.4.1. Sakrash ustunlari statsionar yoki ko`chiriladigan bo`lishi mumkin. Ustunlarning qurilmasi, ularni turg'unligini ta'minlashi uchun qattiq bo`lishi va plankani 2.5 m balandlikka o`rnatish imkonini berishi lozim.

Ustunlarni ustki qirrasi plankadan kamida 100 mm baland bo'lishi lozim. Ustunlar orasidagi masofa 4,00 - 4,02 m.

Musobaqa jarayonida katta hakamning ruxsatisiz ustunlar joyidan siljitilmaydi (depsinish joyi ishdan chiqqan taqdirda siljitish mumkin).

6.4.2. Planka doirasi 25-30 mm diametrli bo'lib, yog'och, metall yoki plastmassa bo'ladi. Plankani o'lchovini o'lchash uchun shablon qo'llaniladi (8-rasm).



8-rasm. Plankani ko'rinishi

Plankaning uchlari shunday yasalishi kerakki, uni o'rnatish uchun ikkala uchi eni 25-30 mm va uzunligi 150-200 mm li silliq yassi sirtdan iborat bo'lishi lozim. Musobaqa jarayonida plankani yiqilishi sababli, hakamga belgilab, shu belgiga qarab uni plastina ustiga o'rnatish tasviya qilinadi. Planka gorizontol holda bo'lishi va hech qaeri bukilmasligi kerak. Plankaning uzunligi uning uchlari bilan ustunlar orasidagi belgilagan masofadan 20 mm qisqa bo'lishi kerak. Planka ochiq rangli, eni 200-300 m li 3-4 ta ko'ndalang qora chiziqlar bo'yalgan bo'lishi kerak.

6.4.3. Planka o'rnatiladigan plastinkaning shakli burchakli, uzunligi 55-60 mm va eni 37-40 mm bo'lishi lozim. Plastinkalarni planka va ustunlar bilan ishqalanishini oshiruvchi rezinka va boshqa materiallar bilan o'rashga ruxsat etilmaydi. Plastinkaning prujinali bo'lishi ham taqiqlanadi. Ustunlarning tuzilishiga qarab plastinkalar

ustun bo'ylab pastga va yuqoriga harakatlanishi yoki ustunning harakatlanuvchi qismiga mahkam o'rnatilib, u bilan birga siljishi mumkin. Plastinka va ustun orasida 10 mm ochiqlik bo'lishi kerak (9-rasm).

6.4.4. Qo'nish joyi sifatida 0,5 - 0,75 m balandlikdagi rezina, paralon yoki bosha yumshoq sintetik materiallar xizmat qiladi. Balandlikka sakrashda qo'nish joyining hajmi 6x4 m bo'lishi kerak. U statsionar, joyida yig'iladigan yoki tashib keltiriladigan bo'lishi lozim.

Ustunlar va qo'nish joyi shunday joylashishi kerakki, ular orasida 100 mm ochiqlik bo'lishi lozim. Chunki sportchi sakragandan so'ng, qo'nish joyining qimirlashi ustunlar va plankani turg'unligiga ta'sirini ko'rsatmasligi kerak.

Sakrash bilan shug'ullanishni endi boshlagan va past razryadli sportchilar musobaqalarda qo'nish joyi uchun qumli chuqurcha xizmat qilishi lozim. Chuqur 4 tomonidan yog'ochli devor bilan o'ralgan bo'lib, yugurib kelish yo'nalishi tomondagi devorining balandligi yugurish yo'lakchasi bilan bir xil balandlikka bo'lishi kerak. Jarohatlarni oldini olish maqsadida chuqurga qum 0,5 - 0,75 m gacha bo'lishi shart.

6.4.5. Agar yugurib kelish yo'lagi bir xil tekislikda bo'lmasa, qo'nish joyining chekka qismlaridan yugurib kelish yo'nalishi tomonidan er bilan bir tekislikda plankani o'rnatilib, uning ustiga o'lchagichning oyoqchasi qo'yiladi. Plankani eni 50 mm, uzunligi esa ustunlar orasidagi masofadan 0,4-0,5 m ortiq bo'lishi kerak.

6.6.7.b banddagi ustunlar yassiligida xatolikka yo'l qo'yildimi-yo'qmi, shuni aniqlash uchun qo'nish joyining ikkala tomonidan eni 50 mm va uzunligi 5 m dan bo'lgan chiziqlar tortiladi.

6.4.6. Yugurib kelish maydonining ustki qatlami gorizontal bo'lishi lozim. Agar sintetik qoplamadan iborat bo'lsa, plankani markaziga yo'naltirilgan og'ish 1:250 m dan oshmasligi kerak. Yugurib kelish maydonchasi kamida 15 m, xalqaro musobaqalarda kamida 20 m, sharoit bo'lsa 25 m gacha 50 gradus sektor ichida burchak ostida bo'lishi lozim.

6.4.7. Yugurish maydonning yon tomonlari va qo`nish joyining tashqi tomoni (yugurib kelish tomonidan tashqari)dan yugurish yo`nalishi bilan bir xil balandlikda yotuvchi, tashqari narsalardan ozod bo`lgan, eni bir metrli ochiq joy bo`lishi kerak (xavfsizlik zonasi).

6.4.8. 2,5 m gacha balandlikni o`lchash uchun qo`llaniladigan o`lchagichning (10-rasm) o`lchash vaqtida vertikal holatda turishi uchun 0,5 m uzunlikda oyoqchasi bo`lishi kerak.

Oyoqchanning eni 40 mm. O`lchash ustunsiga metall o`lchov lentasi qattiq mahkamlanadi yoki o`lchash ustunsiga santimetr bo`lmalari chizib tushiriladi. Ikkala holda ham nol belgini pastki qismi oqyoqchanning pastki qismiga to`g`ri kelishi kerak. O`lchash ustunsida harakatlanuvchi ko`rsatkich bo`lib, u turli balandlikka mahkamlanishi lozim. Ko`rsatkich o`lchov lentasida plakaning eng ko`p bukilgan joyi balandlikni aniqlaydi. Ko`rsatkichning uzunligi 120-150 mm.

O`lchagichning harakatlanuvchi qismida Hamma vaqt mahkamlanadigan harakatlanuvchi ko`rsatkichli o`lchagichdan foydalanish tasviya etiladi.

6.4.9. Yugurish maydonining qoplamasi yugurish yo`lagining 4.1.1. bandi talablarini qoniqtirishi kerak.

6.5. Langar cho`p bilan sakrash musobaqa joylari va jihozlar

6.5.1. erkin uzunlik, shakl, diametr va og`irlikdagi turli xil materiallar yoki materiallar yig`imidan yasalgan langar cho`plardan foydalanishga ruxsat etiladi. Cho`pning tayanch joyida aylana "pupak" bo`lishi lozim. Langar cho`pni tayanch vaqtida qutiga urilishi natijasida sinib ketishini oldini olish maqsadida uning pastki qismiga (tayanchga yordam beruvchi) 300 mm gacha bo`lgan o`ramadan foydalanishga ruxsat etiladi. Langar cho`pni ustki qismi silliq bo`lishi lozim (qo`lning taylanishiga yordam beruvchi turli xil qo`llanmalar bo`lmasligi kerak). Langar cho`pni ushlash joyida bir xil o`ramadan foydalanishga ruxsat etiladi (o`rama lentaning qalinligi 2 qatlamdan oshmasligi kerak).

6.5.2. Ustunlarning hajmi va qo`rilmasi erkin bo`lib, ularning har biri ikkala tomonga (yugurish yo`lagi bo`ylab) 0,6 m gacha harakatlanishi kerak. Bunda quti (yashik) tayanch devorining ichki chegarasi ustki qismining davomi va plankani 2,5 m dan 7 m balandlikka o`rnatilish ham hisobga olinishi kerak.

Har bir ustunda qo`nish tomoniga yo`naltirilgan eni 13 mm gacha, uzunligi 75 mm gacha bo`lgan gorizontal qoziqchalar o`rnatilgan bo`lishi kerak. Bu qoziqchalarda planka o`rnatiladi (9-rasm). Planka shunday o`rnatilishi lozimki, ishtirokchi unga tegishi bilan u qo`nish zonasi tomonga oson tushishi kerak. Qoziqchalarga ishqalanishini oshiruvchi rezina va shunga o`xshash boshqa materiallardan foydalanishga ruxsat etilmaydi.

Sportchining qunish paytida ustunlar asosiga urilib jarohatlanishni oldini olish maqsadida plankani ushlab turuvchi qoziqchalar uzun kronshteynlarga biriktirilib, ustunlarga mahkamlanadi. Natijada plakaning uzunligi oshirilmay, ustunlar birbiridan o`zoq masofaga o`rnatiladi.

6.5.3. Planka 4,48-4,52 m uzunlikda bo`lib, ikkala ustunlarning qoziqchalariga gorizontal yotishi kerak. Aylana plakaning ikkala uchlari ustunlardan bir xil uzunlikda 50-100 mm chiqib turishi kerak. Plakaning og`irligi 2,25 kg dan oshmasligi lozim. Qolgan hollarda planka 6.4.2. band talablariga javob berishi kerak. Plankani qoziqchalarga etkazish uchun turli konstruksiyalardan foydalanish mumkin.

6.5.4. YUgurib kelish yo`lagi turg'un bo`lmagan material bilan qoplangan bo`lsa, qo`nish joyining oldingi qirrasi bo`ylab yugurish yo`lagi balandligi bilan bir tekisda eni 0,1 m bo`lgan planka o`rnatiladi va unga o`lchagich oyoqchalari qo`yiladi. 6.6.9. band qoidalari buzilganmi-yo`qligini aniqlash uchun langar cho`p tayanadigan qutining ikkala tomonidan, uning tayanch devori bo`ylab eni 50 mm va uzunligi 5 m dan bo`lgan chiziqlar tortiladi.

6.5.5. Langar cho`p bilan quti yog'och yoki biror-bir qattiq materiallardan yasilib, uning ichi qiya 1 m uzunlikda bo`lishi kerak (11-rasm). YUgurib kelish tomoniga qaragan quti chekkasining eni 0,06 m chuqurdan o`lchaganda tayanch devorining eni 0,15 m. YOn devorlari ostiga nisbatan 140 gradus burchak ostida tashqariga etishi uchun

Technical drawing of a mechanical assembly, likely a lamp or light fixture, showing a side view and a cross-section A-A.

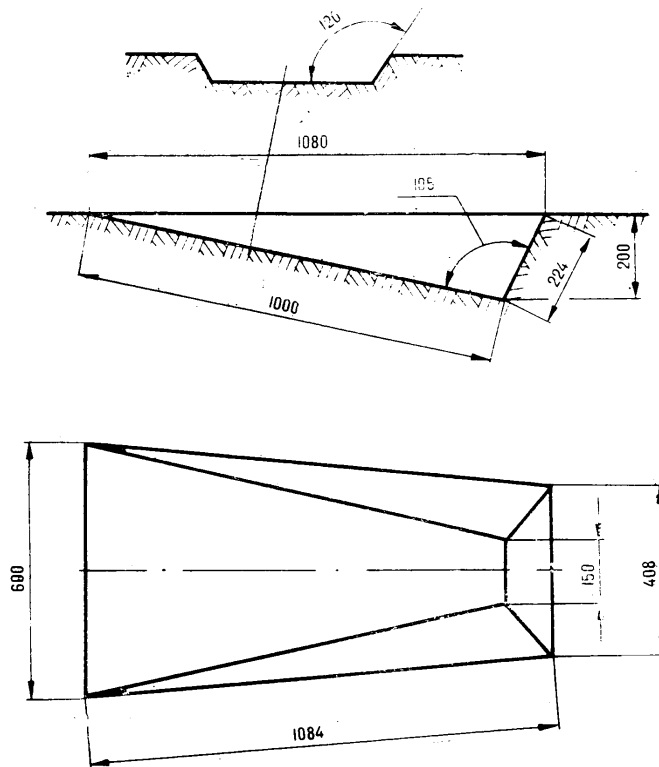
Side View Dimensions:

- Top horizontal dimension: 1300
- Top horizontal dimension: 5000 mm
- Left vertical dimension: 6000
- Left vertical dimension: 4000
- Left vertical dimension: 4300
- Left vertical dimension: 4370
- Left vertical dimension: 4500±20
- Right vertical dimension: 5000 mm
- Bottom horizontal dimension: 400
- Bottom horizontal dimension: 800
- Bottom horizontal dimension: 150
- Bottom horizontal dimension: 200
- Bottom horizontal dimension: 50
- Bottom horizontal dimension: 100
- Bottom horizontal dimension: 75 max
- Bottom horizontal dimension: Ø30±1
- Bottom horizontal dimension: Ø13

Cross-section A-A:

- Dimension: 350
- Dimension: 4000 mm

98



10-rasm. Langar cho'p bilan sakrash sektori

6.5.6. Qo'nish joyi statsionar, yig'ma yoki tashib kelinadigan rezina, paralon yoki boshqa yumshoq materiallardan bo'lib uzunligi kamida 5 m, eni kamida 5 m bo'lib, yugurib kelish yo'lagiga nisbatan kamida 1 m ko'tarilgan bo'lishi kerak. Langar cho'p tayanadigan qutining yon tomonlaridan qo'nish joyiga jipslashtirib, yugurib kelish yo'lagi tomon 1,3 m (12-rasm) chiqib turadigan yumshoq materialdan (rezina, paralon) qilingan ikkita "kub" o'rnatilishi kerak.

6.5.7. YUgurib kelish yo'lagining eni kamida 1,22 m va uzunligi kamida 40 m bo'lishi lozim. Agar sharoit bo'lsa, yugurib kelish yo'lagi 45 m dan kam bo'lmasligi kerak. Yo'lak qo'nish joyi oldidan oxirgi 5 m qolganda qo'nish joyining enigacha kengayib gorizontal bo'lishi kerak. Yo'lakni burchagi yugurib kelish yo'nalishdan 1:100 va ko'ndalang yo'nalish bo'yicha 1:1000 dan oshmasligi kerak.

6.5.8. YUgurib kelish yo'lagining ikkala tomoni va qo'nish joyining perimetri bo'ylab (yugurish yo'lagiga aragan tomonidan tashari) bo'sh maydon kerak (xavfsizlik zonasi). Bo'sh maydonning balandligi yugurish yo'lagi bilan bir tekis bo'lib, jarohatga olib keladigan xavfli jig'ozlardan ozod bo'lishi kerak. Yugurish

yo`lagining yoni bo`ylab o`tgan maydonning eni kamida 1 m, qo`nish joyi atrofida kamida 1,5 m bo`lishi lozim.

6.5.9. O`lchash uchun foydalanadigan o`lchagich 6 m, balandlikni o`lchashga imkon beruvchi, past-balandga harakatlanuvchi, oyoqning eni 80-90 mmli bo`lishi kerak.

6.6. Balandlikka va langar cho`p bilan sakrash musobaqalarini o`tkazish qoidalar

6.6.1. Boshlang'ich balandlikni va keyingi balandliklarga oxirgi sakrovchi balandlikni olganiga qadar plankani ko`tarilishi musobaqa nizomida ko`rsatilgan bo`ladi yoki musobaqa boshlanishidan oldin hakamlar hay'ati tomonidan e`lon qilinadi. Plankani boshlang'ich balandligi va keyingi ko`tarishlari musobaqa nizomida ko`rsatilmagan bo`lsa, hakamlar hay'ati jamoa vakillari bilan maslahatlashib, plankani necha santimetrdan ko`tarishni aniqlab olishadi. Balandlikka sakrashda musobaqada oxirgi ishtirokchi qolganiga qadar planka kamida 2 sm, ko`pkurashda 3 sm va langar cho`p bilan sakrashda 5 va 10 sm ga ko`tarilishi kerak. Sakrash bo`yicha musobaaning oxirida, biror-bir balandlikda sakrashni davom ettirish uchun bitta atnashuvchi olsa, u 6.6.3. band qoidalariga asosan keyingi urinishlar huquqidan ozod etilguncha sakrashni davom ettirish mumkin. YUqori darajadagi musobaqalarda (3.1.3. band) planka o`rnatiladigan balandlikni (ko`pkurash musobaqalaridan tashqari) referi, olgan musobaqalarda ishtirokchi bilan kelishilgan holda katta hakam belgilaydi.

6.6.2. Balandlikni o`lchash uchun planka butun santimetrlarda, kamaytirish tomon tushirilib o`rnatiladi.

6.6.3. Sportchi e`lon qilingan balandliklarning xohlaganidan sakrashni boshlashi mumkin. Ishtirokchi musobaqa joyida ro`yxatdan o`tish vaqtida yoki ishtirokchi sakrash uchun chaqirilgan vaqtda qaysi balandlikdan sakrashni boshlashi haqida xabar berishi kerak. Ishtirokchi musobaqa jarayonida o`z talabnomasini o`zgartirishi mumkin (oldin bergan talabnomasidagi 1-balandligini oshirib yoki kamaytirib, faqat e`lon qilingan balandlikdan kam bo`lmasligi kerak). Bu holda yangi bergan talabno-

masidagi balandlikka musobaqa boshlanib 1- yoki 2-urinishlar uning ishtirokisiz o'tgan bo'lsa, qolgan urinishini bajarish huquqiga ega (1 ta yoki 2 ta urinish). Har bir balandlikdan oshib o'tish uchun sportchiga 3 ta urinish berilib, ishtirokchi har bir urinishni birin-ketin bajaradi. Agar belgilangan balandlikni 1- yoki 2-urinishda oshib o'tsa, qolgan urinishlar bajarilmaydi.

Sportchi musobaqani boshlab, ayrim balandliklarni qoldirib o'tishi mumkin (qayta sakrashlardan qolgan hollarda). Bunda u musobaqaga qatnashish huquqini yo'qotmasa, balki balandlikni 1- yoki 2-urinishdan oshib o'tolmagan taqdirda, keyingi balandlikka sakrashi mumkin. Agar ishtirokchi ma'lum bir balandlikni oldirib (urinishlarini bajarolmasa) keyingi balandliklarga o'tkazsa, bu balandliklardagi urinishlarni ham bajarish (ya'ni balandlikdagi 3 ta urinishi bajarish) huquqidan mahrum etiladi.

Qaysi balandlikda bo'lishdan qat'i nazar ishtirokchi, 3 ta urinishda ham balandlikdan oshib o'tolmasa, musobaqani davom ettirish huquqidan mahrum bo'ladi. Agar ishtirokchi biror-bir balandlikdan 1- yoki 2-urinishdan keyingi 3-urinishda oshib o'tsa, keyingi balandlikda ham 3 ta urinishda oshib o'tish huquqi beriladi. Oshib o'tolmasa musobaqadan chetlashtiradi.

Masalan, ishtirokchi 1,75 m balandlikdan oshib, 1,80 m balandlikda 1-urinishida plankani eqitib qo'yib, qolgan 2-urinishdan voz kechib, keyingi balandlikka 1,85 m ga o'tsa (yoki uni qoldirib 1. 90 m ga) 1-urinishda yangi balandlikdan oshib o'tsa (va shu balandlikni 1-urinishida oshib o'tolmasa 3 ta hisobga olinmagan urinishlaridan so'ng musobaqadan chetlashtiriladi (1,80 m, 1,85 m, 1,90 m). Agar 1- urinishdayo 1,90 m balandlikdan oshib o'tsa, keyingi balandliklarga 3 ta hisobga olinmagan urinishni bajarguniga qadar musobaqani davom ettiradi.

6.6.4. Bayonnomada sakrashlar quydagicha belgilanadi: urinish hisobga olinsa "0", hisobga olinmasa-"X", urinish o'tkazib yuborilsa "—".

6.6.5. 1- va olgan o'rinlar eng yuqori olingan balandlikka qarab aniqlanadi. Agar bir necha ishtirokchi bir xil yaxshi natija ko'rsatishsa, unda:

a) oxirgi balandlikdan kam urinishlar bilan oshib o'tgan sportchi g'olib hisoblanadi;

b) oxirgi olingan balandlikda urinishlar soni bir xil bo'lsa, oldingi balandliklarda (oxirgi olingan balandlik ham kiradi) kam hisobga olinmagan urinishlar qilgan sportchi g'olib chiqqan bo'ladi;

v) bu holda ham holat o'zgarilmasa, oxirgi urinishdan tashqari (oxirgi hisobga olingan urinishlardan keyingilarida) Hamma balandliklarida kam urinish sarflagan (hisobga olingan va olinmagan) sportchi g'olib bo'lib chiqadi.

