

MILLIY O‘YINLARNING RIVOJLANISHI VA SHARQ ALLOMALARI XALQ O‘YINIARI HAQIDA

B.Nurmatov

QDPI Sport va harakatli o‘yinlar kafedrasi o‘qituvchisi

Annotatsiya: O‘tkazilgan xalq o‘yinlari, bayramlari o‘zbek ma’naviy va jismoniy madaniyati tarixida yangi va o‘chmas sahifa bo‘lib qoldi. Ilk bor Forishda o‘tkazilgan “Xalq o‘yinlari bayrami”da yongan “mash’al” respublikamizning ko‘plab joylaridagi azaliy o‘yin-tomosha an’analarini tiklashga imkoniyat yaratilganligi yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Xalq o‘yinlari, bayramlari, kurash, uloq, festival, buyuk mutafakkirlar, O‘zbek xalq o‘yinlari, azaliy o‘yin-tomosha an’analari.

Aytish mumkinki, Ittifoqimizda o‘tkazilgan xalq o‘yinlari, bayramlari o‘zbek ma’naviy va jismoniy madaniyati tarixida yangi va o‘chmas sahifa bo‘lib qoldi. Ilk bor Forishda o‘tkazilgan “Xalq o‘yinlari bayrami”da yongan “mash’al” respublikamizning ko‘plab joylaridagi azaliy o‘yin-tomosha an’analarini tiklashga imkoniyat yaratdi.

Agar 1990 yil “Xalq o‘yinlari” bayrami ikki qishloq – Sayyod va Birlashganda o‘tkazilgan bo‘lsa, 1992 va 1993 yillar Jizzax viloyati darajasida – bu hudud barcha tumanlarining faol ishtirokida uyushtirildi. Bu yerda I Respublika “Xalq o‘yinlari” Olimpiyadasi o‘tkazilib, unda Vatanimizning barcha viloyatlari va Qoraqalpog‘iston Respublikasi vakillari qatnashdi.

Olimpiyadada azaliy xalq o‘yinlari “Bo‘ron”, “Chavandoz”, “Olib qochar”, “Cho‘nqa shuvoq”, “Yelka kurashi”, “Qirq tosh”, “Mindi”, “Tortishmachoq” kabi turlari bo‘yicha musobaqalar o‘tkazilib, g‘oliblar taqdirlandi.

Forish tumanining «Qizil pir» sayilgohida o‘tgan I Respublika “Xalq o‘yinlari” Olimpiyadasi dasturida: ochilish marosimi, tiklangan xalq o‘yinlarining namoyishi, ko‘rgazmali chiqishlar, ko‘rik tanlovlar, Respublika viloyatlari g‘oliblarining musobaqalari, g‘oliblarni taqdirlash va hokazo tadbirlar o‘z aksini topdi. Eng asosiysi, bu o‘yinlarga xalqda katta ehtiyoj bor edi. Zero eng yaxshi xalq o‘yinlari, oddiy, sodda, hamma o‘ynay oladigan, qiziqarli, shu bilan birga kuchlilik, epchillik, mardlik, topqirlik, chidamlilik kabi qimmatli insoniy sifatlarni rivojlantirishga katta yordam beradi. Shu sababli xalq o‘yinlarining tiklanishi zarur edi.

O‘zbek xalq o‘yinlarining xalqaro nufuzi O‘zbekistonda tiklangan azaliy o‘yinlar nafaqat mamlakat (Leningrad, Moskva, Maxachkala shaharlari)dan kelgan mutaxassislarni, balki dunyoni boshqa burchaklari – Amerika, Olmoniya, Turkiya, Eron, Yaponiya, Gollandiya kabi mamlakatlardan tashrif buyurgan mehmonlarni ham

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

o'ziga maftun qilgan. 1996 yil Tayland poytaxti Bonkokda bo'lib o'tgan Butun dunyo xalq o'yinlari festivalida O'zbekiston delegatsiyasining qatnashishi, o'zbek xalq o'yinlarining "jahon milliy o'yinlari" guldastasida o'zining munosib o'rin olishiga imkon yaratdi.

O'zbek xalqi hayotida kurash, uloq kabi xalqaro darajaga chiqadigan o'yinlar kam emas. Ularni chuqurroq o'rganishimiz va targ'ib qilishimiz zarur. Bu borada xalq o'yinlarining (ko'plab turlariga bag'ishlangan olimpiyada, festival, bayram)lar o'tkazish bilan bir qatorda, aniq bir turiga oid tuman, viloyat va respublika musobaqalarini o'tkazish lozim.

Sharq allomalari xalq o'yini haqida -O'zbek xalq o'yinlarining paydo bo'lishi va taraqqiyotini o'rganishda sharqning buyuk mutafakkirlari Abu Ali ibn Sino, Mahmud Koshg'ariy, Kaykovus, Umar Xayyom, Amir Temur, Alisher Navoiy, Husayn Voiz Koshifiy, Zayniddin Mahmud Vosifiy va boshqa tabarruk zotlar qoldirgan moddiy va ma'naviy meroslarni tadqiq qilish, ularni jismoniy, madaniy nazariyasi hamda amaliyotiga tatbiq etish o'z yechimini kutayotgan dolzarb muammodir.

