

**BOKS SPORTINING QONUN-QOIDALARI**

Rajapov G'olibbek Oripovich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM o'qituvchisi

Annotatsiya. Ushbu maqolada boks sportining asosiy qonun-qoidalari, musobaqa jarayonlari, hakamlik tizimi va sport etikasi haqida so'z yuritiladi. Boksning professional va havaskor turlari o'rtasidagi farqlar, sportchilarning himoya vositalari, ruxsat etilgan va taqiqlangan harakatlar tahlil qilinadi. Shuningdek, O'zbekiston boksi rivojlanishida ushbu qoidalarga amal qilishning ahamiyati yoritilgan.

Kalit so'zlar: boks, sport qoidalari, raund, hakam, zarba, himoya, professional boks, havaskor boks, sport etikasi.

Аннотация. В статье рассматриваются основные правила бокса, порядок проведения поединков, система судейства и спортивная этика. Анализируются различия между профессиональным и любительским боксом, защитное снаряжение спортсменов, разрешённые и запрещённые действия. Особое внимание уделено значению соблюдения правил в развитии узбекского бокса.

Ключевые слова: бокс, правила, раунд, судья, удар, защита, профессиональный бокс, любительский бокс, спортивная этика.

Annotation. This paper discusses the main rules of boxing, the organization of matches, judging systems, and sports ethics. It analyzes the differences between professional and amateur boxing, athletes' protective equipment, and allowed or prohibited actions. The importance of adhering to these rules in the development of Uzbek boxing is also highlighted.

Keywords: boxing, rules, round, referee, punch, defense, professional boxing, amateur boxing, sports ethics.

Kirish.



Boks — bu jahon miqyosida eng mashhur, kuch, tezlik, aql va taktika uyg'unlashgan sport turi hisoblanadi. U ikki sportchi o'rtasidagi musobaqa bo'lib, maqsad raqibni zarba bilan yengish yoki ochkolar orqali ustunlikni qo'lga kiritishdir.

Boks faqatgina kuchga emas, balki intizom, to'g'ri texnika, tezkor fikrlash va qat'iy qoidalarga amal qilishga asoslanadi. Shu sababli har bir jang qat'iy belgilangan qonun-qoidalar asosida o'tkaziladi.

O'zbekistonda boks sporti keng ommalashgan bo'lib, mamlakatimiz vakillari xalqaro arenalarda yuksak natijalarga erishib kelmoqda. Boks federatsiyasi va xalqaro tashkilotlar tomonidan ishlab chiqilgan qoidalar sportchilarning xavfsizligi, adolatli baholanishi va musobaqaning sport ruhida o'tishini ta'minlaydi.

Boks musobaqalarining asosiy qoidalari:

Jangning davomiyligi va raundlar soni. Boks janglari turiga qarab 3 dan 12 gacha raunddan iborat bo'ladi:

- Havaskor boks – 3 raund, har biri 3 daqiqadan iborat.
- Professional boks – 4 dan 12 raundgacha, har biri 3 daqiqalik jang va 1 daqiqalik tanaffus.

Har bir raund davomida sportchilar zarba berish, himoyalaniish va ochko to'plash uchun harakat qilishadi.

Musobaqa maydoni – ring. Jang ring deb ataluvchi maxsus maydonda o'tkaziladi. Ringning o'lchami odatda $4,9 \times 4,9$ metrdan $6,1 \times 6,1$ metrgacha bo'ladi. U to'r bilan o'ralgan va pol qismi maxsus amortizatsiyalangan qoplama bilan qoplangan bo'ladi.

Ringda uchta asosiy shaxs faoliyat yuritadi:

- Bosh hakam (referee) – jangni boshqaradi, qoidalarga rioya qilinishini nazorat qiladi;
- Uchta hakam (judges) – sportchilarning zarbalari asosida ochkolar beradi;
- Vaqt o'lchovchi (timekeeper) – raundlarning davomiyligini belgilaydi[1].



Sportchi kiyimi va himoya vositalari. Boks sportida xavfsizlik birinchi o'ringda turadi. Shu sababli har bir sportchi quyidagi himoya vositalaridan foydalanadi:

- qo'lqop (erkaklar uchun 10–12 unsiya, ayollar uchun 8–10 unsiya);
- tish himoyasi (kap);
- bosh himoyasi (havaskorlar uchun majburiy);
- jinsiy organlarni himoya qiluvchi qoplama (protektor);
- maxsus oyoq kiyim va shortik.

Professional bokschilar bosh himoyasisiz jang qiladi, ammo ularning tayyorgarlik darajasi yuqori bo'lgani sababli tibbiy nazorat yanada kuchli bo'ladi.

Ruxsat etilgan va taqiqlangan harakatlar. Ruxsat etilgan zarbalar faqat bel chizig'idan yuqoriga, raqibning old tomoniga beriladi. Zarba faqat yumaloq (mushtning old qismi) bilan berilishi kerak.