YUqorida ko'rsatib o'tilgan ko'rsatkichlar 2 va undan ortiq ishtirokchilarda bir xil bo'lgan taqdirda, faqat 1-o'rinni aniqlash uchun qayta sakrash o'tkaziladi. U quyidagicha amalga oshiriladi: Hamma ishtirokchilarga biror-bir ishtirokchi oshib o'ta olmagan eng past balandlikdan boshlab bir marotabadan sakrash xuquqi beriladi, agar Hamma yoki qisman sportchilar shu balandlikdan oshib o'tishsa planka ko'tariladi (asosiy musobaqalar uchun musobaqa oldindan belgilangan o'zgarish tartibiga asosan) hech kim balandlikdan oshib o'tolmasa planka tushiriladi.

Balandlikdan oshib o'tolmagan sportchilar qayta sakrashdan chetlashtiriladi. Qolgan sportchilar, oshib o'tolmagan balandlikni olgan sportchi 1-o'rinni egalaydi. Balandlik olib aniqlangandan so'ng qayta sakrash to'xtatiladi va qayta sakrashda ishtirok etgan Hamma sportchilarning egallagan o'rinlar aniqlanadi. 1-o'rin aniqlanadi. 1-o'ringa da'vogar bo'lmagan sportchilarning ko'rsatkichlari bir xil bo'lganda ham o'rinlar bo'linadi.

Qayta sakrash musobaqaning davomi bo'lib, uni o'tkazilish bayonnomada qayd qilinadi. Ko'rsatilgan natijalarga asoslanib, shaxsiy o'rinlar aniqlanadi, razryad normalari hisobga olinadi va rekordlar tasdiqlanadi.

6.6.6. Ob-havoning buzilishi, depsinish joyining ishdan chiqishi yoki hakamlar va ishtirokchilarning aybisiz, musobaqani o'tkazilishiga boshqa sabablar tufayli imkoniyat bo'lmasa, boshlangan musobaqa bosh hakam tomonidan bir necha soatga kechiktirilishi yoki boshqa joyda o'tkazilishi yoki boshqa kunga qoldirilishi mumkin. Bu holda musobaqa uzilib qolgan balandlikdan davom ettiriladi. Ishtirokchilarning

tanaffusgacha biror-bir balandlikdan oshib o'tish uchun qolgan urinishlari o'tkazilmagan bo'lsa, u yakunlanadi. Bu holda belgilangan balandlikka tanaffusgacha sakrab ulgurmagan sportchilar ishtirok etishadi. Musobaqa tiklanganda har bir sportchi yugurib kelish joyini belgilash va oxirgi yoki undan oldingi balandlikka (o'zi sakrab o'tgan) hisobga olinmaydigan 3 ta urinish bajarish huquqiga ega.

6.6.7. YUgurib kelib balandlikka sakrash hisobga olinmaydi, agar:

a) erdan ikkala oyog'i bilan depsinsa;

b) plankani tushirib yuborsa, plankadan oshib o'tmay sektor sirtiga tegsa.

Ustunlardan o'tuvchi yassi chizig'ining tashqarisidan yoki ustunlardan tashqarida sakrasa o'tuvchi yassi chiziqning davomi ham shunga kiradi (6.4.5. band).

Agar sportchi sakrash jarayonida qo'nish joyiga oyog'i bilan tegsa va hakamning fikricha bu sportchi sakrashi uchun ko'mak bermasa, sakrash hisobga olinishi mumkin.

6.6.8. Turgan joydan balandlikda sakrashda depsinish ikki oyoqda baravariga bajariladi: depsinish oldidan sakrovchi oyoq panjalarini yoki tovonlarini birin-ketin ko'tarishi mumkin, lekin oyoqlari bilan birin-ketin yo'nalishi bo'ylab siljish taqiqlanadi.

Sakrashgacha oyoq tovonlari erdan o'zilib yana qo'nsa yoki oyoqlarning birini sakrashgacha to'la erdan uzilishi yoki bir (ikki) tovon er bo'ylab siljisa yoki tovonlar bilan erdan depsinish birin-ketin bajarilsa sakrash hisobga olinmaydi. Qolgan hollarda 6.6.7. b bandda keltirilgan qoidalar qo'llaniladi.

6.6.9. Langar cho'p bilan sakrash hisobga olinmaydi, agar:

a) plankani sportchi tanasini biror-bir qismi yoki langar cho'p bilan urib tushirsa. Ishtirokchi langar cho'pni qo'yib yuborgandan so'ng langar cho'p yugurib kelish tomoniga tushishi vaqtidagina hakam langar cho'pni ilib olish huquqiga ega. Langar cho'p planka tomon tushadigan bo'lsa, uni ilib olishga hech kimni huquqi yo'q; agar bunday hol ro'y berib, bosh hakam langar cho'p plankani tushurar edi deb, aniq fikrga kelsa sakrash hisoblanmaydi;

b) plankadan oshib o'tolmay tanasining biror-bir qismi yoki langar cho'p bilan sektor ustiga tegsa, buni ichiga vertikal yassilik orasidagi langar cho'p tayanadigan quqtti tayanch devori orali o'tuvchi qo'nish zonasi ham kiradi (6.5.4. band);

v) langar cho'pni tayanch quttiga qo'ygandan so'ng ikkala oyog'ini erdan o'zib sakramasa;

g) erdan kutarilgandan so'ng ustki qo'lini yuqoriroq siljitsa (langar cho'p holati bo'yicha) yoki pastki qo'lini ust qismidan yuqoriga o'tkazib qo'ysa.

6.6.10. Sakrovchi plankaga tegmay oshib o'tganidan so'ng, planka tashqi sabablar ta'sirida (masalan, kuchli shamol) tushganiga hakam aniq ishonch hosil qilsa, u sakrashni hisobga olish mumkin, lekin bu sakrash rekord deb hisobga olinmaydi. Chunki bu holda bosh hakam tomonidan natijani o'lchash imkoniyati bo'lmaydi (planka shamol ta'sirida tushib ketgan).

6.6.11. Ishtirokchining iltimosiga ko'ra, langar cho'p bilan sakrashdan oldin har bir ustunni 0.6 oldinga yoki orqaga siljitish mumkin (6.5.2. band).

Ustunlarning har bir siljirilishidan so'ng hakamlar balandlikni to'g'ri o'rnatilganligini tekshirishlari kerak.

Har bir ishtirokchi o'z langar cho'pidan foydalanib, boshqa ishtirokchilarga bermasligi mumkin.

Ishtirokchilar foydalanadigan langar cho'plarning yaroqli ekanligini o'zlari tekshirishlari kerak. Musobaqa boshlanishidan oldin hakamlar langar cho'plarning 6.5.1. band talablariga javob berishlarini tekshirishlari kerak. Hakamlar langar cho'plarni boshqacha tekshirishmaydi.

Sakrash vaqtida langar cho'p sinib ketgan taqdirda, sakrash qoidalarini buzmay bajarilganda yoki qoidalar langar cho'p sinishi oqibatida kelib chiqsa, ishtirokchiga qayta sakrash uchun ruxsat beriladi. Ishtirokchilarga mustahkam ushlashni ta'minlash uchun turli xil suyuqliklar bilan qo'llari yoki langar cho'pni surkashga hamda tirsaklarini bog'lashga ruxsat etiladi. Ochiq jarohatlardan tashqari olgan va Hamma hollarda qo'l va panjalarga bint o'rash taqiqlanadi.

7. ULOQTIRISH BO'YICHA MUSOBAQA QOIDALARI

7.1. Umumiy qism

7.1.1. Musobaqa o`tkazilish joylarida har bir ishtirokchi musobaqada start olish tartibiga qarab bir yoki ikki, lekin ko`p bo`lmagan urinishlarni bajarishlari mumkin. Uloqtirish hakam nazorati ostida amalga oshiriladi.

Musobaqa boshlangandan so`ng ishtirokchilarning xavfsizligini ta`minlash maqsadida uloqtirish doirasi yoki yugurish yo`lagida hamda snaryadlarning qo`nish sektorlariga badan qizdirish mashqlarni bajarishga (snaryad bilan ham, snaryadsiz) ruxsat berilmaydi.

7.1.2. Ishtirokchilarni finalga chiqish tartiblarini hamda turli xil musobaqalarda ijozat beriladigan urinishlar soni 6.3.1.; 6.3.3. bandlarda ko`rsatilgan.

7.1.3. Musobaqa ishtirokchilarning o`rinlari 6.3.4. bandga asoslanib aniqlanadi.

7.1.4. Musobaqa ijobiy sabablarga ko`ra uzilib qolsa 6.3.5. bandga amal qilish kerak.

7.1.5. Musobaqaning saralash , saralash va final qismlarida ishtirokchilar har bir urinishini tartib bilan bajarishadi. Ayrim hollarda bosh hakamni qaroriga asosan ishtirokchilar saralash musobaqalarida uchala urinishlarini birin-ketin bajarishlari mumkin.

Ob-havo yomon kelganini e`tiboriga olib bosh hakam ko`rsatmasi asosida musobaqaning final qismida ham uchala urinishni birin-ketin bajarilishi mumkin. Doiradan uloqtirish o`tkazilganda ishtirokchi har bir urinishdan keyin doiradan chiqishi kerak.

7.1.6. Ishtirokchi musobaqa o`tkazuvchi tashkilot tomonidan ta`minlangan snaryadlardan foydalanishi mumkin. Ayrim hollarda ishtirokchilar o`z snaryadlaridan foydalanishlari mumkin. Bunday hollarda sportchilar oldindan bosh hakam tayinlagan vaqtda va joyda shaxsiy snaryadni tekshirish uchun hakamlar hay`atiga topshirishlari kerak. Agar snaryad qoida talablariga javob bersa, musobaqa ishtirokchilarning umumiy foydalanishlariga ruxsat berishlari mumkin.

7.1.7. Ishtirokchilar chaqirilganlaridan so`ng o`z urinishlarini bajarishga 1,5 minutdan ortiq vatq sarflamasliklari kerak. Qolgan hollarda 6.1.4. band ko`rsatmalari bajariladi.

7.1.8. Doira ichidan bajariladigan Hamma uloqtirishning barcha turlarida va yadro itqitishda ishtirokchilar mashqni statik holatdan boshlashlari kerak. 7.1.13. a bajarilishini uzishi mumkin (har bir urinishda uzilish bir martadan ko`p bo`lmasligi kerak). Bunda ishtirokchi snaryadni qo`yib, doiradan chiqib, keyin qaytadan kirib, statik holat egallaganidan so`ng ushbu urinishni yana bajarishi mumkin.

7.1.9. Hakamni ruxsatisiz ishtirokchi snaryad qo`nish sektoriga kirishga huquqi yo`q.

7.1.10. Ishtirokchilarning 2 va undan ortiq barmoqlarini bog`lashi yoki bint bilan o`rashlari taqiqlanadi. Sportchi ochiq jarohat olgani yoki qo`li lat egani haqida shifokorga murojaat qilishi shart. Sportchi jarohat olishiga qaramay musobaqani davom ettirishi mumkinligi haqida shifokor imzosi bilan tasdiqlangan yozma xatni bosh hakamga berganidan so`ng sportchiga bint va plastirlardan foydalanishga ruxsat etiladi.

7.1.11. Qo`llariga xohlagan narsalarini surkashga ruxsat etiladi. Bosqon uloqtiruvchilar qo`lqopdan foydalanishlari mumkin. Qo`lqopning barmoqlar tomoni ochiq, kafti silliq, yumshoq bo`lishi kerak. Ishtirokchi beliga charmdan va shunga o`xshash materiallardan kamar taqishi mumkin.

7.1.12. Sportchilarning doira ichiga yoki oyoq kiyimlariga biror narsa sepishlari yoki surkashlari taqiqlanadi.

7.1.13. Urinish hisobga olinmaydi, agar:

a) ishtirokchi urinishni bajarishga kirishgan daqiqadan (cho`zilishlar, burishlar, yugurib kelish va h.z.) va snaryadni qo`yib yuborganidan so`ng turg'un holatni qabul qilgunicha tanasining biror-bir qismi, kiyim kechagi va oyoq kiyimi bilan doira, depressinish taxtasi, chegara cgizig'ini bossa;

b) snaryad qo`nishidan oldin yaqin nuqtasi sektor yoki koridor tashqarisida bo`lsa;

v) ishtirokchi uloqtirishni bajargandan so`ng chegara chizig'idan yoki doiraning oldingi qismidan yoki belgilangan chiziqlardan oldinga chiqsa;

g) ishtirokchi turg'un holatni egallamay yoki snaryad qo`nmasdan doiradan chiqsa;

d) 7.5.1.; 7.6.1.; 7.7.1.; 7.9.2. bandlarga keltirilgan qoidalar buzilsa.

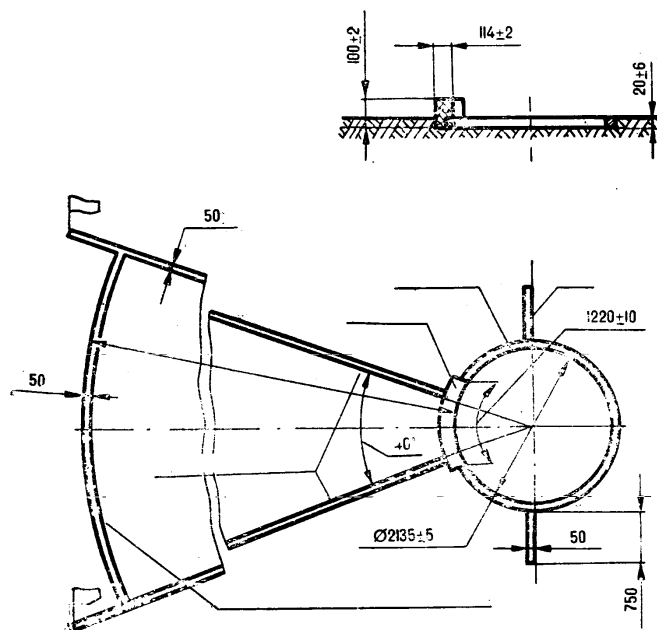
7.1.14. Snaryad qo`ngandan so`ng sportchi turg'un holatni egallab uloqtirish joyini 7.1.13. bandga keltirilgan qoidalarini buzmay tark etganidan so`ng katta hakamning "BOR" buyrug'idan keyin uloqtirish hisobga olinadi. Uloqtirish hisobga olinmaganda "YO`Q" buyrug'i beriladi. Bir vaqtning o`zida buyruqlar bilan birgalikda 6.1.5. bandda ko`rsatilganidek bayroqcha bilan ham signal beriladi.

7.1.15. Sektor ichiga tushgan snaryad tushgan nuqtasi ("BOR" buyrug'idan keyin) qoziqcha bilan belgilanadi. Qoziqcha doira va chegara chizig'iga yaqin qoldirilgan izga suqiladi. Natija o`lchangandan so`ng qoziqcha maydondan olinadi. Ishtirokchilar o`rtasida kechayotgan kurashni tomoshabinlarga ko`rsatish uchun asosiy musobaqalarda va final qismida har bir ishtirokchining eng yaxshi natijasi ishtirokchilarning ko`krak raqamlari taqilgan qoziqchalar bilan belgilanadi. Bu qoziqchalar sektor tashqarisida ikki chegara chiziqning bir yonida o`rnatiladi.

7.1.16. Natija, uloqtirish bajarilgandan so`ng snaryad doirani chekka qirradi yoki chegara chizig'iga yaqin tushgan izidan o`lchab aniqlanadi.

Uloqtirish doirada bajarilganda o`lchash qoziqchadan doiraning markaziga yo`naltirib amalga oshiriladi.

Yadro itqitishda o`lchash depsinish taxtasining ichki qirrasidan amalga oshiriladi. Bunda ruletka depsinish taxtasining ustidan qo`yiladi (13-rasm). Qiyshiq chiziqli plankadan uloqtirish amalga oshirilganda o`lchash qoziqchadan qiyshiq chiziqning markaziga qarab yo`naltirilib aniqlanadi. To`g'ri chiziqli plankadan uloqtirish amalga oshirilganda o`lchashni qoziqchadan plankaga perpendikulyar chiziq bo`ylab yoki uni davomi bo`ylab tortishib natija aniqlanadi.



13-rasm. Yadro sektori

Uloqtirishda natijalarni aniqlashni yengillashtirish uchun to'g'ri sigmentdan unga parallel qilib plankadan aniq masofalarga simlar tortiladi. Bu simlardan ruletka bilan qoziqchagacha qo'shimcha o'lchash amalga oshiriladi.

O'lchagan natija butun bo'lishi uchun 0,02 m gacha kamaytirish tomonga tushiriladi, ya'ni 0,02 m gacha bo'lgan masofa hisobga olinmaydi. Faqat yadro itqitishda natija o'lchanib butun bo'lishi uchun 0,01 m gacha kamaytiriladi.

1.9.2. e band talablariga javob beruvchi o'lchashga qulay bo'lgan turli asbob-uskunalaridan foydalanishga ruxsat etiladi. Ruletka yordamida o'lchaganda nol belgi qo'nish sektor (koridor) ustida qo'yiladi.

7.1.17. 6.3.7. band ko'rsatmalariga asosanib olingan Hamma urinish natijalari o'lchanadi va bayonnomaga kiritiladi. Har bir urinishdan keyin o'lchash amalga oshirilishi lozim. Ayrim hollarda (ob-havoning buzilishi yoki ommaviy musobaqalarda) uchchala urinishdan keyin musobaqa yakunida o'lchashga ruxsat etiladi.

7.1.18. Uloqtirishning hamma turlarida snaryadni planka yoki doira tomon otib qaytarish taqiqlanadi; ular qo'lda yoki maxsus qurilmalar yordamida tashib keltirishi kerak.

7.1.19. Uloqtirish jarayonida snaryad sinib qolsa ishtirokchiga qayta urinishga ruxsat etiladi, faqat uloqtirish to'g'ri bajarilib yoki snaryad sinishi natijasida qoida buzilmagan taqdirdagina.

7.1.20. Uloqtirish, yugurish (sportcha yurish) yoki sakrash musobaqalari bir vaqtning o'zida boshlansa, xavfsizlikni ta'minlovchi Hamma chora-tadbirlarni ko'rish lozim.

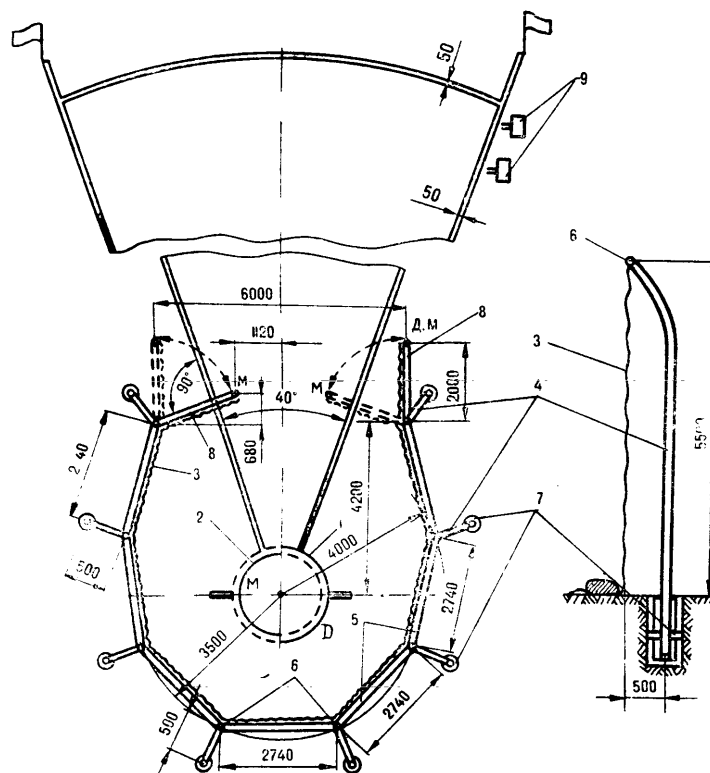
7.2. Musobaqa joylariga qo'yiladigan umumiy talablar

7.2.1. Snaryad tushadigan sektor maydoni to'g'ri, tekis (uloqtirish tomonga yo'naltirilgan burchak 1:100 dan oshmasligi kerak) va tashqi narsalardan ozod bo'lishi kerak. Uning uloqtirish yo'nalishi tomon minimal shakli quyidagicha bo'lishi kerak (metrda).