MAHMUD KOSHG'ARIY- Ma'lumki, har bir xalqning ulug' farzandlari o'z xalqining urf-odatlarini, yashash tamoyillarini, tarixini puxta o'rganib, kelajak istiqbollarini ham ko'ra bilganlar. O'zbek xalq o'yinlari tarixida birinchi marta milliy o'yin namunalari bayon etilishi, ularning ta'rifi-favsifi qomusiy allomalardan Mahmud Koshg'ariy qalamiga mansubdir. U bundan 1000 yil burun 6 yil mobaynida Turkistondan Termizgacha, Xazar va Orol sohillaridan Tangritog' etaklarigacha bo'lgan hududda yashagan turkman, o'g'iz, chigil, yag'mo, qirg'iz va boshqa turkiy-zabon xalqlarning tarixi, o'lkalar jo'g'rofiyasi, urug', qabila, elatlarning til xususiyatlari, yozma va og'zaki adabiyoti; ko'ch- manchi tuyakashlar, yilqichilar, cho'ponlar, o'troq dehqonlar, bog'bon va kosiblarning tirikchilik usullari, so'z talafiuzlari va turli so'z atamalarini teran o'rganib, „Devon-u lug'atit turk“, ya'ni „Turkiy so'zlar devoni“ni tuzib chiqdi. O'z xalqi, vatanini sevgan, uning tili va madaniy-ma'naviy boyliklarini qadrlagan Mahmud Koshg'ariy turli qabila-urug'larning bayramlari, tantanalari, urf- odatlari, rasm-rusumlari, kundalik mashg'ulotlari qo'shiq va o'yinlari, diniy e'tiqodlari bilan astoydil qiziqib, bu Benazir qadriyatlarining barchasini kelajak avlodlarga qimmatli meros sifatida yozib qoldirdi.

Devonda 150 ga yaqin xalq o'yinlari tilga olinib, shulardan 20 taga yaqin o'yin turiga batafsil ta'rif berilgan. Olim kattalar va bolalarning yosh jihatlariga nisbatan mos bo'lgan o'yin turlariga alohida to'xtalib va musobaqa turlarini bayon qiladi. U o'yinlarni diqqat bilan o'rganib, ham jismoniy, ham aqliy mashg'ulotlarga ajratgan.

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

Shundan bilsa bo'ladiki, hozirgi zamonaviy sport o'yinlarining deyarli juda ko'pchiligi o'sha davrlardayoq, ya'ni XI asrda ham mavjud bo'lgan ekan.

Hozirgi paytda biz „Sport musobaqalari“ deb ishlatib yurgan ibora Mahmud Koshg'ariy devonida „bahs“ atamasi bilan berilgan. Bunday „bahs“larning turlari ko'p bolganligi ham bayon qilingan. Masalan, merganlikda bahs qilmoq, o'q-yoy otib, qush va hayvonlarni ovlamoq, shuningdek, arqon, taxtali sopqonlarda tosh otmoq, balandga ilib qo'yilgan qovoqni mo'ljalga olib otmoq bahsi. Bu „oltin qovoq“ o'yini deb atalgan. Devonda bunday bahslarning qoida va shartlari, usullari, g'oliblarga beriladigan sovrinlar, zaruriy asbob-anjomlar, maxsus atamalar batafsil bayon etilgan. Ma'lumki, chavgon - O'rta Osiyo xalqlarining juda qadimgi hamda sevimli ot sporti o'yinlaridan biri hisoblanadi. Chim ustida xokkey o'yini qadimda yigitlar ot ustida uzun, uchi egri yapaloq „klushka“ bilan o'ynalgan o'yinning hozirgi ko'rinishidir. Mahmud Koshg'ariy chavgon o'yinining o'ziga xos qoidalari, maydonning o'lchami va chegarasi ta'rifi, darvozalar, koptokning o'lchami, katta-kichikligi, nimadan tayyorlanishi va boshqa xususiyatlarini to'liq bayon qilib beradi. Shuning o'zi ham, chavgon o'yini yigitlarning balog'at yoshiga yetib, otda yurganda o'zini bemalol his qilib, tuta bilish, uning ustida chaqqonlik va bilak kuchi bilan xilma-xil harakatlar qilishga tayyorlaydigan milliy sport turi ekanligini ko'rsatib turibdi. Ayniqsa, chavgon o'yini el-yurt mudofaasida zaruriy jismoniy mashqlardan biri bo'lganligi uchun ham, o'yin g'olibiga beriladigan sovrinlarning darajasiga alohida to'xtalib o'tadi. Shuningdek, devonda o'sha davrda otda poyga chopish, quvlashish, tez yo'rtib yurish, tog'ga chiqish, pastlikka tushish kabi „bahs“lar bayoni ham keltirilgan.