Taqiqlangan harakatlar[4]:

- beldan pastga zarba berish;
- orqa tomonga, ensaga yoki bo'yniga zarba berish;
- raqibni itarish, ushlash yoki yiqitish;
- bosh bilan urish yoki tirsakdan zarba berish;
- hakam to'xtatgan paytda zarba berish.

Bu qoidalarga rioya qilinmasa, ogohlantirish, ochko olib tashlash yoki diskvalifikatsiya qo'llaniladi.

Ochko berish tartibi. Hakamlar jangni baholashda quyidagi mezonlarga tayanadi:

1. To'g'ri va aniq zarbalar soni;
2. Himoyalanish mahorati;
3. Faol hujumkorlik va ringda ustunlik;
4. Sport etikasi va jang madaniyati.

Har bir raundda g'olib sportchiga 10 ochko, raqibiga esa 9 yoki undan kam beriladi. Yakunda eng ko'p ochko to'plagan bokschi g'olib deb topiladi.

G'alaba turlari. Boksda g'alaba bir necha usulda aniqlanadi[2]:



- KO (Knockout) – raqib 10 soniya ichida tura olmasa;
- TKO (Texnik knockout) – hakam jangni sportchi xavfsizligi uchun to'xtatsa;
- Ochkolar bilan g'alaba – raundlar yakunida hakamlar ko'pchilik ovozi bilan g'olibni aniqlaydi;
- Diskvalifikatsiya – qoidabuzarlik sababli raqib chetlashtirilsa;
- Hech kim g'olib bo'lmagan holat (Draw) – ochkolar teng bo'lsa.

Hakamlar tizimi va nazorat. Har bir jang oldidan sportchilar tibbiy ko'rikdan o'tadi. Bosh hakam ringda sportchilarni doimiy nazorat qiladi, kerak bo'lsa jangni to'xtatadi yoki tibbiy yordam chaqiradi.

Hakamlar mustaqil ishlaydi, ularning qarorlariga tashqi ta'sir o'tkazish qat'iyan man etiladi. Barcha natijalar xalqaro boks federatsiyasi (AIBA yoki WBA) standartlari asosida qayd etiladi[3].

Professional va havaskor boks farqlari

Asosiy jihat	Havaskor boks	Professional boks
Raundlar soni	3 raund	4–12 raund
Himoya vositasi	Bosh himoyasi majburiy	Bosh himoyasi yo'q
Baholash tizimi	Aniq zarbalar soni bo'yicha	Umumiy ustunlik va zarba kuchi
Maqsad	Tajriba va sport mahorati	Tijoriy natija va chempionlik
Tashkilot	AIBA (IBA)	WBA, WBC, IBF, WBO va boshqalar

Sport etikasi va intizom. Boksda sport etikasi muhim o'rin tutadi. Har bir sportchi raqibiga, hakamlarga va tomoshabinlarga hurmat bilan munosabatda bo'lishi shart. G'alaba ham, mag'lubiyat ham sport ruhida qabul qilinishi kerak. Qoidalarga amal qilish, musobaqa oldidan salomlashish, jangdan so'ng qo'l berib ko'rishish — boksning ajralmas madaniy jihatlaridandir.

Xulosa.

Boks sportining qonun-qoidalari sportchining xavfsizligini ta'minlash, adolatli raqobat muhitini yaratish va sport intizomini mustahkamlashga xizmat



qiladi. Har bir bokschi texnik mahorat bilan bir qatorda qoidalarga qat'iy amal qilishi kerak.

O'zbekiston boksi bugungi kunda jahon miqyosida o'z o'rniga ega. Murodjon Ahmadaliyev, Hasanboy Do'stmатов, Shahrullo Jorayev kabi bokschilarimiz bu sportning milliy faxriga aylangan. Ularning muvaffaqiyatida qoidalarga hurmat, intizom va mehnatsevarlik asosiy omil bo'lib xizmat qilmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O'zbekiston Boks Federatsiyasi. *Musobaqa nizomi va qoidalari*. – Toshkent, 2023.
2. Mahmudov D. *Boks nazariyasi va metodikasi*. – Toshkent: “Fan va sport”, 2020.
3. Karimov I.A. *Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch*. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
4. Rashidov M. *Jismoniy madaniyat va sport nazariyasi*. – Toshkent: “O'zbekiston milliy ensiklopediyasi”, 2021.
5. Sunatov, J. R., Zikrillayeva, F., Husenova, M., & Sanayeva, M. (2025). INGLIZ TILINI O 'QITISHDAGI MUAMMOLAR. University Research Base, 560-568.
6. Сунатов, Д., Тошмуродова, С., Анварова, Э., & Зикриллаева, Ф. (2025). Madaniyatlararo muloqotning ahamiyati. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 141-143.
7. Сунатов, Ж., Холмуратова, Р., Зикриллаева, Ф., & Алишеров, Г. (2025). Kompyuter lingvistikasida kompyuter leksikografiyasining ahamiyati. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 269-271.