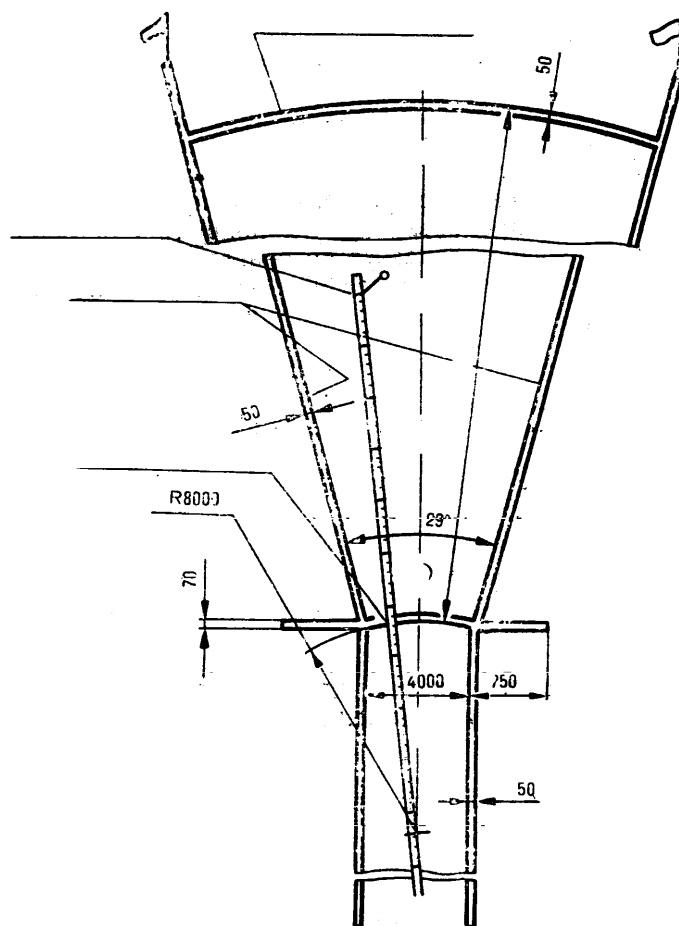
Ishtirokchilar	disk	bosqon	yadro	nayza	Granata, kichik to'p
Erkaklar	80	90	25	100	95
Ayollar	80	—	25	80	75

7.2.2. Sektorda rekordlar yaxshi ko'rinadigan ko'rsatkichlar bilan belgilanishi kerak.

7.2.3. Disk, bosqon, uloqtirish va yadro itqitishda snaryad qo'nadigan sektordagi kerakli burchakni tez topish uchun 14-rasmdagi va nayza uloqtirishda 15-rasmda keltirilgan chizmadan foydalanish tasviya qilinadi.



14-rasm. Bosqon uloqtirish sektori

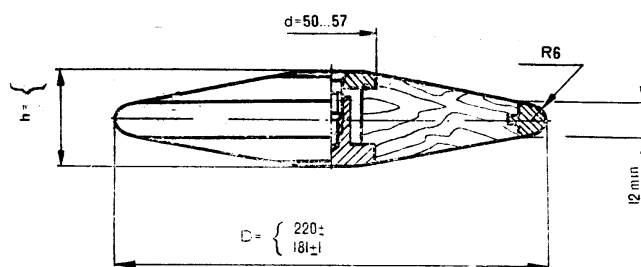


15-rasm. Nayza ulotorish sektori

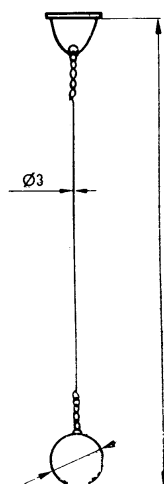
7.3. Snaryadlarni tekshirish uchun qo`yiladigan umumiy talablar

7.3.1. Snaryadning shakli, uzunligi va og'irligi rasmiy qoidalar talablariga javob bergandagina tekshiriladi.

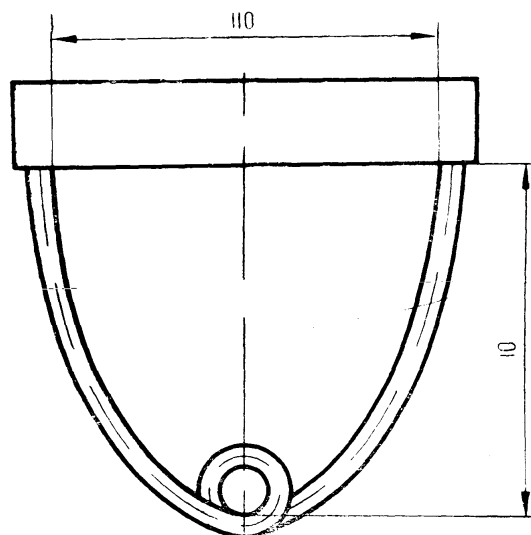
7.3.2. Snaryadlarning shakli, uzunligi va og'irligini tekshirish uchun qo'llaniladigan tarozilar va o'lchov asboblarning shablonlari (16-18-rasmlar) va qurilmalar (19-20-rasmlar) 1.9.2.e band talablariga javob berishi lozim.



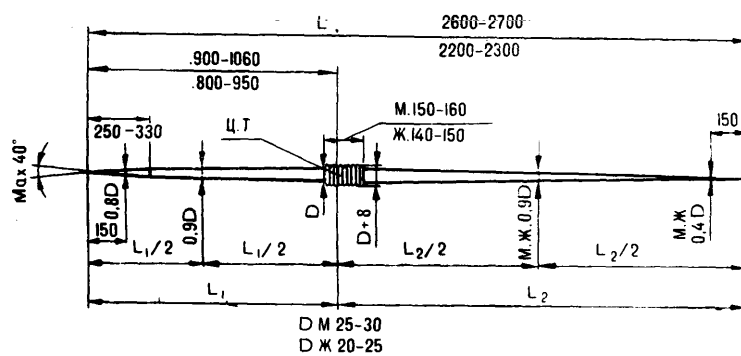
16-rasm. Disk



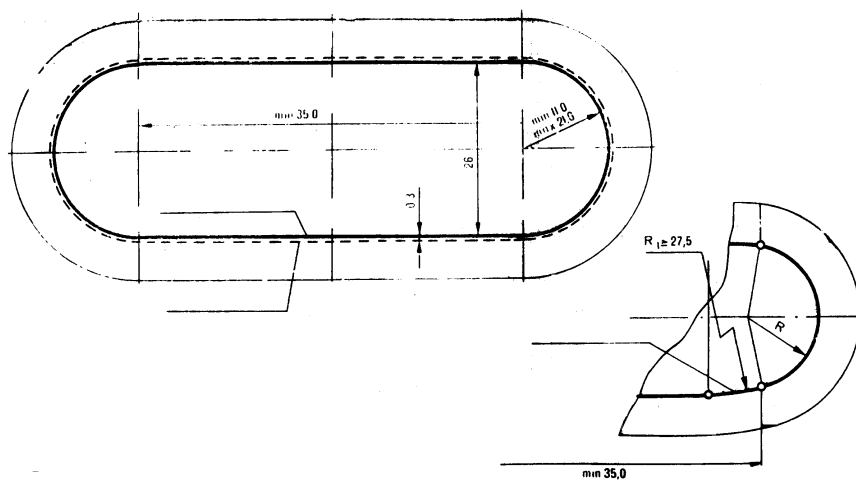
17-rasm. Bosqon simi



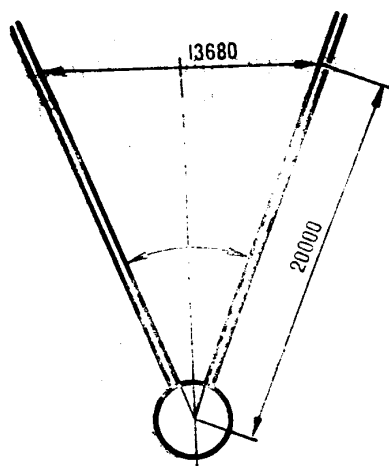
18-rasm. Bosqon dastagi



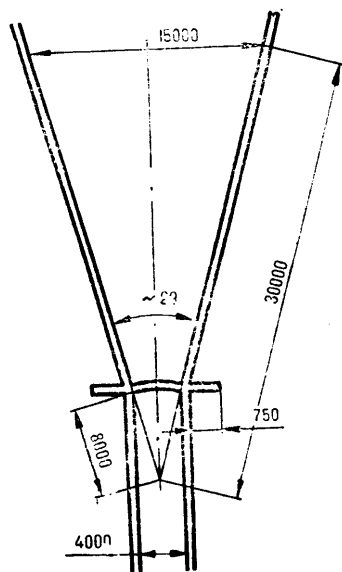
19-rasm. Nayza



20-rasm. Uloqtirish sektori



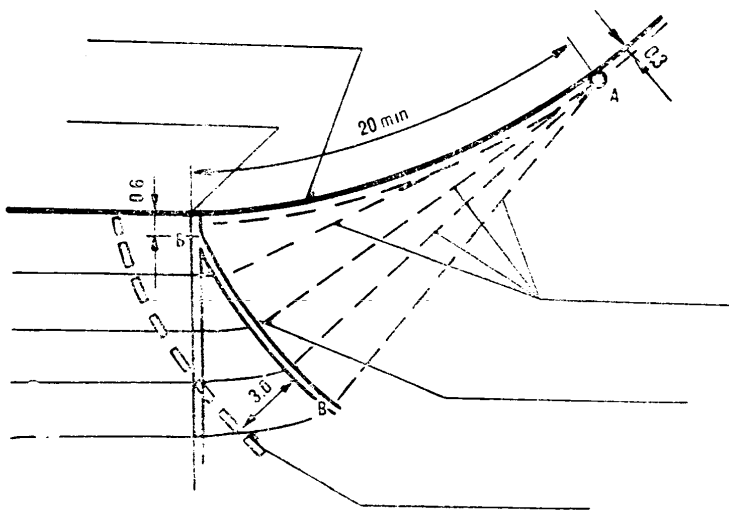
11-rasm. Yadro itqitish sektori



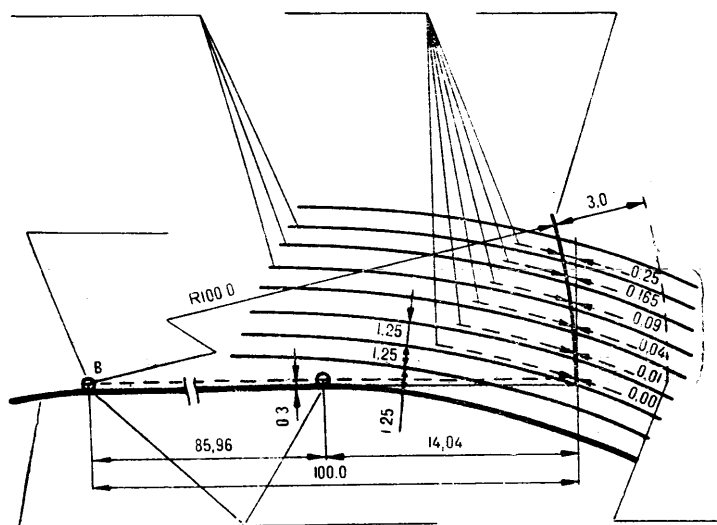
12-rasm. Nayza ulotirish sektori

7.4. Disk va bosqon uloqtirish hamda yadro itqitish bo'yicha musobaqa joylari va jig'ozlar

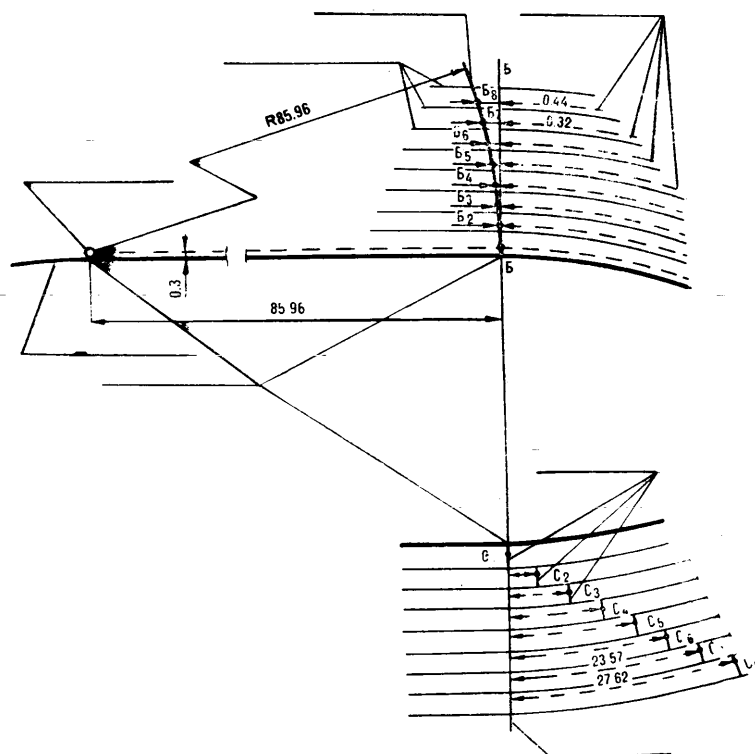
7.4.1. Disk, bosqon uloqtirish va yadro itqitish doira ichidan, o'yingohda belgilanib burchagi 40 gradusli snaryad qo'nadigan sektorga amalga oshiriladi (21-23-rasmlar).



21-rasm. Disk va bosqon ulotirish sektori joylashuvi



22-rasm. Disk va bosqon ulotirish sektori joylashuvi



23-rasm. Disk va bosqon ulotirish sektori joylashuvi

7.4.2. Doiraning ichi betondan, asfaltdan, erdan, maxsus qo'yilmalardan (masalan, yugurish yo'lakchalari va yengil atletika sektorlaridagi qoplamalar) va bosha qattiq, silliq bo'lmagan materiallardan bo'lishi mumkin.

7.4.3. Doiraning xalqasi qattiq material bilan chegaralangan bo'lib qalinligi kamida 6 mm. oq rangga bo'yalgan bo'lishi lozim. xalqa doiraning ustiga keltirib qo'yiladigan bo'lsa ishtirokchi oyog'i bilan tayanganda joyidan siljimasligi kerak, yoki bir joyda qurilgan, doira tuprog'iga chuktilrilgan bo'lishi lozim. xalqaning ichki qismi 20;6 mm (doira ichidagi maydonga nisbatan) balandlikda, vertikal bo'lishi kerak.

7.4.4. Snaryad qo'nadigan sektorning yon chegaralari chiziqlar bilan belgilanib (eni 50 mm li), ular halqaning tashqi chegarasidan boshlanadi. Bu holda sektor burchagining cho'qisi doira markazida bo'lishi kerak. CHegara chiziqlarining oxirgi uchlariga sektor bayroqlari o'rnatiladi. Sektor bayrog'i to'g'ri burchakli metall dan bo'lib, hajmi 200x400 mm, erga o'rnatilgandan so'ng kamida 0,6 m chiqib turadigan 8 mm diametrli metall tayoqchadan iborat bo'lishi kerak.

Disk va bosqon qo`nadigan sektor yumshoq bo`ladi (o`tdan yoki erdan). Yadro itqitishda aniq iz qolishi uchun sektor mayda toshdan, o`tdan yoki boshqa qoplamadan iborat bo`lishi kerak.

Sektor maydoni doira markazidan o`tkazilgan yoki chiziqlar bilan belgilanadi. Yoy chiziqlar xalqaning ichki qirrasidan bo`lgan masofani ko`rsatadi. eni 50 mm li belgi ham yoy chiziq o`lchaydigan masofaning o`lchoviga kiradi. Yoylarning sektor chegaralari bilan kesishgan nuqtalariga doiradan bo`lgan masofani ko`rsatuvchi, raqamlari yaxshi ko`rinadigan ko`rsatkichlar qo`yiladi.

7.4.5. Yadro itqitishda xalqaning oldingi qismini o`rtasiga yog'och yoki biror-bir boshqa materialdan tayyorlangan sigment mahkam o`rnatiladi. Segment halqani yuqoridan yopib turishi va uning ichki qatlamlari halqaga mos kelishi kerak (24-rasm).

Segment oq rangga bo`yaladi. Segmentning razmeri: balandligi 98-102 mm, eni 112-116 mm ichki qirradi bo`yicha uzunligi 1,21-1,23 mm.

7.4.6. Halqa tashqarisidan, erda, diametrning davomi bo`ylab sektor chizig'ining o`qiga perpendikulyar, eni 50 mm va uzunligi 0,75 m li oq chiziqlar doiraning ikkala tomonidan chiziladi. Ular oq bo`yoq bilan chiziladi yoki yog'ochli reyka yotqiziladi yoki to`g'ri keladigan bir xil materialdan foydalanish mumkin.

7.4.7. Uloqtirish joylarining shakli va belgilangan chiziqlari 5-jadvalda ko`rsatilgan ko`rsatkichlarga mos kelishi kerak (21-23-rasm). Xalqaning ichki diametrini shakli 5 mm gacha o`zgarishi mumkin.

7.4.8. Bosqon va disk uloqtirishda doira atrofiga xavfsizlik choralarini ko`rish uchun metall yoki arqondan to`r panjarali to`siq o`rnatilishi kerak. To`siq yaxlit yoki taqsimlanadigan (bo`linadigan) bo`lishi mumkin. 24-rasmda to`siqni joylashish chizmasi keltirilgan. To`siq eni 2,74 m va balandligi 5 m bo`lgan 7 ta sektsiyadan iborat bo`lib, ular harakatlanmaydigan sektsiyalarning chekka ustunlari oldidan o`tuvchi eni 2 m va balandligi 5,5 m li 2 ta sektsiyalardan iborat bo`ladi.

5-jadval

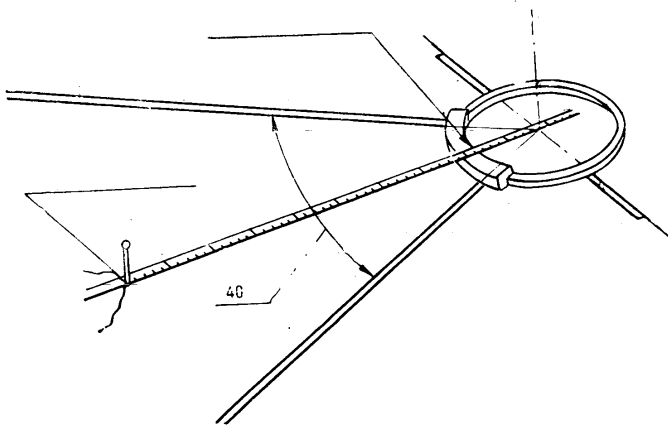
O`lchovlar	Disk uloqtirish	Bosqon uloqtirish	Yadro itqitish
------------	--------------------	----------------------	----------------

xalaning ichki diametri	2500 mm	2135	2135
yoylar orasidagi masofa, m	5 m	5 m	1 m
yoylarni belgilanishining oxiri (ishtirokchilarning saralashiga qarab, taxminan), m	30-75 gacha	35-85 gacha	8-23 gacha

Chekka harakatsiz sektsiyalarning oxirlari orasidagi masofa (uzilish) 6 m.

Disk uloqtirishda xalqani (2,5 m) shunday joylashtirish kerakki, uning markazi chekka harakatsiz sektsiyalarining oxirlarini biriktiruvchi taxmin qilinadigan chiziqdan 5 m keyinga joylashishi kerak. Bosqon uloqtirish uchun xalqa esa (2135 m diametri) 4,2 m gacha.

Bosqon uloqtirishda, agar sportchi o'ng qo'l bo'lsa (soat harakati yo'nalishiga teskari aylanadi) harakatli sektsiyalardan biri 24-rasmda ko'rsatilgandek o'rnatiladi (1-holat yassi chiziq), 2- harakatli sektsiya esa (u ham yassi chiziq) yonga buriladi. Agar sportchi chap o'l bo'lsa (soat harakati bo'ylab aylanadi) harakatli sektsiyalar (24-rasm 2-holat) punktir chiziqlar bilan ko'rsatilganidek o'rnatiladi. Disk uloqtirishda harakatli sektsiyalar qo'llanilmay, balki chekka harakatsiz sektsiya uchlaridan yonga buriladi (24-rasm 3-holat). Ipli setka 2,5 mm li po'lat simlardan, orasi 50x50 mm ochiqlikda o'ralishi va sektsiyaning ramasiga mustahkam bog'lanishi kerak. Arqonli setka orasi 44x44 m ochiqlik qoldirilib, diametri 4 mm li ipdan to'qib tayyorlanadi. Ipli setka uzunligi 7-11 m gacha va eni to'siqdan 0,3-0,4 m ko'p qilib, to'siqning ustki qismini Hamma joyiga osib-biriktirilib chiqiladi (xuddi shunday ip bilan). Setkaning pastki qismi mahkamlanmay, balki erda bo'sh yotadi. SHu burchakka to'siqning uzilgan uchlaridan bir xil masofada har birining vazni 13-15 kg dan bo'lgan 8-10ta tuproqli qop biriktiriladi. Setkaning minimal mustahkamligi 130 kg ga bardosh berishi kerak.



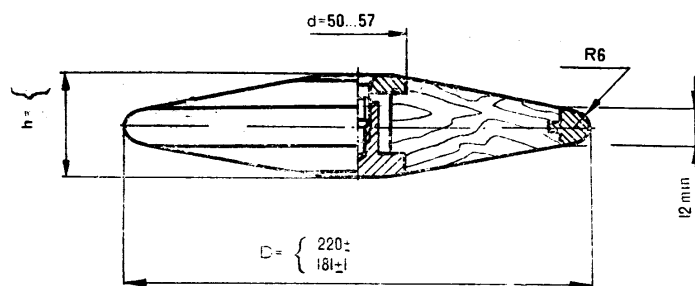
24-rasm. Yadro itqitish sektori

7.4.9. Yadro itqitishda xalqa atrofi tashqi narsalardan ozod bo'lgan eni kamida 1 m li ochiqlik, bosqon va disk uloqtirishda xavfsizlik to'siqcha doiraning ichki yuzasi bilan bir miqdorda tashqi predmetlardan ozod bo'lgan joy bo'lishi lozim. Yadro qo'nadigan sektorda bo'sh joyning eni kamida 1 m, bosqon va disk qo'nadigan sektorda esa kamida 2 m.

7.5. Disk uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari. Diskka qo'yiladigan asosiy talablar

7.5.1. Disk uloqtirishda ishtirokchi doira ichida dastlabki holatni qabul qilganidan keyin turgan joyidan yoki doira ichida aylanishlar bilan amalga oshiriladi.

7.5.2. Disk yog'ochli qatlamdan iborat bo'lib, u to'g'ri shaklli siljimaydigan silliq metall bilan o'ralgan bo'lishi kerak. Metall o'rama chekkasining ko'ndalang kesimi 6 mm radiusli yarim doiradan iborat (25-rasm). O'rama qatlamni markazida, ikkala tomonidan, snaryad vaznining aniqligini ta'minlovchi bir-biriga parallel aylana metall plastinkalar bilan mahkamlanadi. Disk metall plastinkasiz ham tayyorlanishi mumkin, faqat plastinka joyi yassi, snaryadning vazni talabga javob berishi kerak. O'rama qatlamni metall, plastmass yoki boshqa qattiq materiallardan tayyorlashga ruxsat etiladi (belgilangan vazni, shakli va o'lchovlari shakllanishi sharti bilan).



25-rasm. Diskning ko'rinishi

Shahar miqyosidan past musobaqalarda quyma rezinali disklardan foydalanish mumkin. YUqorida ko'rsatilganidek, rezina diskdan foydalanganda razryad natijalari me'yorlarini (11 kattalar razryadi ham kiradi) bajarsa kursatkich hisobga olinadi, lekin ular rekord deb tasdilanmaydi. Bir musobaqada rezinali va boshqa materialli disklardan foydalanmasligi kerak.

7.5.3. Diskning ikkala tomoni ham bo'rtmagan, chuqur bo'lmagan, burchaklari uchli bo'lmay bir xil bo'lishi kerak. Markazdan 25 mm (qilinadi) 28,5 mm gacha (maksimal) ikkala tomon to'g'ri chiziq bo'ylab aylanma bo'g'im boshlangunga qadar chiqarib boriladi.

7.5.4. Bo'g'imning yarim doira tashqi qirrasida hech qanaqa kesimlar, bo'rtib chiqishlar va chuqurliklar bo'lmasligi kerak. Uning chekkadan qalinligi 6 mm li 12 mm dan kam bo'lmasligi kerak.

7.5.5. Diskning vazni va o'lchovi 6 chi jadvalda keltirilgan ulchovlarga mos kelishi kerak.

6-jadval

O'lchovlar	16-17 yoshli yoshlar va erkaklar uchun	14-15 yoshli bolalar uchun	qolgan guruh uchun
vazn, kg	2.005-2.-025	1.50-1.525	1.005-1.025
metalli tashqi diametri (D), mm	219-221	199-201	180-182
metalli plastinkalarning diametri (D), mm	50-57	50-57	50-57
markazdagi qalinlik, mm	44-46	37-39	37-39

7.6. Bosqon uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalar.

Bosqonga qo'yiladigan talablar

7.6.1. Bosqonni uloqtirish bir yoki ikki joydan yoki doira ichidan aylanishlar bilan amalga oshirilishi mumkin.

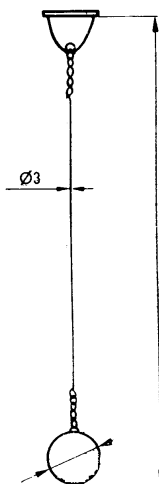
Agar ishtirokchi bosqonni aylantirish vaqtida doira tashqarisidagi erga tekkizib aylanishni to'xtatsa, urinish hisobga olinmaydi; agar erga tegishiga qaramay ishtirokchi urinishni davom ettirib bajarsa, uloqtirish to'g'ri deb hisoblanadi.

Ishtirokchi doira ichida aylanuvchi harakatlarini boshlamay turib bosqon sharini doira ichiga yoki tashqarisiga qo'yish huquqiga ega.

Ishtirokchi harakat yoki aylanishlarni boshlab, halqa yoki uni tashqarisidagi erga tegmay turib harakatni to'xtatsa, bu xato hisoblanmaydi va u bosqonni doira ichiga yoki tashqarisiga qo'yib, yana qayta kirib, dastlabki turg'un holatini qabul qiladi. Faqat bir marta shunday urinishga ruxsat etiladi (7.1.7. band).

Bosqon uloqtirishda natija bosqon qoldirgan izdan boshlab o'lchanadi (sim yoki snaryadning dastasidan emas).

7.6.2. Bosqon shardan (latundan, yumshoq bo'lmagan metall dan yoki ustki qatlami shunday metall dan, ichi qattiq metall bilan to'ldirilgan) va dastadan iborat bo'lib, ular bir-biri bilan sim yordamida bog'langan (26-rasm).



26-rasm. Bosqon simining ko'rinishi

Bosqon shari ichidagi to'ldirilgan metall shunday joylashtirilgan bo'lishi kerakki, u harakatlanmasligi va sharning og'irlik markazi shar markazidan 6 mm dan ortiq siljimasligi kerak. SHar sim bilan oddiy sharnir yoki sharikopodshipnik bilan biriktiriladi.

7.6.3. Sim bir dona po'latdan bo'lib, diametri 3 mm dan kam bo'lmay, uloqtirish vaqtida cho'zilmasligi kerak.

7.6.4. Dastak (bir dona yoki 2 ta) qattiq bo'lib, uloqtirish vaqtida deformatsiyalanmasligi kerak. Tavsiya qilinadigan dastakning o'lchovi 27-rasmda keltirilgan.

Dastakni shunday tugun bilan biriktirish kerakki, sim tugundan o'tib bosqonni umumiy uzunligini oshirmasligi lozim.

7.6.5. Bosqonni vazni va o'lchovi 7-jadval ko'rsatkichlariga mos kelishi kerak.

7-jadval

O'lchovlar	16-17 yoshlar va erkaklar uchun	14-15 yoshli bolalar va 16-17 yashar yoshlar uchun	bolalar uchun		
			13 yosh	12 yosh	11 yosh
Umumiy vazn, kg	7265-7285	6005-6025	5005-5025	4005-4025	3005-3025
Umumiy uzunligi (dastakni ichki tomonidan boshlab o'lchanadi), mm	1175-1215	1145-1215	1215 dan ko'p emas		
Sharning diametri (D), mm	1100-1300	105-125	100-120	95-110	85-100

7.7. Yadro itqitish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari.

Yadroga qo'yiladigan talablar

7.7.1. Yadro itqitish bir qo'llab, elkadan, sportchi doira ichida dastlabki holatni egallaganidan so'ng turgan joydan yoki doira ichida ilingan harakatlardan keyin amalga oshiriladi. Dastlabki holat va ishtirokchining doira ichida harakat qilib itqitishga tayyorgarlik ko'rgan vaqtida yadroni yuzi oldida ushlab turishi, itqitish ja-

rayonida qo`li shu holatdan pastga tushmasligi kerak. Itqitish paytida yadroni elka chuqo`rchasidan uzib yonga yoki orqaga cho`zish taqiqlanadi.

7.7.2. Yadro hech bir kesimsiz, chuqursiz, bo`rtmasiz silliq shardan iborat bo`lishi lozim.

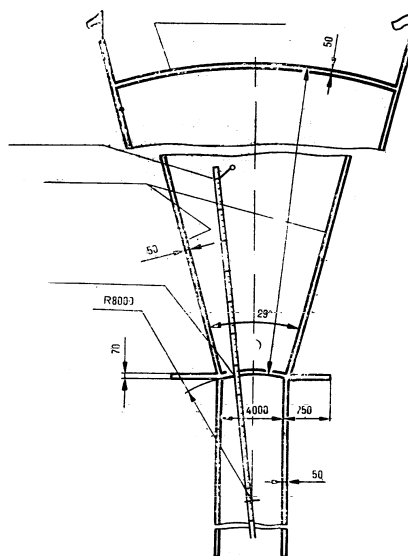
Yadro latundan yumshoq bo`lmagan materiallardan yoki ustki qatlami shu materialdan bo`lib, ichi og`ir metall bilan to`ldirilgan bo`lishi kerak. Yadroning vazni va diametri 8-jadval ko`rsatmalariga mos kelishi kerak.

8-jadval

o`lchovlar	16-17 yashar yoshlar va erkaklar uchun	14-15 yashar bolalar, 16-17 yashar yoshlar uchun	13 yashar bolalar uchun	16-17 yashar izlar, ayollar va o`g`il bolalar uchun	11-15 yashar iz bolalar va 11 yashar o`g`il bolalar uchun
vazn, kg	7265-7285	6005-6025	5005-5025	4005-4025	3005-3025
diametr, mm	110-130	105-125	100-120	95-110	85-100

7.8. Nayza, granata va kichik to`p uloqtirish bo`yicha musobaqa joylari va jig`ozlar

7.8.1. Nayza va kichik to`p yoy shaklidagi qiyshiq chiziqli plankadan snaryad qo`nishi uchun belgilangan sektorga qarab uloqtiriladi (28-rasm).



28-rasm.

Viloyat iqyosidagi musobaqalarda kichik to'p uloqtirish musobaqasini granata uloqtirish koridorida o'tkazish mumkin (7.9.4. band).

7.8.2. eni 20 mm bo'lgan planka yog'och, fanera, metall dan yoki erga bo'yoq bilan chizib tayyorlanishi mumkin. Planka radiusi 8 m bo'lgan yoy shaklida bukilgan bo'lib (uning ichki chizig'i bo'ylab), uchlari orasidagi masofa 4 m, yugurish yo'lagi ustiga mahkamlanadi va oq rangga bo'yaladi. Plankaning ikkala uchlaridan, erda, yugurish yo'llagiga perpendikulyar o'q asosida yo'naltirilgan, har birining uzunligi 1,5 m va eni 70 mm bo'lgan chiziqlar tortiladi.

7.8.3. Nayza uloqtirishda snaryad qo'nadigan sektorning yon chegaralari eni 50 mm bo'lgan chiziqlar bilan belgilanadi. Bu chiziqlar bukilgan plankaning markazidan yo'naltirilgan bo'lib, plankaning ikkala uchlaridan maydonga qarab tortiladi. Chegara chiziqlarining eni sektor o'lchoviga kirmaydi. Chegara chizig'idan o'tuvchi chiziqlarning qarama-qarshi uchlariga sektor bayroqlari o'rnatiladi. Sektor bukilgan planka markazidan o'tkazilgan yo'ylar bilan har 5 m oralig'ida chizilib, ular yugurish yo'lagiga qaratilgan planka chekkasigacha bo'lgan masofani ko'rsatishadi. Yoy chiziqlarining eni (50 mm) ham yoy belgilangan masofa o'lchoviga kiritiladi. Yoy belgilari (ishtirokchilarning saralashiga qarab) 30 dan 95 m gacha bo'ladi.

Yoylarning sektori chegara chiziqlar bilan kesishgan nuqtalaridagi raqamlari yaxshi ko`rinadigan ko`rsatkichlar o`rnatilib, ular plankada bo`lgan masofani ko`rsatishadi.

7.8.4. Granata uloqtirish to`g`ri plankada belgilangan joy — qo`nish koridoriga qarab amalga oshiriladi.

7.8.5. eni 70 mm va uzunligi 4 m bo`lgan planka yog`och, fanera, metall yoki bo`yoq bilan chizilib tayyorlanishi mumkin. U yugurish yo`lagi ustiga o`rnatilib oq rangga bo`yaladi. Ikkala uchlariga rangli bayroqchalar o`rnatiladi.

7.8.6. Granata va kichik to`p uloqtirishda qo`nish joyi eni 10 m bo`lgan koridor bilan belgilanib, shu koridor ichiga tushgan (qo`ngan) snaryadlar hisobga olinadi.

7.8.7. Koridorning yon chegaralari yugurish yo`lagi o`qiga simmetrik va unga parallel joylashgan eni 50 mm li oq chiziqlar bilan belgilanadi. Chiziqlarning eni koridor enining o`lchoviga kirmaydi.

7.8.8. Koridor ichidagi qo`nish joylari yugurish yo`lagiga qaratilgan planka chekkasigacha bo`lgan masofani ko`rsatuvchi oq chiziqlar bilan belgilanadi. Chiziqlar plankaga parallel qilib 20 m (30 mdan boshlab) ishtirokchilarning jinsi va yoshiga qarab chiziladi (har 5 m ga o`tkaziladi). Belgi chiziqlarning koridorni yon chegaralari bilan kesishgan nuqtalaridagi raqamlari yaxshi ko`rinadigan ko`rsatkichlar o`rnatilib, ular plankada bo`lgan masofani ko`rsatishadi.

7.8.9. O`t bilan qoplangan yugurish yo`lagi 4.1.1. band talablarini qondirib, qo`nish maydoni bilan bir xilda bo`lishi kerak. O`tli qoplamada yugurishga ham ruxsat etiladi.

Yugurish yo`lagi 30 mdan kam bo`lmasligi, lekin 36,5 mdan oshmasdan, butun yo`nalishi bo`ylab eni 4 m bo`lishi kerak. 33,5 mdan kam bo`lmagan yugurish yo`lagidan foydalanish tasviya qilinadi.

Yo`lak ikkala tomonidan eni 50 mm bo`lgan oq chiziqlar bilan belgilanib, bu chiziqlar yo`lak eniga kirmaydi.

Granata va tennis kichik to`p uloqtirishda yugurish yo`lagining eni 12,5 m gacha kamaytirilishi mumkin, lekin plankagacha 6-8 m qolganda u 4 m gacha kengaytirilishi kerak.

7.8.10. Yugurish yo`lagining ikkala tomoni va snaryad qo`nish sektori (koridor)ning yon chegaralarini tashqarisidan yugurish yo`lagi bilan bir bo`lgan balandlikda tashqi predmetlardan holi, eni kamida 1 metrli ochi joy bo`lishi kerak.

7.8.11. Nayza (granata) qo`nadigan sektor qattiq bo`lmasligi tuproqli yoki o`tli bo`lishi kerak.

7.9. Nayza, granata va kichik to`p uloqtirish bo`yicha musobaqa o`tkazish qoidalar

7.9.1. Nayza uloqtirish sportchini turgan joyidan, yugurib kelib (burilishsiz) elka ustidan yoki uloqtiradigan qo`lning elkasi oldidan amalga oshiriladi. Nayzani ipli o`ramasidan ushlash kerak. SHu belgilangan uslubni turlicha o`zgartirib uloqtirishga ruxsat berilmaydi. Ishtirokchi uloqtirishga tayyorgarlik ko`rishni boshlagandan keyin va nayzaning havoda uchishi boshlangandan so`ng sektor tomon orqasi bilan o`girilmasligi kerak. Nayza erga tegmaguncha sportchiga yugurish yo`lagining chekkasini tark etishga ruxsat etilmaydi. Nayza qo`ngandan keyin sportchi turg'un holatdan yoy chizig'i yoki unga qo`shilgan 1,5 mli chiziqni bosmay turib yo`lakni tark etishi kerak. Nayzani uchli tomoni boshqa qismlaridan oldin erga tegsa, uloqtirish to`g`ri deb hisoblanadi. Nayzani to`g`ri qo`nganligini aniqlash maydondagi hakam zimmasiga yuklatiladi. SHuning uchun u uloqtirish to`g`ri bajarilganligini xatosiz aniqlashi uchun qulay joy tanlashi kerak (uchishni yon tomonidan kuzatish uchun qo`nish joyiga yaqin turishi kerak). Qo`nishni to`g`ri-noto`g`riligi xaqidagi ma'lumot 6.1.5. band ko`rsatmasi asosida bayroqchalar yordamida amalga oshiriladi.

7.9.2. Granata va kichik to`p uloqtirish sportchini turgan joydan yoki yugurib kelib (burilishsiz) amalga oshiriladi.

7.9.3. Nayza, granata va kichik to`p uloqtiruvchi sportchi yugurib kelish masofasini belgilash huquqiga ega. Bu belgilar musobaqa tashkilotchilari tomonidan taqdim etilgan kichkina bayroqchalar yoki turli xil buyumlardan bo`lib, ular yugurib kelish yo`lagi bo`ylab yo`lak tashqarisida o`rnatiladi (yo`lak ichiga o`rnatish mumkin, lekin har bir sportchi o`z urinishi bajarilgandan so`ng o`z belgisini olishi shart).

7.10. Nayza uloqtirishda musobaqa o'tkazishga qo'yiladigan talablar

7.10.1. Nayza asosan metalli uch va ipli o'ramadan tashkil topgan (30-rasm).

7.10.2. Nayzaning vazni va o'lchovlari 9-jadval ko'rsatmalariga mos kelishi kerak.

9-jadval

O'lchovlar	16-17 yashar yoshlar, erkaklar uchun	qolgan guruhlar uchun
Ipli o'rama bilan birgalikda vazni, g	805-825	605-625
Umumiy uzunligi, mm	2600-2700	2200-2300
Metalli uchining uzunligi, mm	250-330	250-300
Metalli uchidan og'irlik markazigacha bo'lgan masofa, mm	900-1100	800-950
Asosining eng qalin qismidagi diametri, mm	25-30	20-25
Nayzaning ipli o'rama bilan qoplangan qismining uzunligi, mm	150-160	140-150

7.10.3. Nayzaning og'irlik markazi o'ramani tagida qolishi uchun nayza asosining bir qismi ip bilan o'raladi (tugunsiz, ustma-ustsiz bir tekisda). Ipning diametri 2,5-4 mm. Nayzani ushlash uchun boshqa qo'llanmalardan foydalanishga ruxsat etilmaydi.

7.10.4. Nayza asosi ko'ndalang kesimi bo'ylab Hamma qismida doira shaklida bo'lib, ayrim hollarda ovalning katta va kichik diametrlari bir-biridan farq qilganda doira shaklidan chetlanishga ruxsat etiladi. Har bir kesimdagi eng katta diametri o'rama tagida bo'lishi kerak. Asos o'ramadan boshlab uchi va dumi tomon sekin-asta torayib boradi. O'ramadan nayzaning ikkala uchlariga o'tkazilgan chiziqlar to'g'ri yoki birozgina egilgan bo'lishi kerak (diametri tez o'zgarmaydigan bo'lib). Asosiy qismining torayishi shu tariqada bo'lishi kerakki, o'ramaning oldingi uchlaridan dumigacha va bo'lgan diametr maksimal diametrning 90 gradusdan oshmasligi, har bir uchlaridan 150 mm da esa maksimal diametrni 80 gradusni tashkil qilishi kerak.

7.10.5. Nayzaning uchish jarayonida og'irlik markazini va traektoriyasini o'zgartiruvchi har xil qismlari va urilmalari bo'lmash kerak.

7.11. Granata musobaqasiga qo'yiladigan talablar

7.11.1. Granata yog'ochdan yoki ustki qoplamasi metall dan bo'lgan boshqa yaroqli materiallardan bo'lishi mumkin.

7.11.2. 11, 12 va 13 yoshli o'g'il va qizlar musobaqalarda granataning vazni 255-275 g, 14-15 yoshli qiz bolalar, 16-17 yoshli qizlar va 14-15 yoshli o'g'il bolalarning musobaqalarida 505-550 g, katta guruhlar musobaqalarida 705-750 g bo'lishi kerak.

7.11.3. Vaznidan qat'i nazar granataning eng kam o'lchovi (mm da) quyidagicha bo'lishi kerak:

Snaryadning umumiy uzunligi — 240 mm

Dastasining diametri — 30 mm

Dastasining uzunligi — 106 mm

Granata tanasining diametri — 450 mm

Granata tanasining uzunligi — 114 mm

Granata tanasi va dastasi orasidagi bo'yinchaning uzunligi (granata o'qi bo'ylab) — 20 mm

Har bir o'lchov 2 mm ga siljishi mumkin.

7.11.4. Granataning dastasi silliq, hech qanday bo'rtmasiz, chuqursiz va o'ramasiz bo'lishi kerak.

7.12. Kichik to'pga qo'yilgan talablar

7.12.1. Uloqtirish uchun qo'llaniladigan kichik to'p butun materialdan yoki shar shaklidagi ichi to'ldirilgan materialdan bo'lishi kerak.

7.12.2. Kichik to'pni vazni 150 g, diametri 58-62 mm bo'lishi kerak.

8. KO'PKURASH

8.1. Ko'pkurash turlari, ularni tarkibi va musobaqa

o`tkazilish tartibi

8.1.1. O`nkurash. Ikki kun ketma-ket o`tadi, turlari quyidagi tartibda o`tkaziladi:

1 kun. 1) 100 m ga yugurish, 2) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) yugurib kelib balandlikka sakrash, 5) 400 m ga yugurish.

2 kun. 6) 110 m g'ovlar osha yugurish, 7) disk uloqtirish, 8) langar cho`p bilan sakrash, 9) nayza uloqtirish, 10) 1500 m ga yugurish.

8.1.2. To`qqizkurash. Musobaqa ikki kun ketma-ket o`tadi, turlari quyidagi tartibda o`tkaziladi:

1 kun. 1) 100 m ga yugurish, 2) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) yugurib kelib balandlikka sakrash.

2 kun. 5) 110 m g'ovlar osha yugurish, 6) disk uloqtirish, 7) langar cho`p bilan sakrash, 8) nayza uloqtirish, 9) 1000 m ga yugurish.

8.1.3. Ettikurash. Musobaqa ikki kun ketma-ket o`tadi, turlari quyidagi tartibda o`tkaziladi:

a) ayollarniki:

1 kun. 1) 100 m g'ovlar osha yugurish, 2) yugurib kelib balandlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) 200 m ga yugurish.

2 kun. 5) yugurib kelib balandlikka sakrash, 6) langar cho`p bilan sakrash, 7) 800 m ga yugurish.

b) erkaklarniki:

1 kun. 1) 60 m ga yugurish, 2) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) yugurib kelib balandlikka sakrash.

2 kun. 5) 60 m ga g'ovlar osha yugurish, 6) langar cho`p bilan sakrash, 7) 1000 m ga yugurish.

8.1.4. Oltikurash. Musobaqa ikki kun ketma-ket o`tadi, turlari quyidagi tartibda o`tkaziladi:

a) ayollarniki:

1 kun.

1) 60 m ga g'ovlar osha yugurish,

2) yugurib kelib balandlikka sakrash,

3) yadro itqitish,

4) 200 m ga yugurish.

2 kun.

5) yugurib kelib uzunlikka sakrash,

6) 600 m ga yugurish.

b) erkaklarniki:

1 kun.

1) 100 m ga yugurish,

2) yugurib kelib uzunlikka sakrash,

3) yadro itqitish.

2 kun.

4) 100 m g'ovlar osha yugurish, 5) disk uloqtirish, 6) langar cho'p bilan sakrash.

8.1.5. Beshkurash. Musobaqa bir kunda o'tadi, turlar quyidagi tartibda o'tkaziladi:

a) ayollarniki:

1) 100 m g'ovlar osha yugurish, 2) yadro itqitish, 3) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 4) nayza uloqtirish, 5) 800 m ga yugurish.

b) erkaklarniki:

1) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 2) nayza uloqtirish, 3) 200 m ga yugurish, 4) disk uloqtirish, 5) 1500 m ga yugurish.

v) o'smirlarniki:

1) 60 m ga yugurish, 2) yugurib kelib uzunlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) yugurib kelib balandlikka sakrash, 5) 1000 m ga yugurish.

8.1.6. To'rtkurash. Bir kunda turlari quyidagi tartibda o'tkaziladi:

a) ayollarniki:

1) 60 m ga to'siqlar osha yugurish, 2) yugurib kelib balandlikka sakrash, 3) yadro itqitish, 4) 600 m ga yugurish.

b) o'smirlar uchun musobaqa ketma-ket o'tadi, turlari quyidagi tartibda o'tkaziladi:

1 kun. 1) 60 mga yugurish, 2) yugurib kelib balandlikka sakrash.

2 kun. 3) kichik to'p uloqtirish, 4) qiz bolalar 500 mga, o'g'il bolalar 800 mga yugurish.

8.1.7. Uchkurash. Bir kunda o'tkaziladi. Turlari 8.1.1.; 8.1.6. bandlarda ko'rsatilganlar ichidan tanlab olinadi (yugurish, sakrash, uloqtirish).

8.1.8. Ko'pkurash bo'yicha musobaqa o'tkazish musobaqa kunlari turlari sonini o'zgartirish yoki turlarini joyini o'zgartirishga ruxsat etilmaydi. Ayrim hollarda ikki kunda o'tkaziladigan ko'pkurash musobaqasi boshlanib ob-havoning buzilishi yoki boshqa sabablarga ko'ra davom ettirib bo'lmasa, musobaqa davom ettirilmaydi yoki kechiktirilmaydi. Agar tanaffus birinchi kunda bo'lsa, musobaqa keyingi kun yana boshidan boshlanadi: agar musobaqa ikkinchi kun o'tkazilsa, u keyingi (3chi) kunga qoldirilib, yakunlanmay qolgan turdan davom ettiriladi. Masalan, o'ngkurash bo'yicha musobaqa langar cho'p bilan sakrash vaqtida uzilib, bir necha sportchilargina sakramay qolgan bo'lsa, bir necha ko'pkurashchilar nayzani uloqtirib bo'lgan bo'lsalar, unda keyingi kun langar cho'p bilan sakrashni tugatmagan sportchilar uchun bu tur davom ettiriladi. Keyingi tur nayza uloqtirishga Hamma ko'pkurashchilar ishtirok etishadi va ularning oldingi natijalari hisobga olinmaydi. Agar majburan ko'pkurash uch kun mobaynida o'tkaziladigan bo'lsa, ko'rsatilgan natijalar rekord yoki razryad natijalari bajarilganligiga qaramay tasdiqlanmaydi. Musobaqaning har kungi dasturi ertalabki va kechki soatlarga taqsimlash tasviya qilinadi.

8.1.9. Bosh hakam ko'rsatmasiga binoan ko'pkurashning ayrim turlari orasida tanaffus e'lon qilinib (bir tur 2-tur boshlanishidan oldin) bu dam olish har bir sportchi uchun kamida 30 daqiqani tashkil qilishi kerak.

8.1.10. Qo'llaniladigan snaryadlarning vazni, to'siqlarning balandligi va o'rnatilishi masofani alohida turdagi yoshlar guruhiga mos kelishi kerak.

8.2. Ko'pkurashning alohida turlari bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari

8.2.1. Ko'pkurash tarkibiga kiruvchi alohida turlar bo'yicha musobaqa o'tkazish 8.2.2.; 8.2.6. bandlarda keltirilgan talablardan tashqari, haqiqiy qoidalarining 4-7-bo'limlarida ko'rsatilgan talablar asosida o'tkaziladi.

8.2.2. Ko'pkurashning har biri alohida turini boshlanishi oldidan, ayrim hollarda, oldingi tur umumiy tugagunga qadar qurra tashlanadi.

Yugurish bo'yicha musobaqa bir martaga o'tkaziladi, guruhlar tarkibi hakamlar hay'ati tomonidan aniqlanib, har bir guruhda uch yoki undan ortiq (lekin ikkitadan kam bo'lmasligi kerak) ishtirokchilar ishtirok etishi kerak. Bosh hakam guruhda ishtirok etuvchi ishtirokchilar sonini hakamlar, sekundomerlar yoki vaqt o'lchagich qurilmalarning soniga qarab aniqlaydi.

Birinchi kun yakunida yoki Hamma ko'pkurashdagi yugurish turlarida guruhlarini tuzish va qurra tashlash, ishtirokchilarning oldingi turdan ozod bo'lish darajalariga qarab o'tkaziladi. Lekin ko'pkurashning oxirgi turida, masalan ettikurashda olti turdan so'ng ayollarda birga guruh ishtirokchilari 6 turdan so'ng yaxshi o'rinda ketayotgan ishtirokchilardan, erkaklarning o'ngkurashida esa 9 turdan so'ng g'oliblikka va sovrindorlikka da'vogarlardan tuzilishi kerak. Bosh hakam kerak bo'lgan taqdirda ishtirokchilardan iborat bo'lgan har bir guruh tarkibini o'zgartirishi mumkin.

8.2.3. Har bir ishtirokchining vaqti 3 xronometrchi hakamlar yoki to'la avtomatlashtirilgan vat o'lchagich qurilmalar yordamida aniqlanadi. Bitta sekundomer to'xtab qolgan taqdirda ikkita sekundomerning ko'rsatgan vaqtlari bir-biridan farq qilsa, yomon vaqt hisobga olinadi. Mazkur musobaaning Hamma yugurish masofalarida xronometrajning faqat bir turi qo'llanishi lozim (Hammasi qo'lda olinadigan yoki to'laligicha avtomatlashtirilgan).

8.2.4. Ko'pkurashning yugurish turlarida ishtirokchi startda 3 marta (2 marta emas) ogohlantirish olganidan so'ng musobaqadan chetlantiriladi.

8.2.5. Uzunlikka sakrash va uloqtirishda ishtirokchiga 3 martadan urinish beriladi.

8.2.6. Ko'pkurashning har bir turidagi natijalar musobaqa nizomida ko'rsatilgan va kelishib olingan maxsus jadval bo'yicha ochkolarda baholanadi. Agar to'la

avtomatlashtirilgan vaqt o'lhagich qurilmalar yordamida ishtirokchilarning ko'rsatgan natijalarini 0,01 d gacha aniq o'lchanadigan bo'lsa, natijalar butun son qilinmay baholash jadvaliga muvofiq baholanadi.

8.2.7. Har bir turning natijalari va o'tgan turlardagi ochkolar yig'indisi namoyish bayonnomaga kiritilib, uni musobaqa o'tish joylarida shaxsan ishtirokchi maxsus kotib olib boradi.

8.2.8. Ko'pkurashning Hamma turlaridan eng ko'p ochko tuplagan ishtirokchi musobaqa g'olibi hisoblanadi. Jami ochkolar soni bir xil bo'lib qolsa, ko'pkurashning bir necha turlarida yuqori bahoga ega bo'lgan sportchiga g'oliblik beriladi. Bu holda ham bir xil bo'lib qolsa, ko'pkurashning tarkibiga kiruvchi biror-bir turda eng ko'p ochko tuplagan ishtirokchiga g'oliblik nasib etadi.

8.2.9. Ko'pkurashning biror-bir turi bo'yicha musobaqaga qatnashmagan (masalan startga kelmasa) ishtirokchi ko'pkurashning shu tur musobaqasidan chetlantiriladi.

Ishtirokchi ko'pkurashning biror-bir yoki bir necha turini bajara olmasa (startda 3 marta ogohlantirilsa, yugurish vaqtida masofani tark etsa, sakrash va uloqtirishda uchala urinishi ham hisobga olinmasa yoki balandlikka va langar cho'p bilan sakrashda boshlang'ich balandlikni ololmasa) 0 ochko oladi, lekin musobaqadan chetlantirilmaydi. Musobaqani oxirigacha davom ettirishi mumkin. Ishtirokchi musobaqani yakunlamoqchi bo'lsa, bu haqda tezda bosh hakamni xabardor qilishi kerak.

8.2.10. Ko'pkurash musobaqasining ishtirokchisi yengil atletikaning alohida turlarida qatnashadigan bo'lsa, alohida turlarda ko'rsatgan natijalari ko'pkurash hisobiga kiritilmaydi hamda buning teskarisi ko'pkurashning dasturi bo'yicha ko'rsatilgan natijalar yengil atletikaning alohida turlari bo'yicha o'tkaziladigan musobaqalardagi shaxsiy, shaxsiy-jamoaviy musobaqalarda hisobga olinmaydi. Binolarda o'tkaziladigan musobaqalarning o'ziga xosligi

9. BINOLARDA O'TKAZILADIGAN MUSOBAQALAR

9.1. Musobaqa joylariga qo`yiladigan talablar

9.1.1. Musobaqalar isitiladigan,aylanma bo`yicha yugurish uchun yo`lakchalar mavjud bo`lgan,to`g`ri yo`lak bo`ylab yugurish imkoniyatiga ega, uzunlik, uch hatlab, balandlik va langar cho`p bilan sakrash joylari hamda yadro itqitish sektori bor binolarda va WAtalablariga javob berib,sertifikati bor,sintetik qoplamasi bo`lgan sport inshootida o`tkaziladi.

9.1.2. Yugurish yo`lakchalari va sakrash uchun foydalaniladigan yugurish joylari sport qo`mitasi ruxsat bergan materiallar bilan qoplangan bo`lib, ular mixli oyoq kiyimlaridan foydalaniladigan bo`lishi kerak (2.5.2. band).

9.1.3. Yugurish yo`lakchalarning doirasi 260 mdan kam va 200 mdan ko`p bo`lmasligi kerak. 200 mli bo`lishi tasviya qilinadi. Burilishlar bir markazli (bir radius) yoki to`g`ri qismlari bilan birikuvchi murakkab burilish asosida urilishi mumkin (optimal variant). Burilish yo`lakchalarning ikkala tomoni ham bir-biriga o`xshash, har birining uzunligi 35 mdan kam bo`lmasligi kerak, o`tish qismlaridagi burilishlarning radiusi 41 mdan oshsa, to`g`ri qismlarga kiradi. 31-rasm. Burilishlarda virajlar bo`lishi kerak. Virajning eng ko`p egilgan joyidagi og`ish kamida 10 gradus va eng ko`pi bilan 18 gradus bo`lishi kerak. To`g`ri yugurish yo`laklarning har biri 35 mdan kam bo`lmasligi mumkin. Bunda o`lchov brovkani almashtiruvchi chiziqlarning tashqi chekkasidan 0,2 m masofa qoldirilib o`lchash boshlanadi.

Aylana bo`ylab yo`lakning eni 4 mdan kam va 6 mdan ko`p bo`lmasligi kerak. Iloji bo`lsa, 4ta yo`lakchasi belgilangan bo`lishi kerak.

Respublika ichidagi musobaqalarning sport inshootlarida virajlarning uzunligi kam hamda (ayrim hollarda bosh hakamning qaroriga binoan) yugurish yo`lagi tor bo`lishi mumkin (eni 3. 2 mgacha). Aylana bo`ylab yugurishda alohida yo`lakchalarning eni 0.8 mdan kam bo`lmasligi kerak.

Aylana bo`yicha o`tkaziladigan Hamma masofalarning yakuni to`g`ri yo`lak tugab, burilish boshlanadigan joyda bo`lishi kerak.

9.1.4. To'g'ri yo'lak bo'ylab yugurish o'tkazilishi uchun kamida 6 ta alohida yo'lakchalar bo'lib, har birining eni 1,22 mni tashkil qilishi va 60 mga yugurish o'tkazishni ta'minlashi kerak. Marra chizig'idan keyin kamida 15 m va start chizig'igacha kamida 1,5 m bo'sh joy bo'lishi lozim. Agar marradan keyingi bo'sh joyni ta'minlab bo'lmasa, sportchilarni xavfsizligini ta'minlovchi yumshoq tayanchlarni oldindan tayyorlab qo'yish kerak.

9.1.5. Langan cho'p bilan uzunlikka va uch hatlab sakrashda yugurib kelish yo'lagini enini yo'lakning eng kam enigacha ya'ni 0,8 m gacha kamaytirishga ruxsat etiladi.

9.1.6. Uzunlikka va uch hatlab sakrashda qo'nish chuqurning eni 2,5 m gacha kamaytirishi mumkin.

9.1.7. Er yog'och bilan qoplangan bo'lib, deysinish uchun deysinish taxtasini o'rniga bo'yoq yoki bo'rdan foydalanish mumkin.

9.1.8. Ayrim hollarda bosh hakamning qaroriga binoan va shu joyning sharoitidan kelib chiqib yadro itqitish bo'yicha snaryad qo'nadigan sektorni 30 gradusgacha kamaytirishga ruxsat etiladi.

9.2. Musobaqa o'tkazish qoidalari

9.2.1. To'g'ri yo'lak bo'ylab silliq va to'siqlar osha yugurishda asosiy masofa — 60 m. Yugurish yo'laklari uzun bo'lgan inshootlarda 100 m masofaga tekis joyda yugurish, g'ovlar osha 100, 110 m larga (xavfsizlik xududlari saqlanganda) musobaqa o'tkazish uchun ruxsat etiladi.

9.2.2. Aylana bo'yicha yugurish 200, 300, 400, 500, 600, 700, 800, 900, 1000, 2000, 3000, 5000 va 10000 m larga o'tkaziladi. 200, 300, 400, 800, 1000, 3000, 5000 m ga yugurish aylana yo'lagining uzunligi 200 m bo'lganda o'tkazilishi tavsiya qilinadi.

Estafetali yugurishda ko'p hollarda ayollar va qizlar uchun 4x2 doira, erkaklar va o'g'il bolalar uchun 4x2 va 4x4 doiraga o'tkaziladi. Boshqacha estafeta o'tkazishga ham ruxsat etiladi — bosqichlarning uzunligi bir xil yoki har xil, lekin doira uzunligining yarmigacha (boshlanishi va tugashi) yugurish sharti bilan.

400 m (300 m)ga musobaqa o'tkazilganda ishtirokchilar alohida yo'lakchalar bo'ylab bir doira yugurishlari kerak (alohida yo'lakchalar bo'ylab faqat 1-burilish bo'ylab yugurishga ham ruxsat etiladi). 500, 600 va 800 mga alohida yo'lakchalardan faqat 1-burilishdagina yoki umumiy yo'lakdan yuguriladi.

9.2.3. 800 m masofaga yugurish umumiy yo'lak bo'ylab o'tkaziladi. Bosqichlari 200 va 400 mli estafetali yugurishda alohida yo'lakchalardan birinchi "uch" burilishlarda yuguriladi.

500, 600, 800 mga doira bo'ylab umumiy yo'lakdan yugurish o'tkazilganda har bir guruhda ishtirokchilar soni erkaklar va ayollar uchun 6 kishidan oshmasligi, 1000-3000 mda 8-10ta erkak va 10-12ta ayol, 5000 mda 12-15 kishidan oshmasligi kerak. 9.2.4. To'siqlar osha 1500 m va 2000 m masofalarga yugurish o'tkazilganda yo'lakka 2 ta to'siq o'rnatilib, ular 4.3.4. band talablariga mos kelishi kerak. To'siqlar orasidagi masofa yo'lak uzunligini yarmini tashkil qilishi kerak. Start va marra yo'lagining burilish boshlanadigan erida joylashgan bo'lsa, to'siqlar burilish oxiridan 5-6 m o'zoqlikdagi masofaga o'rnatiladi. Bu holda birinchi bo'lib mazkur masofaning start chizig'idan keyingi ikkinchi burilishdagi to'siqdan oshib o'tiladi. Masofa bo'ylab oshib o'tiladigan to'siqlarning umumiy soni 1500 m to'siqlar osha yugurishda 19 tani tashkil etadi.

10. REKORD VA YUQORI KO'RSATKICHLARNI QAYD QILISH

10.1.1. Rekord yoki yuqori ko'rsatkich ma'lum bir yengil atletika turida takrorlansa yoki undan oshuvchi natija O'zbekiston fuqarosi tomonidan respublika xududida rasmiy musobaqalarda yoki chet elda shu davrdagi musobaqa qoidalariga rioya qilingan holatda urnatilsa, u mazkur sport tashkilotlari tomonidan qayd qilingan bo'lishi kerak.

10.1.2. Rekordlar (yuqori ko'rsatkichlar) xududiy va tashkilotlar bo'yicha hamda yoshlar guruhlari bo'yicha ham qayd qilinishi mumkin. Xudud bo'yicha quyidagilar qayd qilinadi:

a) tuman, shahar, viloyat, o`lka, avtonom respublika rekordi (yuqori ko`rsatkichi). SHu mazkur xududda joylashgan sport jamoasi tomonidan o`rnatilishi mumkin va rekordni respublika yengil atletika federatsiyasining prezidiumi tasdiqlaydi:

b) jismoniy tarbiya jamoasi yoki tashkilotning (o`quv maskani, harbiy qism) rekordi: shu mazkur jamoaning a`zosi tomonidan rasmiy musobaqalarda o`rnatilsa shu jamoaning sport tashkiloti tomonidan qayd qilinib tasdiqlanadi va yuqori tashkilotga yunaltiriladi.

10.1.3. Rekord sifatida yengil atletikaning mazkur turida sportchilarni yosh guruhidan qat'iy nazar (o`g`il va qiz bolalar tomonidan ham o`rnatilishi mumkin) jinsiga qarab (ayollar va erkaklar uchun) absolyut yaxshi natija qayd qilinishi mumkin.

Absolyut yuqori natijadan tashqari, mustaqil, o`spirinlar va katta yoshli, yoshlar guruhi bo`yicha rekordlar va yuqori ko`rsatkichlar hamda kichik yoshli bolalar guruh sportchilari yuqori ko`rsatkichlarini ham qayd qilish mumkin. YUqori ko`rsatkichlar ochiq havoda va yopiq joylarda alohida qayd qilinadi.

O`spirinlar guruhi va yosh bolalar guruhida rekordlar qayd qilinganda sportchining tug`ilgan yiliga qarab aniqlanadi. Aralash musobaqalarda (jinslari va yoshlari bo`yicha) ko`rsatilgan biror-bir natija rekord sifatida tasdiqlanmaydi.

10.1.4. Faqat ochiq havoda ko`rsatilgan natija rekord hisoblanishi mumkin (yugurish va sportcha yurishda, undan tashqari o`yingohning yugurish yo`lagida o`tkazilgan taqdirdagina).

O`zbekiston Respublikasining rekord va yuqori ko`rsatkichi qayd qilinadigan turlar 1-jadvalda keltirilgan. SHu ko`rsatmalar tarkibiga asoslanib respublika, viloyat, tuman va h.z. hamda ko`ngilli sport jamoasi va jismoniy tarbiya jamoalarining rekordlari va yuqori ko`rsatkichlari qayd qilinadigan turlar (1-jadval) tarkibi tuzib chiqiladi.

10.2. Rekord natijani hisobga olish tartibi

10.2.1. Saralash musobaqalari va finalda, ko`pkurashning alohida turida hamda kvalifikatsion musobaqalarda, shaxsiy o`rinni aniqlash uchun o`tkaziladigan qayta sakrashda (agar natijalar to`g`ri o`tkazilsa) ko`rsatilgan natija rekord, yuqori ko`rsatkich deb hisobga olinishi mumkin. Bu holda ma'lum bir turda ko`rsatilgan natija musobaqa bayonotnomasidagi dasturda bo`lishi lozim. Jadval rejada qayd qilinmagan, ammo musobaqa qoidalariga qat'iy rioya qilib, tashkil qilingan bayram kunlarida, o`rtoqlik uchrashuvlarida ko`rsatilgan bulsa, natijani rekord sifatida qayd qilinishga ruxsat etiladi. Bu holda mazkur musobaqa va uning dasturi musobaqa boshlanishidan uch kun oldin bosmada bosib chiqarilib ommaviy axborot vositalari tomonidan xabar berilishi lozim. Rekord qayd qilingan musobaqa turini kamida uch kishi guvohligida qay qilinishi shart.

O`zoq masofalarga yugurish va sportcha yurishda o`tkinchi masofada rekord qayd qilinishi mumkin. Uning talablari quyidagilar:

a) startga bir soat qolishidan oldin mas'ul tashkilot tomonidan musobaqa bosh hakamiga o`tkinchi masofadagi natijani qayd qilish haqida yozma ravishda topshiriq berilish kerak.

b) o`tkinchi masofada rekord natijani ko`rsatgan ishtirokchi ishtirok etib turgan asosiy masofasini yakunlashi shart.

v) musobaqani o`tkazilishi 10.2.2.; 10.2.3.; 10.2.7.; 10.2.9.; 10.2.11. talablarini qondirishi shart.

10.2.2. To`pponchadan start berilishi lozim. To`pponcha bo`lmaganda, start buyrug'i ovoz bilan beriladi (bayroqchadan foydalanib) O`zbekiston rekordidan past bo`lgan Hamma rekordlar qayd qilinishi mumkin (yoshlar, o`spirinlar va h.z.lar o`rtasidagi rekordlar) bu holda xronometrchi hakamlar start beriladigan joyda bo`lishlari kerak.

10.2.3. Yugurish va sportcha yurishda rekord natija 4.1.17. band talabiga javob beradigan 3 ta xronometrchi tomonidan yoki to`la avtomatlashtirilgan elektr vaqt o`lchagich qurilmalar (avtomatlashtirilgan xronometr) yordamida qayd qilinishi mumkin.

Qoʻl xronometrida rekord qayd qilinish uchun oʻrtacha natijani koʻrsatgan xronometrda, olgan ikki sekundomer koʻrsatgan farq quyidagi koʻrsatkichlardan oshmasligi kerak:

400 m va unga boʻlgan masofalarda — 0,2 daqiqa

500-15000 m — 0,5 daqiqa

5000-15000 m — 1,5 daqiqa

20000 m va undan yuqori masofalarda — 2 daqiqa

10.2.4. 10000 mni ham oʻz ichiga olgan Hamma masofalarda Oʻzbekiston rekordi avtomatlashtirilgan xronometrda qayd qilinishi lozim.

10.2.5. 200 m gacha boʻlgan Hamma masofalarda, uzunlikka va uch hatlab sakrashda shamol tezligi, yugurish (sakrash) yoʻnalishi tomon sekundiga 2 m/sekdan ortiq boʻlsa, rekord hisobga olinmaydi. Koʻpkurash tarkibiga kiruvchi turlarda shamolning esish tezligi 4 m/sek.dan ortiq boʻlsa rekord hisobga olinmaydi.

10.2.6. Sakrash va uloqtirishda rekord natija uch tomonidan poʻlat ruletka yoki boshqa oʻlchov asboblari yordamida ulchashni talab qilinadi.

10.2.7. Rekord natija koʻrsatilganda bosh hakam yoki uning oʻrinbosari koʻrsatkichni zudlik bilan tekshirishlari kerak: uloqtirishda esa natija bilan birgalikda snaryad ham tekshiriladi. 7-10-jadval va 7.11.2. band koʻrsatmalariga asoslanib, ishtirokchi foydalangan snaryadning vazni 50 gr.ga kam boʻlsa rekord hisobga olinmaydi.

10.2.8. Oʻzbekiston rekordini tasdiqlanishi uchun ishtirokchi doping nazoratidan oʻtishi kerak.

10.2.9. Rekord qayd qilingan va oʻlchangan oʻlchov asboblari (sekundomer, ruletkalar va vaqtni, masofani yoki vaznni aniqlovchi qurilmalar) 1.9.2. e bandning talabini qondirishi kerak, toʻsiqlar esa (rekord, toʻsiqlar osha yugurishda qayd qilingan boʻlsa (yaxlit metalli) ustki qismidan tashqari boʻlishi kerak.

10.2.1. Koʻpkurash tarkibiga kiruvchi, koʻpkurashning alohida turlari boʻyicha musobaqa oʻtkazilsa 10.2.2.; 10.2.3.; 10.2.5.; 10.2.8.; 10.2.9.; 10.2.11. bandlarning talablari qoniqtirilgandan soʻng rekord natija hisobga olinadi.

a) O'zbekiston Respublikasini rekordini hisobga olish uchun musobaqaning bosh hakami milliy toifasiga ega bo'lishi, turdagi katta hakamlar esa kamida 1-kategoriyadan past bo'lmashligi kerak;

b) viloyat, shahar, tuman musobaqalarida rekord qayd qilinishi uchun bosh hakam va turdagi katta hakamlar birinchi toifadan past bo'lmashligi shart;

v) ko'ngilli sport jamoalar rekordini qayd qilish uchun bosh hakam va turdagi katta hakamlar yengil atletika bo'yicha birinchi hakamlar toifasiga ega bo'lishlari shart.

Qisa masofalarga yugurishda rekord natijalar o'rnatilganda katta hakamga qo'yilgan talab va mas'uliyat start beruvchiga, marradagi katta hakamga va katta xronometrchi hakamga va yurish bo'yicha katta hakam zimmlariga yuklatiladi. Undan tashqari yugurish va sportcha yurish bo'yicha rekord natijani qayd qiluvchi xronometrchi hakamlar komissiyasining nizomini talablariga ta'luqli. Sportcha yurish bo'yicha rekord tasdiqlanishi uchun hakamlar hay'ati a'zolari safida umum-respublika hakamlar hay'ati tarkibiga kiruvchi (boshqa shaharda yashovchi) kamida uchta hakam bo'lishi shart.

10.3. Rekord natijalarni qayd qilish tartibi

10.3.1. Barcha qayd qilingan rekord natijalar hakamlar hay'atini taqdim qilgan hujjatlari tekshirilib, taaluqli sport tashkilotlari ko'rsatmalari asosida tasdiqlanadi.

10.3.2. O'zbekiston Respublikasining rekordi tasdiqlanishi uchun hujjatlar 2 nusxadan iborat bo'lishi kerak (O'zbekiston Respublikasi davlat jismoniy tarbiya va sport vazirligi tomonidan tasdiqlangan tipografik usulida bosmadan chiqarilgan).

O'zbekiston Respublikasi
yengil atletika federatsiyasining
kengashida №_____aydnomasi
Tasdiqlangan
Federatsiya bosh kotibi

**Yengil atletika bo'yicha yangi respublika rekordi
(yuqori natija)ni ro'yxatga olish
Qaydnomasi**

1. O'rnatilgan vaqt_____ (yil, oy kun, sana, vat)
2. Musobaqa o'tkazilgan joy _____ (shahar, o'yingoh, manej)
3. Qaysi musobaqalarda_____
4. Yengil atletikani qaysi turida_____
5. Kim tomonidan o'rnatildi_____ (ismi, sharifi)
- Tug'ilgan yili_____ sport unvoni (razryad)_____
- Sport tashkiloti_____
- Manzilgoh_____

Izoh: Rekord, yuqori natija jamoa tomonidan o'rnatilsaq aydnomaga ishtirokchilarni ro'yxati beriladi.

6. Texnik natija_____ (raqamda va yozuvda)
7. Oldingi O'zbekiston rekordi (natija) qaysi yilda kim tomondan o'rnatilgan _____ natijalar.
8. O'lchov asboblari, shamol tezligi, havo harorati, sekund o'lchagich, tarozi va boshqa.)

№	O'lchov asbobini nomi	o'lchov asbobining №	tekshirilgan joy shahar	sinovdan o'tkazilgan tashkilot	tekshirilgan vaqt guvox.№	o'lchov asbobini musobaqa kuni-dagi holati

9. Yugurish bo'yicha musobaqada: faqat xronometraj (fotomarra, videomarra) avtomatik tizim bilan qayd qilingan natija.

Rekordni qaytarilishi yoki undan yuqori har bir natija uchun musobaqa qaydnomasi tuziladi. Mazkur rekord bir kun ichida ikki yoki uchdan ortiq ishtirokchilar tomonidan qaytarilsa yoki oshirilsa, har bir natija uchun musobaqa qaydnomasi tuziladi. Qaydnoma bilan birga quyidagilar bo'lishi kerak:

a) mazkur turdagi musobaqa bayonnomasining asl nusxasi;

b) vaqt o'lchagich qo'llangan bo'lsa marradagi fototasviri;

v) musobaqa o'tkazilish va undagi o'tkaziladigan turlar haqida kamida 3 kun oldin xabar berilganligini tasdiqlovchi afishalar, dasturlar (tipografik usulda chiqarilgan) va bosha hujjatlarni asl nusxasi.

Ko'rsatib o'tilgan hujjatlar joylardagi jismoniy tarbiya va sport qo'mitasi tomonidan 10 kun mobaynida yuqori sport tashkilotiga yuborilishi kerak (yuborilish vaqti aloqa bo'limining shtempi bo'yicha belgilanadi).

Rekord natija haqidagi hujjatlar sport qo'mitasiga etib kelgach, u bilan tanishib chiqilgandan so'ng O'zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi bo'yrug'i asosida tasdiqlanadi.

Boshqa toifali rekordlarni tasdiqlash jarayoni ham huddi yuqorida ko'rsatib o'tilgandek amalga oshirilishi kerak. Faqat rekorddan oshuvchi (yoki takrorlovchi) natija O'zbekiston sportchisi tomonidan chet el musobaqalarida ko'rsatilsa yoki ko'rsatilgan natija pastki tashkilotlarga ta'luqli bo'lsa (masalan, viloyat rekordi O'zbekiston birinchiligida ko'rsatilgan bo'lsa). Ikkala holda ham rekord natija bilan tanishib chiqilib, tasdiqlangandan keyin qaydnoma o'rniga musobaqaning bayonnomasi asos bo'ladi. O'zbekiston rekordini tasdiqlash uchun bayonotnoma ko'rsatmalari mavjud bo'lishi kerak. O'zbekiston rekordini tasdiqlash uchun bayonotnomadagi ko'rsatmalar ko'chiriladi. Bu holda, masalan yugurish yoki

sportcha yurish musobaqalarida masofani ikkinchi, uchinchi va h.z. bo`lib, tugatganligi sababli u ko`rsatgan natija faqat bitta sekundomer bilan olinganligi, sportchi ko`rsatgan natijani rekord deb tasdiqlanishiga xalaqit bermasligi kerak.

10.3.3. Agar biror-bir musobaqada bir kun ichida alohida saralashlarda yoki finalda 2 (yoki undan ortiq) ishtirokchi bir xil rekord natija ko`rsatishsa, ularning Hammasi, egallagan o`rnidan qat'iy nazar rekordchi hisoblanishadi. Rekordlar jadvalida rekord o`rnatganlarni familiyalari alfavit tartibida yoziladi.

10.3.4. Yugurish musobaqasida bir yoki ikki (yoki undan ortiq) ishtirokchi bir xil natija ko`rsatsa, ular rekordchi hisoblanib, familiyalari rekordlar jadvalida birin-ketin yoziladi. Bir necha ishtirokchilar bir xil rekord natija ko`rsatishsa, ularning Hammalari rekordchi hisoblanadi.

10.3.5. O`spirinlar yoshidagi guruh ishtirokchisi katta yoshdagi guruh — ular bilan qo`shilib (musobaqalarda qatnashib rekord natija ko`rsatishsa uning natijasi o`spirinlar yoshidagi guruh rekord natijasi sifatida hisobga olinadi) rekord hisoblanadi. Bu holda yugurish va sportcha yurish musobaqalari 10.2.3. band talabiga javob berishi kerak.

Ilova

1-ilova

Yugurish va sportcha yurish masofasini o`lchash va belgilash haqida ma'lumot

1. O`lchovlarga qo`yiladigan umumiy talablar

1) O`yingoh yo`lakchalardan tashqarida o`tkaziladigan yugurish (sportcha yurish) masofalari (marafon yugurish ham shuni ichiga kiradi) har bir musobaqa oldidan o`lchanish kerak (musobaqa boshlanishidan 2 kun oldin).

O`yingohdagi yugurish yo`lakchalarining uzunligi (turish masofalardagi start joylarini aniqlash maqsadida) o`lchanish, urinish yakunida yo`lakchalarni qabul qilib olish vaqtida amalga oshirilib, keyinchalik asosiy musobaqa oldidan yoki uni boshlanishidan oldin o`lchanishi kerak. Yugurish yo`lakchalari o`lchanganda bir-biriga

aloqador bo'lmagan ikkita guruh o'lchash o'tkazadi, ularni ulchashi natijasidagi farq 40 mm dan oshmasligi kerak.

2) O'yingoh yugurish yo'lakchalarini o'lchaganda geodezist-mutaxassisni jalb qilish lozim. SHu bilan birga respublika va undan yuqori darajadagi marafon yugurish hamda o'yingohdan tashqarida 20 va 50 km sportcha yurish musobaqalar ham geodezist-mutaxassis qatnashishi maqsadga muvofiq bo'ladi. O'lchov natijalari haqida (4.1.6.; 4.5.3. band talablariga asoslanib tuzilish lozim).

Izoh. O'yingohning aylanma yugurish yo'lagi o'lchanganda faqat yo'lakning umumiy uzunligi ko'rsatilmasdan, balki alohida har bir to'g'ri yo'lakchalarning uzunligi va burilish yo'lakchalarini uzunligi ham ko'rsatilishi kerak.

3) Hamma o'lchovlar 1.9.2. e bandning talablarini qondirib, metalli lentalar yoki santimetr bo'limi ruletkalar yordamida amalga oshirilishi lozim.

Yo'llarda o'tkaziladigan yugurish (sportcha yurish) masofalarning uzunligi, hajmining uzunligi ma'lum bo'lgan maxsus o'lchagich doiralarning aylantirish soniga qarab o'lchanishi kerak. Oldin metalli lenta (ruletka)da o'lchab, aniqlangan uzunligi kamida 1 km gacha bo'lgan yo'l bo'lagida doira sinab ko'riladi. Bunda doiraning harakat tezligi soatiga 5 km dan oshmasligi kerak. Masofani avtomobil, mototsikl spidometrida o'lchashga ruxsat etilmaydi.

2. O'yingoh aylanma yugurish yo'lagining uzunligini o'lchash

4.1.6. bandga asoslanib o'yingoh aylanma yugurish yo'lagining uzunligi, 2 brovkadan 0,3 m masofada joylashgan "o'lchash chiziqlari" (yugurish yo'lagi tomon yo'naltirib)dan boshlab o'lchanadi. Lekin yo'lakning uzunligini o'lchash chiziqlaridan hisoblansa, ayniqsa burilishlarda, texnik qiyinchilik tug'dirib, xatolikka olib kelishi mumkin. SHuning uchun ham ruletkani ichki brovkaning ustiga qo'yib, o'lchashni amalga oshirish kerak (burilishlarda ruletka yaxshi turishi uchun, qirra bilan ko'ndalang qo'yiladi). Bunda brovkaga jipslashtirib o'lchangan yo'lakning uzunligi, o'zini hisoblangan uzunligidan kam bo'lishi kerak. Yo'lak bir aylanib chiqilganda hosil bo'ladigan farq yo'lakning umumiy uzunligi va burilishlarning radiusidan qat'iy nazar

1,88 mni tashkil qiladi (har bir burilish uchun 0,94 m). SHuning uchun, masalan, o'yingoh aylanma yugurish yo'lagining uzunligi 400 m bo'lsa, brovkadan o'lchaganda 398,12 m chiqishi kerak. Yo'lakning uzunligi 300 m bo'lsa 298,12 m va h.z.

3. Alohida yo'lakchalardan yugurishda start joylarini aniqlash

1) To'g'ri yo'lak bo'ylab yugurilganda start joyi, marra chizig'idan yugurish yo'nalishiga qarama-qarshi yo'nalishiga mazkur masofani o'lchab aniqlanadi.

2) Alohida yo'lakchalardan yugurilganda har bir yulakchanning burilishi bo'lganligi sababli o'lchov ikkinchi yo'lakchadan boshlanib, ichki yo'lakchanning tashqi chegarasidan yugurishda chap tomondan (0,2 m orada joylashgan o'lchov chizig'idan boshlab o'lchanadi 4.1.6. band).

Har bir burilishda tashqi yo'lakchanning uzunligi ichki yo'lakchanning uzunligidan ko'p bo'ladi. SHuning uchun ham alohida yo'lakchalardan yugurilganda start joyi bir chiziqda bo'lmay, balki bir-biriga nisbatan siljigan bo'ladi. Start joylarini aniqlash uchun 10- jadvaldan foydalanish kerak. Unda 1-yo'lakchadagi asosiy startga nisbatan olgan yo'lakchalardagi siljish ko'rsatilgan. Bu kattalik yugurish yo'lagining umumiy uzunligiga bog'liq bo'lmay, har bir yo'lakchanning eni 1,22 m bo'lib ma'lum masofadagi to'la aylanib chiqish (180 gacha) soniga qarab aniqlanadi.

10-jadval

Start joylarini siljish kattaligi, (metrda)

yo'lakchalar uchun	burilishlar soni				
	1	2	3	4	5
Ikkinchi	3,61	7,32	10,84	14,45	18,06
Uchinchi	7,54	15,08	22,62	30,16	37,70
To'rtinchi	11,47	22,93	34,40	45,87	57,33
Beshinchi	15,39	30,79	46,18	61,57	76,97
Oltinchi	19,32	38,64	57,96	77,28	96,60
Ettinchi	23,25	46,49	69,74	92,99	116,2
Sakkizinchi	27,18	54,34	81,52	108,7 2	135,8 7

Izoh:

1. Siljishlar santimetrda keltirilgan.

2. Ko`rsatilgan siljish kattaligi eni 1,22 m bo`lgandagina to`g`ri keladi (4.1.3. band). Qolgan hollarda siljish kattaligini ayta hisoblab chiqish kerak. Agar alohida yo`lakchalarning eni 0,05 mga kamaysa, siljish kattaligi ham shunchaga qisqaradi: bitta burilgan yo`lakcha bo`lagini bosib o`tishda 0,15 mga, ikkita burilishda 0,31 m, uchta 0,47 mga, to`rtta 0,63 m, beshtaga 0,78 mni tashkil qiladi. Masalan, yo`lakchalarning eni 1,15 m bo`lsa (ya`ni 0,01 mga optimal bo`lgan) 400 mga yugurishda 2-yo`lakchadagi siljish (masofa bo`ylab 2 marta burilish) $7,23 - 2 \times 0,31 = 6,61$ mni tashkil etadi.

Masofa bo`ylab bosib o`tiladigan burilishlar soniga qarab har bir yo`lakcha uchun siljish kattaligi tanlanadi.

1-yo`lakchadagi asosiy start chizig`i yo`lakchani burilishda bo`lsa masofa to`liq bo`lmagan burilishdan iborat (yuqorida ko`rsatib o`tilgan uslub bilan siljitib start joyini aniqlab bo`lmaydi. Bu holda burilishda etgan start chizig`idan siljish amalga oshirilmay, yordamchi chiziqdan, ya`ni to`g`ri yo`lakchalarning Hammasidan o`tkazilgan ko`ndalang chiziqdan boshlanadi. Ushbu qo`shimcha umumiy chiziqdan alohida yo`lakchalarning o`lchov chiziqlarini topish lozim. Bu holda shunga e`tibor berish kerakki, yordamchi chiziq 1- yo`lakchadagi start chizig`idan biroz orqaga surilgan bo`lib, orqaga surilganda masofa ko`payib, oldinga surilganda masofa kamayadi. Masofa bo`ylab yugurib o`tiladigan burilishlar soni marradan yugurishga qarama-qarshi tomonga qarab sanaladi, shu son yordamida ta`luqli yo`lakcha uchun kerakli siljish jadvaldan tanlab olinadi.

Tavsiya qilinadigan 400 m yo`lakchada (1-rasm) birinchi yo`lakcha bo`ylab 200 mga yugurishning start joyi, yugurishga qarama-qarshi yo`nalishga qarab, brovka bo`ylab, to`g`ri yo`lak hamda burilish yo`lagining yakunidan boshlanadi: 400 mga yugurishning start joyi, birinchi yo`lakcha uchun marra chizig`idan boshlanadi.

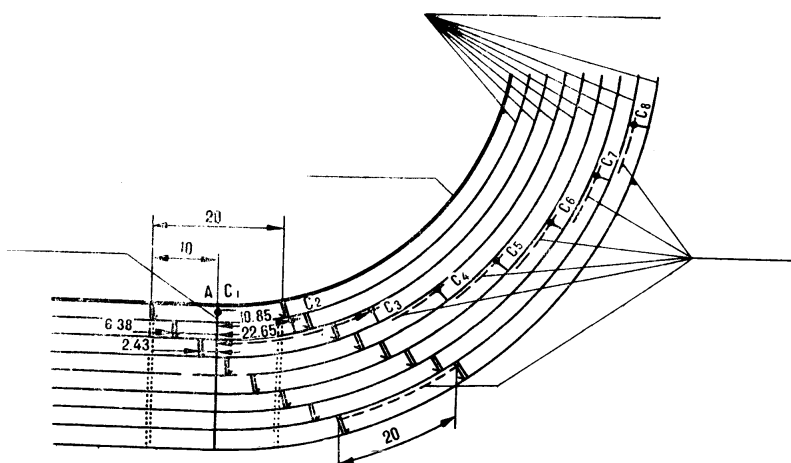
4. O`yingohni umumiy yo`laklari bo`ylab yugurilganda (sportcha yurish) start joylarini aniqlab, chiziqlar bilan belgilash

1) Umumiy yo`lak bo`ylab yugurish (sporcha yurish)ning start joyini aniqlash uchun masofani uzunligi (m) mazkur o`yingohdagi aylanma yugurish yo`lagining

uzunligiga taqsimlash kerak. Hosil bo'lgan to'liq son aylanma yugurish yo'lagini to'la yugurib o'tish bo'lsa, qoldiq soni esa, masofani to'la yugurib o'tishdan tashqari, bosib o'tilishi kerak bo'lgan masofani uzunligi kelib chiqadi. Qoldiq sonni marra chizig'idan yugurish yo'nalishiga qarama-qarshi tomonga sanab start joyi aniqlanadi.

2) Aylanma yugurish yo'lagining uzunligi 400 m (4.1.1. band 1-rasm) bo'lganda umumiy yo'lak bo'ylab yugurish (sportcha yurish)ning start joyi (to'siqlar osha yugurishdan tashqari) to'g'ri yo'lakning oxirida, burilish bilan to'qnashgan erida (burilishdagi start) yoki to'g'ri yo'lakni boshlanish erida joylashadi.

3) 4.1.8-band talablariga asoslanib start chizig'ining xohlagan nuqtasidan, Hamma ishtirokchilar faraz qilinadigan joydan ichki brovkaga bir xil masofa bosib o'tishlari uchun burilishdagi start belgisini 32-rasmدا ko'rsatilganidek o'tkazish kerak. Buning uchun o'lchov chizig'idan kamida 20 m oldinga yugurish yo'nalishi bo'ylab o'lchanadi. Hosil bo'lgan A nuqtaga (brovkaga 0,3 m etmasdan) qattiq tortilgan arqon yoki ruletka mahkamlanadi va brovkadan marra chizig'i bo'ylab 0,6 m ga (B nuqta) chekinib qattiq tortilgan arqon bilan qiyshiq chiziq (B-V) chiziladi. Bu chiziq start joyi hisoblanadi.



29-rasm. Start chiziqlarining joylashuvi

Burilish bilan tutashgan to'g'ri yo'lakni boshlanish joyidagi start joyini belgilash uchun (33-rasm) to'g'ri yo'lakni oxirida, brovkadan 0,3 m masofada Hamma yuguruvchilarni ichki brovkaga o'tadi deb taxmin ilinadigan joy topilib (V nuta), u

start chizig'ini qiyshiq markazi hisoblanadi. SHu nuqtadan 100 m radiusli start chizig'ini belgilash lozim. Ammo bu holda belgilash qiyinchilik tug'dirgani uchun, brovkaning to'g'ri qismidagi V nutadan to'g'ri yo'lak yo'nalishi bo'ylab 100 m o'lchanadi va tortilgan (G) nuqtadan brovkaning to'g'ri qismiga, Hamma yo'lakchalar ustidan perpendikulyar (G-G) o'tkaziladi. Perpendikulyarga asoslanib alohida yo'lakchalardan yugurish yo'nalishi bo'yicha oldinga qarab quyidagilar o'lchanadi:

4-yo'lakchada 0,01 m

5-yo'lakchada 0,04 m

6-yo'lakchada 0,09 m

7-yo'lakchada 0,165 m

8-yo'lakchada 0,25 m

Keyin, 3-yo'lakchaning ichki chizig'i bilan G-G perpendikulyarni kesishgan nuqtasidan boshlab, topilgan nuqtalar oraliq qiyshiq chiziq (G-G) chiziladi. Bu start chizig'i hisoblanadi.

5. Alohida yo'lakchalar bo'ylab yugurishda 1-burilishdagi yo'lakchalarni belgilash

1-burilishda alohida yo'lakchalar bo'ylab yugurilganda (5.1.1. band) ishtirokchilar burilishi tugab, to'g'ri yo'lakka chiqqandagina brovka oldidan (umumiy yo'lakka o'tish) joy olishlari mumkin. 800 mga yugurishda start marra joyidan boshlanib, umumiy yo'lakka o'tish, burilish tugab, to'g'ri yo'lak bilan kesishgan, ya'ni marrani qarama-qarshi tomonidan (34-rasm) boshlanadi. 600-1000 m masofalarga yugurishda ham yuqorida ko'rsatib o'tilgandek qarama-qarshi burchakdan boshlanib, umumiy yo'lakka o'tiladi.

Alohida yo'lakchalar bo'ylab yugurib o'tiladigan masofaning uzunligi bir xil bo'lmagani uchun, ishtirokchilar umumiy start chizig'idan yugurishni boshlamay, balki bir-biriga nisbatan siljigan har bir yo'lakchani alohida start chizig'idan boshlaydi. Lekin alohida yo'lakchalar bo'ylab burilish to'la yugurib o'tilishiga qaramay, ya'ni bir burilishni bosib o'tish uchun keltirilgan 10-jadval sonlardan foy-

dalanib bo'lmaydi. Chunki alohida yo'lakchalar bo'ylab yuguruvchining umumiy yo'lakka o'tish sharoitlari turlicha, negaki ishtirokchilar bosib o'tadigan masofani 3-, 4- va h.z. yo'lakchalardan yuguruvchi ishtirokchilarnikiga nisbatan kam. Bir xil sharoit yaratish uchun alohida yo'lakchalardan umumiy yo'lakka o'tish chizig'i (4.1.8. band) to'g'ri bo'lmay, unda yotuvchi B1, B2, B3 va h.z. nuqtalar to'g'ri yo'lakni burilish bilan uchrashgan nuqtasidagi ichki brovkadan 0,3 m masofada joylashgan V nuqtaga nisbatan bir xil uzunlikda bo'lishlari kerak. B1, B2, B3 va h.z. nuqtalardan B-B to'g'ri chizig'igacha bo'lgan masofa tavsiya qilinadi (4.1.2. band). 400 m aylanma yugurish yo'laklarida (to'g'ri yo'lak ichki brovkasining uzunligi 85, 95 m har bir yo'lakchanning eni 1,25 m bo'lganda) umumiy yo'lakka o'tish uchun, yuguruvchilar alohida yo'lakchalardan bir xil masofa bosib o'tmasliklari sababli quyidagi keltirilgan raqamlardan foydalanish lozim:

2-yo'lakchalar uchun	(B2-B-B) 0,01 m
3-yo'lakcha uchun	(B3-B-B) 0,03 m
4-yo'lakcha uchun	(B4-B-B) 0,08 m
5-yo'lakcha uchun	(B5-B-B) 0,14 m
6-yo'lakcha uchun	(B6-B-B) 0,22 m
7-yo'lakcha uchun	(B7-B-B) 0,32 m
8-yo'lakcha uchun	(B8-B-B) 0,44 m

10-jadvalda har bir yo'lakcha uchun alohida siljish raqamlariga qo'shimcha qilib yuqorida ko'rsatilgan sonlarini qo'shamiz. Shunday qilib, marradagi (A-A) o'lchov chizig'ini hisobga olib, start joyi yugurish yo'nalishi bo'ylab quyidagi sonlar bo'yicha oldinga suriladi.

2-yo'lakcha uchun	(A2-A-A) 3,62 m (3,61 0,01)
3-yo'lakcha uchun	(A3-A-A) 7,52 m (7,57 0,03)
4-yo'lakcha uchun	(A4-A-A) 11,55 m (11,47 0,08)
5-yo'lakcha uchun	(A5-A-A) 15,35 m (15,39 0,14)
6-yo'lakcha uchun	(A6-A-A) 19,54 m (19,32 0,22)
7-yo'lakcha uchun	(A7-A-A) 23,57 m (23,25 0,32)

8-yo`lakcha uchun (A8-A-A) 27,62 m (27,18 2,44)

6. Estafetali yugurishlar o`tkazish uchun yo`lakchalarni belgilash

Estafetali yugurish uchun yo`lakchalarni belgilash, uning o`tkazilish tartibiga qarab (5.10.5. band) uch guruhga bo`linadi.

1-guruh Hamma bosqichlarida alohida yo`lakchalar bo`ylab o`tkaziladigan 4x100 mga estafetali yugurish;

2-guruh 3 ta burilishni alohida yo`lakchalar bo`ylab yugurib o`tkaziladigan 4x200, 4x400 va 400+300+200+100 mga estafetali yugurish;

3-guruh o`yingoh yoki yo`llarda, ko`chalarda, Hamma bosqichlarda umumiy yo`lakdan umumiy startdan o`tkaziladigan estafetali yugurish.

1-va 3-bosqichlarning yugurish boshlanadigan joyi marra chizig`idan 1-yo`lakcha bo`ylab yugurish yo`nalishiga qarama-qarshi yo`nalishga mazkur bosqichni o`lchab topiladi va belgilanadi. Boshlang`ich bosqichlarning topilgan joylari 1-yo`lakchadagi dastlabki estafetani uzatish zonasi chiziqlarini belgilanishi deb qabul qilinib (4.1.8. d band) shu bilan birga 1-guruh uchun yugurishni boshlanish chizig`i hisoblanadi (4.1.8. e). Bosha yo`lakchalardagi (1-guruh) bosqichlarni boshlanish joyini aniqlab, har biridagi estafetani uzatish zonalari va yugurishning boshlanish chizig`ini belgilash uchun ta`luqli siljishni topish kerak (10-jadval).

2-guruhda alohida yo`lakchalar bo`ylab 3 ta burilish yugurib o`tilgandan so`ng alohida yo`lakchalardan umumiy yo`lakka o`tish (3 ta burilishdan keyin) 34- rasmda ko`rsatilgani singari belgilanib chiqilishi kerak.

4x200 va 4x400 m estafeta yugurishlarda 1- bosqichdagi start joylari bir xil (35-rasm).

3 ta burilishdagi ko`rsatkichlarga asoslangan holda (10-jadval) hamda umumiy yo`lakka o`tish masofalarining uzunligidagi farqi hisobga olinib 1- bosqichlardagi start chiziqlarini quyidagicha siljitish kerak (umumiy start chizig`idan A-A oldinga, yugurish yo`nalishi bo`ylab hisoblanganda).

2-yo`lakcha uchun (S2-A-A) 10,85 m (10,84 0,01)

3-yo`lakcha uchun	(S3-A-A)	22,65 m	(22,62 0,03)
4-yo`lakcha uchun	(S4-A-A)	34,38 m	(34,40 0,08)
5-yo`lakcha uchun	(S5-A-A)	46,32 m	(46,18 0,14)
6-yo`lakcha uchun	(S6-A-A)	56,18 m	(57,96 0,22)
7-yo`lakcha uchun	(S7-A-A)	70,06 m	(69,74 0,32)
8-yo`lakcha uchun	(S8-A-A)	81,98 m	(81,52 0,44)

estafeta tayoqchasi 4x400 m estafetali yugurishda birinchi bosqichdan ikkinchiga yoki 4x200 m estafetada ikkinchidan uchinchi bosqichga uzatilgandan so`ng (zonalarni belgilash ikkala estafetada ham bir xil) yuguruvchilar alohida yo`lakchalar bo`ylab birinchi burilishdan o`tib, marrani qarama-qarshi tomonidagi burilish bilan to`g`ri yo`lakni tutashgan joyidan umumiy yo`lakka o`tishlari kerak.

Estafetani uzatish zonasini belgilash son ko`rsatkichlari 2-jadvalda keltirilgan.

Alohida yo`lakchalardan umumiy yo`lakka o`tish chizig'i. U bo`limda keltirilgandek (34-rasm), faqat qarama-qarshi burchakka joylashgan.

4x400 m estafetali yugurishda, umumiy yo`lakdan yugurilganligi sababli ikkinchidan uchinchiga va uchinchidan to`rtinchi bosqichga uzatish zonalarining boshi va oxiri Hamma ishtirokchi jamoalar uchun bir xil. Uzatish zonolari marra chizig'ining oldidan va orqasidan 10 m masofaga parallel qilib joylashtiriladi (35-rasm). 4x200 m estafetali yugurishda esa uchinchidan to`rtinchi bosqichga uzatish qarama-qarshi burchakka joylashadi (36-rasm).

11-jadval

4x400 m estafetali yugurishda birinchidan ikkinchiga va 4x200 mda ikkinchi bosqichidan uchinchiga uzatish xududlaridagi belgilarni siljish jadvali

yo`lakchalar uchun	uzatish xududining boshlanishi (A-A)	uzatish xududining oxiri (A-A)
Ikkinchi	6,38 m yugurish yo`nalishiga qarama-qarshi yo`nalish bo`ylab	13,62 m yugurish yo`nalishi bo`ylab
Uchinchi	2,43 -- -- --	17,57 m -- -- --
To`rtinchi	1,55 m yugurish yo`nalishi	21,55 m -- -- --

	bo`ylab	
Beshinchi	5,53 m -- -- --	25,53 m -- -- --
Oltinchi	9,54 m -- -- --	29,54 m -- -- --
Ettinchi	13,57 m -- -- --	33,57 m -- -- --
Sakkizinchi	17,62 m -- -- --	37,62 m -- -- --

12-jadval

4x200 m estafeta yugurishda birinchi bosqichdan ikkinchiga uzatish xududlardagi belgilarni siljish jadvali

yo`lakchalar uchun	yugurishni boshlanish chizig'i (V-V)	uzatish xududining boshlanishi (V-V)	uzatish xududining oxiri (V-V)
ikkinchi	12,76 m yugurish yo`nalishiga qarama-qarshi yo`nalish bo`ylab	2,76 m yugurish yo`nalishiga qarama-qarshi yo`nalish bo`ylab	17,24 m yugurish yo`nalish bo`ylab
uchinchi	4,89 m -- -- --	5,11 m yugurish yo`nalish bo`ylab	25,11 m -- -- --
to`rtinchi	3,01 m yugurish yo`nalishi bo`ylab	13,01 m -- -- --	33,01 m -- -- --
beshinchi	10,93 m -- -- --	20,93 m -- -- --	40,93 m -- -- --
oltinchi	18,68 m -- -- --	28,86 m -- -- --	48,86 m -- -- --
ettinchi	26,81 m -- -- --	36,81 m -- -- --	56,81 m -- -- --
sakkizinchi	34,78 m -- -- --	44,78 m -- -- --	64,78 m -- -- --

2- ilova

Bosh hakam hisobotida yoritiladigan savollar tartibi (hisobot musobaqa yakuni-dan so`ng 3 kun mobaynida berilishi shart).

Musobaqani aniq nomlanishi;

Musobaqa o`tkazuvchi tashkilotning nomi;

Musobaa o`tkazilish kuni va joyi;

Ishtirok etuvchi jamoalar (tashkilotlar)ning soni;

Ishtirokchilar soni (jami, shundan ayollar, erkaklar, qizlar, o`spirinlar);

Dasturning Hamma turlari bo`yicha xalqaro toifadagi sport ustasi, sport ustalariga nomzod 1, 2, 3 razryadlar, 1, 2, 3 yoshlar razryadi (jami, shundan ayollar, erkaklar, qizlar, o`spirinlar) me`yorlarini bajargan ishtirokchilar soni;

Musobaqa joylarning tayyorgarligi holati;

Ob-havo (harorat, shamol, yomg`ir, qor, yorug`lik);

Bayonotnoma va shikoyat hamda arzlari (necha dona, qanday echildi);

Birinchi olti o`rinni egallagan jamoalar;

Dasturdagi har bir turda, shaxsiy birinchilikda birinchi olti o`rinni egallagan ishtirokchilar;

Rekordlar va yuqori ko`rsatkichlar (kim o`rnatdi, natijalar, qaydnomalar qachon va kimga yuborildi);

Jarohatlar (jarohatlar bo`ldimi, qanaqa choralar ko`rildi);

Ishtirokchilarning texnik tayyorgarligi;

Musobaqa tomoshabinlarning soni, ularga xizmat ko`rsatish (axborot, savdo-sotiq, xordiq chiqarish va h.z.);

Xulosalar va qo`shimchalar;

Hisobotda, musobaqada ko`rsatilgan Hamma natijalar, musobaqani o`tkazishga ishtirok etgan hakamlar; ularning toifalari, mansabi va har birini ishini baholash ham ko`rsatilishi kerak.

3-Ilova 13-jadval

Shamol tezligini esish yo`nalishiga qarab hisoblash jadvali

shamol tezligini absolyut o`rtacha tezligi (anemometr bo`yicha m/s)	flyuger yordamida yugurish yo`nalishi va shamolning o`rtacha esish tezligi qaysi burchak ostida ekanligini aniqlash		
	22 30 b.o.	45 b.o.	67 30 b.o.
1,5	1,39	1,06	0,57
1,6	1,48	1,13	0,61

1,75	1,62	1,24	0,68
1,8	1,66	1,27	0,69
1,9	1,76	1,34	0,73
2,0	1,85	1,41	0,77
2,1	1,94	1,48	0,80
2,16	2,00	1,52	0,82
2,25	2,08	1,59	0,86
2,3	2,12	1,63	0,88
2,4	2,22	1,70	0,92
2,5	2,31	1,77	0,96
2,6	2,40	1,84	0,99
2,75	2,54	1,94	1,05
2,8	2,59	1,98	1,07
2,83	2,62	2,00	1,08
2,9	2,68	2,05	1,11
3,0	2,77	2,12	1,15
3,1	2,86	2,19	1,19
3,25	3,00	2,30	1,24
3,3	3,05	2,33	1,26
3,4	3,14	2,40	1,30
3,5	3,23	2,47	1,34
3,75			
4,00			1,43
4,25			1,53
4,5			1,63
4,75			1,72
5,0			1,82
5,23			1,91
5,52			2,00

Amaliyotdan ma’lum bo’lishicha, keltirilgan burchak variantlari (22 30 orali) shamolning o`rtacha tezligini tashkil qiluvchi kattalikni aniqlash uchun talabga javob beradi.

Misol: Anomometr yordamida shamolning o`rtacha “absolyut” tezligi (yugurish va sakrash uchun ajratilgan vaqt jarayonida 2,2 m/daqiqaga teng, uning esish burchagi yugurish yo`lagi bilan 45 gradusni tashkil etdi.

1-ustundan 2,3 sonni topib, u bilan gorizontal joylashgan 45° burchakdagi ustunga qaraymiz. Bu son 1,63. Demak bayonnomada ro`yxatga olingan (3.13.5. band) shamolni o`rtacha tezligi 1,63 ga teng.

BLANKLARNING SHAKLLARI

4-ilova 1 shakl

(Hamma bayonotnomalar va blankalar qog'ozining bir tomonida to'ldiriladi)

Har xil tabaqali ishtirokchilarga talabnomalar alohida qog'ozda tuziladi.

Yengil atletika musobaqasiga qatnashish talabnomasi

(musobaqaning nomi)

da

(tashkilotning nomi)

ismi, sharifi	tug'il . Yili	sport unvoni	shahar tashkilot	ishtirokchining ko'krak raqami	ko'pkurash shifokor imzo
Jamoa vakili _____ (ismi, sharifi)			1. Dasturdagi har bir turda qatnashish uchun beriladigan talabnomada, o'tgan vaqt davomida ko'rsatilgan eng yaxshi natija yoziladi, natija bo'lmasa "X" belgisi qo'yiladi.		
Jamoa sardori _____ (ismi, sharifi) Sport kiyimining rangi _____ Talabnoma berilgan Hamma atnashuvchilar kerakli mashg'ulotlardan o'tishgan va salomatlik holatiga qarab musobaqa qatnashishlari mumkin.			2. Dasturdagi har bir turda shaxs birinchiligi uchun ishtirok etilgan natija yoziladi yoki "X" belgisi bilan doira ichiga olib belgilanadi.		
Muhr joyi SHifokor _____ Muhr joyi Tashkilot rahbari _____			3. Ikkita talabnoma hakamlar hay'atiga topshiriladi. Bittasini musobaqa kotibi "ishtirokchining raqami" degan bo'limini to'ldirib, jamoa rahbariga qaytarib beradi.		
			4. Hamma bulimlarni to'ldirish shart. To'liq to'ldirilmagan talabnomalar hakamlar hay'ati tomonidan qabul qilinmaydi.		

Ishtirokchilar varaqasiMasofa,
turiqatnash
ish turi

jinsi

kukrak
№_____
ismi, sharifi_____
tug'ilgan yili, toifa_____
viloyat_____
shahar_____
murabbiy ismi, sharifi_____
KSJ, litsey, kollej, BO'SM

eng yaxshi natija

	Kun	musobaqa turi	natija	toifa (razryad)	o`rni	ochkola to`plami
		Saralash guruh				
		Asos.				
		Final				

Xakam _____
imzoKotib _____
imzo

Shakl 2

Ko`rsatgan natijalar to`g`risida MA'LUMOTNOMA

Musobaqa turi	ishtirokchi №	
ismi, sharifi	tug'ilgan yili	
KSJ, jamoa	JTJ	shifr
ko`rsatilgan natija		
egallagan o`rni	toifa (razryad)	
Xakam		
imzo		

(Startda hakamlarga topshiriladi. Sportchiga musobaqa tugagandan so`ng qaytariladi)

sportchini masofadagi nazorat varaqasi
(musobaqa turi)
ismi, sharifi

Shakl 3**Qaydnoma**

Rekord_____

Kun_____

Rekord_____

Boshlanishi_____

Tugallanishi_____

Musobaqalar_____

turi_____ guruh_____

Saralash mezon _____ jinsi _____ havo harorati t° _____

o`yingoh_____

tr	Ismi sharifi	tug'il yil	sport toi- fasi	KS J	ishtirok №	boshlan natija	viloyat shahar	1 2 3 4 5 6	Yaxshi natija	o`rni	ochkolar to`plam

Bosh hakam muovini (referen)

(ismi, sharifi, toifa, imzo)

Katta hakam _____

(ismi, sharifi, toifa, imzo)

Kotib _____

(ismi, sharifi, toifa, imzo)

Sportcha yurish xakamlarining yakuniy qaydnomasi

Kun_____

Boshlanishi

Tugallanishi_____

Musobaqalarda_____masofada_____km

o`tkaziladigan joyi_____

havo harakati

[illegible]

Izoh.

O - ogohlantirildi O - vati Katta xakam_____

D – Diskvalifikatsiya D - vati Kotib

Sportcha yurish bo'yicha xakamlar qaydnomasi

Ismi, sharifi _____ masofa _____ km e/a

№	Ishtirokchilar №	Ogohlantirildi		chetlatish		
		vaqti	belgisi	vaqti	belgisi	
1						
2						
3						
4						
5						
6						

Shakl 6

Sportcha yurish bo'yicha diskvalifikatsiyaga beriladigan xakamlar xati

masofa _____ km e/a

Ishtirokchilar № _____

Qoida buzish _____

Qoida buzilgan vaqti _____

Nazorat punkti xakami № _____

« ____ » _____ 20 ____ y.

Xakam imzosi _____

MUNDARIJA

1. Kirish	3
1. Umumiy holat.	4
1.1. Yengil atletika turlari.	4
1.2. Musobaqa nizomi.	5
1.3. Musobaqaning turlari.....	6
1.4. Maxsus musobaqalar.	6
1.5. Natijalarni baholash.....	7
1.6. Musobaqalarni bekor qilinishi.	8
1.7. Ariza va e'tirozlar.	8
1.8. Musobaqa o'tkazadigan tashkilot.....	9
1.9. Sport inshootlari.	12
2. Musobaqa ishtirokchilari.	14
2.1. Ishtirokchilarning yoshi	14
2.2. Ishtirokchilarni musobaqaga qatnashishlariga ruxsat berilishi va talab- nomalar	16
2.3. Musobaqaga qatnashish tartibi.....	17
2.4. Ishtirokchilarning huquqlari va majburiyatlari.....	18
2.5. Ishtirokchilarning sport kiyimi va ko'krak raqami.....	21
2.6. Jamoa sardorlari va vakillari.....	23
3. HAKAMLAR HAY'ATI.....	23
3.1. Umumiy qism.....	23
3.2. Hakamlar hay'atining tarkibi.....	24
3.3. Bosh hakam.....	27
3.4. Bosh hakam yordamchilar referi xizmati.....	30
3.5. Bosh kotib.....	32
3.6. Start beruvchi hakamlar va ularning yordamchilari.....	34
3.7. Masofa bo'ylab g'ovlar yonidagi va estafeta bosqichlardagi hakamlar.....	36
3.8. Sportcha yurish bo'yicha hakamlar.....	39
3.9. Marradagi (marra) hakamlar.....	40
3.10. Xronometrchi hakamlar.....	41
3.11. Fotomarradagi hakamlar.....	43
3.12. Yugurish, sportcha (yurish) bo'yicha kotiblar.....	44
3.13. Shamol tazligini o'lchovchi hakamlar.....	44
3.14. Sakrash va uloqtirish bo'yicha hakamlar.....	47
3.15. Hakamlar guruhi ishlarini hisobga olib boruvchi (nozim).....	48
3.16. Musobaqa o'tkazilish joyi, asbob-uskuna va jig'ozlarni tayyorlash xizmati hakamlari.....	49
3.17. Axborot va tan'tanali marosimlar xizmatidagi hakamlar.....	50
3.18. Ishtirokchilarni musobaqaga tayyorlash xizmatidagi hakamlar.....	52
3.19. Axborot texnikasi va aloqa xizmatidagi hakamlar.....	53
3.20. Tibbiy ta'minot xizmati.....	54

3.21. Nazorat xizmati (tartibni saqlash).....	55
3.22. Musobaqa nozimlari	55
3.23. Dopinga qarshi nazorat bo'yicha hakamlar.....	56
3.24. Inspektor-hakamlar.....	56
3.25. Apelyatsion jyuri.....	57
4. YUGURISH VA SPORTCHA YURISH BO'YICHAMUSOBAQA O`TKAZILISH JOYI VA JIHOZLARI.....	58
4.1. Umumiy qism.....	58
4.2. Govlar osha yugurish.....	65
4.3. To'siqlar osha yugurish.....	69
4.4. Kross.....	71
4.5. Yo'llarda yugurish, sportcha yurish va marafon yugurish.....	71
5. MUSOBAQALARNI O`TKAZISH QOIDALARI.....	73
5.1. Sportcha yurish va yugurish musobaqalarini o'tkazish tartibi.....	73
5.2. Start.....	75
5.3. Masofa bo'ylab yugurish va sportcha yurish.....	78
5.4. Marra (finish).....	80
5.5. Bir soatli yugurish.....	81
5.6. G'ovlar osha yugurish.....	82
5.7. To'siqlar osha yugurish.....	82
5.9. Patrullar yugurishi.....	83
5.10. Estafetali yugurish.....	84
5.11. Sportcha yurish.....	21
6. SAKRASH MUSOBAQALARINI O`TKAZISH QOIDALARI.....	86
6.1. Umumiy qism.....	86
6.2. Uzunlikka va uch hatlab sakrash bo'yicha musobaqa joylari va jig'ozlar.....	87
6.3. Uzunlikka va uch hatlab sakrash bo'yicha musobaqa qoidalari.....	90
6.4. Balandlikka sakrash bo'yicha musobaqa o'tkazilish joylari va jig'ozlar.....	93
6.5. Langan cho'p bilan sakrash musobaqa joylari va jihozlari.....	96
6.6. Balandlikka va langar cho'p bilan sakrash musobaqalarini o'tkazish qoidalari.....	100
7. ULOQTIRISH BO'YICHA MUSOBAQA QOIDALARI.....	105
7.1. Umumiy qism.....	105
7.2. Musobaqa joylariga qo'yiladigan umumiy talablar.....	109
7.3. Snaryadlarni tekshirish uchun qo'yiladigan umumiy talablar.....	111
7.4. Disk va bosqon uloqtirish hamda yadro itqitish bo'yicha musobaqa joy- lari va jig'ozlar.....	114
7.5. Disk uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari. Diskka qo'yiladigan asosiy talablar.....	118
7.6. Bosqon uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari. Bosqonga qo'yiladigan talablar.....	120

7.7. Yadro itqitish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari. Yadroga qo'yiladigan talablar.....	221
7.8. Nayza, granata va kichik to'p uloqtirish bo'yicha musobaqa joylari va jig'ozlar.....	122
7.9. Nayza, granata va kichik to'p uloqtirish bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari	125
7.10. Nayza uloqtirishda musobaqa o'tkazishga qo'yiladigan talablar.....	126
7.11. Granata musobaqasiga qo'yiladigan talablar.....	127
7.12. Kichik to'pga qo'yilgan talablar.....	127
8. KO'PKURASH.....	127
8.1. Ko'pkurash turlari, ularni tarkibi va musobaqa.....	127
8.2. Ko'pkurashning alohida turlari bo'yicha musobaqa o'tkazish qoidalari.....	130
9. BINOLARDA O'TKAZILADIGAN MUSOBAQALAR.....	132
9.1. Musobaqa joylariga qo'yiladigan talablar.....	133
9.2. Musobaqa o'tkazish qoidalari.....	134
10. REKORD VA YUQORI KO'RSATKICHLARNI QAYD QILISH.....	135
10.2. Rekord natijani hisobga olish tartibi.....	137
10.3. Rekord natijalarni qayd qilish tartibi.....	139

CONTENT

1. INTRODUCTION.....	3
1. GENERAL INFORMATION.....	4
1.1. Types of athletics.....	4
1.2. The provisions of the competition.....	5
1.3. Types of competitions.....	6
1.4. Special competitions.....	6
1.5. Evaluation of results.....	7
1.6. Cancellation of the competition.....	8
1.7. The statement and protests.....	8
1.8. Organizations that conduct competitions.....	9
1.9. Sports facility.....	12
2. COMPETITOR.....	14
2.1. Age of participants	14
2.2. Applications and admission of participants to competitions	16
2.3. Rules for participation in competitions	17
2.4. Rights and obligations of participants	18
2.5. Sports uniforms and badge numbers of participants	21
2.6. Team representative	23
3. PANEL OF JUDGES	23
3.1. Common part	23
3.2. Judging panel	24
3.3. Chief justice	27
3.4. Assistant chief judge and referee	30
3.5. Chief Secretary	32
3.6. The starter and assistants	34
3.7. Judges in hurdles and relay races	36
3.8. Judges in sports walking	39
3.9. Judges at the finish line	40
3.10. Timekeeper judges	41
3.11. Judges in the photo finish	43
3.12. Secretary in cross-country sports and sports walking	44
3.13. Judge the measure of the wind	44
3.14. The judges for jumping and throwing	47
3.15. Dispatcher for the work of judicial teams	48
3.16. Judges for the competition venues and equipment preparation.....	49
3.17. Judges informers and organizers of special events	50
3.18. The judge in communicants	52
3.19. Judges for information equipment and communications	53
3.20. Medical care	54
3.21. The judge in the discipline	55
3.22. Competition Manager	55
3.23. Judges doping control	56
3.24. Judges inspectors	56

3.25. The jury of appeal	57
EQUIPMENT AND REQUIREMENTS FOR COMPETITION VENUES IN SPORTS WALKING AND CROSS-COUNTRY SPORTS.....	58
4.1. Common part	58
4.2. Hurdle running	65
4.3. Obstacle course	69
4.4. Cross country running	71
4.5. Бег по дорожке, марафонский бег, ходьба	71
5. COMPETITION RULES	73
5.1. Rules of carrying out of competitions of sports walking and running	73
5.2. Start.....	75
5.3. Distance running and walking	78
5.4. Finish.....	80
5.5. Hour-long run	81
5.6. Hurdling	82
5.7. Obstacle course	82
5.9. Running patrols	83
5.10. Relay race	84
5.11. Race walking	21
6. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПРЫЖКАМ С ТРАМПЛИНА	86
6.1. Common part	86
6.2. Equipment and requirements for venues for long jump and triple jump events	87
6.3. Competition rules for long jump and triple jump	90
6.4. Equipment and requirements for high jump competition venues	93
6.5. Equipment and requirements for venues for pole vault events	96
6.6. Rules for high jump and pole vault competitions	100
7. RULES OF CARRYING OUT OF COMPETITIONS IN THROWING ...	105
7.1. Common part	105
7.2. General requirements for venues for throwing competitions.....	109
7.3. General requirements for projectiles	111
7.4. Equipment and requirements for venues for discus,core and hammer throw competitions	114
7.5. Rules for discus throwing competitions. Basic requirements for the pro- jectile.....	118
7.6 Rules of the competition in the hammer throw. Basic requirements for the projectile.....	120
7.7. Rules of the shot put competition. Basic requirements for the projec- tile.....	221
7.8. Equipment and requirements for venues for javelin,grenade and small ball throwing competitions.....	122
7.9. Rules of carrying out of competition the javelin,grenades and small ball..	125

7.10. Rules for javelin throwing competitions. Basic requirements for the projectile	126
7.11. Rules of carrying out of competitions of throwing grenades. Basic requirements for the projectile	127
7.12. Rules of carrying out of competitions of throwing a small ball. Basic requirements for the projectile	127
8. MULTIATHLON	127
8.1. Виды многоборья и правила соревнований.	127
8.2. Rules for individual all-around events.....	130
9. Types of indoor athletics	132
9.1. Equipment and requirements for competition venues	133
9.2. Rules of the competition	134
10. Registration of records and top results	135
10.2. Basic requirements for registering a record	137
10.3. Records of the World, Asia, and Uzbekistan	139

СОДЕРЖЕНИЕ

1. ВВЕДЕНИЕ	3
1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ	4
1.1. Виды лёгкой атлетики.....	4
1.2. Положения соревнования.....	5
1.3. Виды соревнований.....	6
1.4. Специальные соревнования.....	6
1.5. Отценка результатов.....	7
1.6. Отмена соревнований.	8
1.7. Заявление и протесты.....	8
1.8. Организации проводящие соревнований.....	9
1.9. Спортивные сооружения.....	12
2. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.....	14
2.1. Возраст участников	14
2.2. Заявки и допуск участников к соревнованиям.....	16
2.3. Правила участия в соревнованиях.....	17
2.4. Права и обязанности участников.....	18
2.5. Спортивная форма и нагрудные номера участников	21
2.6. Представители команд.....	23
3. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ.....	23
3.1. Общая часть.....	23
3.2. Судейские бригады.....	24
3.3. Главный судья.....	27
3.4. Помощники главной судьи и рефери.....	30
3.5. Главный секретарь.....	32
3.6. Стартёры и помощники.....	34
3.7. Судьи в барьерном и в эстафетном беге.....	36
3.8. Судьи в спортивном ходьбе.....	39
3.9. Судьи в финише	40
3.10. Судьи хронометристы.....	41
3.11. Судьи в фотофинише.....	43
3.12. Секретары в беговых видах и спортивном ходьбе.....	44
3.13. Судьи измерители ветра.....	44
3.14. Судьи по прыжкам и метаниям.....	47
3.15. Диспетчер по работы судейских бригад.....	48
3.16. Судьи по местам проведения соревнований и подготовки инвентаря	49
3.17. Судьи информаторы и организаторы торжественных мероприяти...	50
3.18. Судья в приучающих.....	52
3.19. Судьи по информационным оборудованием и связи.....	53
3.20. Медицинская помощь.....	54

3.21. Судья по дисциплины.....	55
3.22. Диспетчери соревнования.....	55
3.23. Судьи допинг контроля.....	56
3.24. Судьи инспекторы.....	56
3.25. Апелляционные жюри.....	57
4. ОБОРУДОВАНИЕ И ТРЕБОВАНИЕ К МЕСТАМ ПРОВЕДЕНИЙ СОРЕВНОВАНИЙ В СПОРТИВНОМ ХОДЬБЕ И В БЕГОВЫХ ВИДАХ.	58
4.1. Общая часть	58
4.2. Бег с барерами.....	65
4.3. . Бег с припятствиями	69
4.4. Кроссовый бег.....	71
4.5. Бег по трассе,марафонский беги спортивная ходьба.....	71
5. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ.....	73
5.1. Правила проведения соревнований спортивной ходьбы и бега.....	73
5.2. Старт.....	75
5.3. Бег по дистанции и спортивная ходьба.....	78
5.4. Финиш.....	80
5.5. Часовой бег.....	81
5.6. Барьерный бег.....	82
5.7. Бег с припятствиями.....	82
5.9. Бег патрулей.....	83
5.10. Эстафетный бег.....	84
5.11. Спортивная ходьба.....	21
6. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЙ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПРЫЖКАМ.....	86
6.1. Общая часть	86
6.2. Оборудование и требование к местам проведения соревнований по прыжкам длину и в тройном.....	87
6.3. Правила соревнований по прыжкам длину и в тройном.....	90
6.4. Оборудование и требование к местам проведения соревнований по прыжкам в высоту.....	93
6.5. Оборудование и требование к местам проведения соревнований по прыжкам в высоту с шестом.....	96
6.6. Правила соревнований по прыжкам в высоту и с шестом	100
7. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЙ СОРЕВНОВАНИЙ ПО МЕТАНИЯМ.....	105
7.1. Общая часть	105
7.2. Общие требование к местам проведения соревнований по метаниям.	109
7.3. Общие требование к снарядам.....	111
7.4. Оборудование и требование к местам проведения соревнований по метании диска,ядра и молота.....	114
7.5. Правила проведения соревнований метания диска. Основные требования к снаряду.....	118
7.6 Правила проведения соревнований метания молота. Основные требования к снаряду.....	120

7.7. Правила проведения соревнований толкания ядра. Основные требования к снаряду.....	221
7.8. Оборудование и требование к местам проведения соревнований по метанию копья, гранаты и малого мяча.....	122
7.9. Правила проведения соревнований метания копья, гранаты и малого мяча	125
7.10. Правила проведения соревнований метания копья. Основные требования к снаряду.....	126
7.11. Правила проведения соревнований метания гранаты. Основные требования к снаряду.....	127
7.12. Правила проведения соревнований метания малого мяча. Основные требования к снаряду.....	127
8. МНОГОБОРЬЕ.....	127
8.1. Виды многоборья и правила соревнований.	127
8.2. Правила проведения соревнований по отдельным видам многоборья..	130
9. Виды проводящиеся легкой атлетики в помещениях.....	132
9.1. Оборудование и требование к местам проведения соревнований	133
9.2. Правила проведения соревнований	134
10. Регистрация рекордов и высших результатов	135
10.2. Основные требования регистрации рекорда.....	137
10.3. Рекорды Мира, Азии и Узбекистана.....	139

Adabiyotlar ro'yxati.

1. Shakirjanova K.T. “Yengil atletika bo'yicha musobaqa qoidalari”. T: 2007 y.
2. Normurodov A.N. “Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi” . T: 2011 y.
3. Yakkakurash, koordinatsion va siklik sport turlari (yengil atletika). Chirchiq 2019
3. WAning musobaqa qoidalari 2018-2019y.

Internet saytlari:

uzathletics.uz

wa.org