ABU ALI IBN SINO-Jamiyatimizda ma'naviy poklanish va sog'lom axloqiy muhitni shakllantirish uchun uzoq o'tmishimizni o'rganish, unut bo'layotgan bebaho merosimizni tildash, ana shu tarixni yaratgan buyuk mutafakkirlarning ijodiy xazinasiga murojaat qilishimizga to'g'ri keladi. Ana shunday allomalardan biri - Abu Ali ibn Sino o'z davrining yetuk olimi sifatida mavjud fanlarning deyarli barchasi bilan to'liq shug'ullangan va ularga oid asarlar yaratgan qomusiy olimdir. Jahon ma'naviyat beshigini tebratgan Ibn Sino nafaqat mashhur shifokor, faylasuf, shoirgina bo'lib qolmasdan, balki xalq o'yinlariga doir g'oyatda rang-barang nodir meros qoldirgan. Alloma xalq o'yinlari haqida fikr yuritar ekan, u bu borada zamondoshlaridari farq qilib, har bir masalani keng, chuqur mushohada qiladi va muammolarni kuchli mantiq, hayotiy omillar zamirida, zukko aqli yordamida yechib beradi. Aynan shuning uchun uning ma'naviy durdonalari oradan qancha- qancha yillar o'tsa ham, insoniyatga abadul-abad xizmat qiladi. Insonning ma'naviy yetuk, jismonan barkamol bo'lishi yo'lida butun umrini baxsh etgan olim o'z asarlarida xalq o'yinlarining, ayniqsa,

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

badantarbiyaning kishi uchun naqadar katta ahamiyatga ega ekanligini ham nazariy, ham amaliy jihatdan isbotlab berdi.

Uning serqirra ijodiy faoliyatidagi ilmiy-nisariy va amaliy tavsiyalari, ko'rsatmalari hamda maslahatlari ta'lim-tarbiya jarayonidagi pedagogik yo'nalishlarni aniqlashda xalq o'yinlariga oid fikrlarini umumlashtirishda va ularni amaliyotga joriy qilishda nihoyatda qo'l keladi. Ibn Sino inson organizmini sog'lomlashtirish va kasallikni davolash nuqtayi nazaridan qarab, xalq o'yinlaridan biri bo'lgan badantarbiyani beshta asosiy qismga ajratadi, jumladan: 1. Tez harakatlar. 2. Nozik va yengil harakatlar. 3. Kuchliroq harakatlar. 4. O'ta kuchli harakatlar. 5. Gavda uchun maxsus harakatlar.

KAYKOVUS-Kaykovusning „Qobusnoma“ asari XI asrda yaratilgan bo'lib, u xalq orasida nihoyatda mashhur bo'lgan ajoyib axloqiy asar hisoblanadi. „Qobusnoma“ mo'jaz rivoyatlar, ixcham latifalar, kichik-kichik hikoyatlardan iboratdir.

„Qobusnoma“ning „Hunarning afzalligi va qadri baland, oliy tabiatli bo'lish haqida“, „Mazax qilmoq, shatranj va nard o'ynamoq odobin bayoni zikrida“, „Shikorga chiqmoq zikrida“, „Chavgon o'ynamoq zikrida“, „Chaxorpoy (ot) sotib olmoqning zikrida“, „Farzand parvarish qilmoq zikrida“ degan boblarida xalq o'yinlariga tegishli bo'lgan ma'lumotlar berilgan.

Kaykovus bilim o'rganmoq uchun mehnat qilish, badanni dangasalik, ishyoqmaslikdan qutqarish uchun harakat zarurligini uqtiradi. „...Hunar o'rganmoqda mehnat qilmoq, badanni yalqovlik, ya'ni bekorchilikdin qutqarmoq foydalidir, nedinkim, bekorchilik badanning fasod va bemorligiga sabab bo'lur. Agar badanga ranj berib, uni o'zingga qahr bilan mute qilmasang, martabali bo'la olmassan. Nedinkim, badan kohillikni va rohatni do'st tutgoni jihatidan ham o'z ixtiyori bila senga farmonbardor bo'lmas. U sabab bila kim, badanda ash harakat yo'qdur. Har kishi o'z badanin o'ziga mute qilsa, o'zgalarning badanini ham mute qila olur, chunki har kishi o'z badanin o'ziga farmonbardor qilsa, fozil va hunar o'rganmoq bila ikki jahonning salomat va sharofatin hosil qilur.⁷ U xalqimizning qadimiy o'yinlari hisoblangan shatranj va nard o'ynamoq odobin quyidagicha bayon qiladi. „...Xususan, nard va shatranj o'ynag'on vaqtda ikki kishining orasida nizo paydo bo'lur deb aytmagil. Nard va shatranj o'ynamoqni ko'p odat qilmagil. Agar o'ynasang, garov bog'lab o'ynamagilki, ul qimorbozlik bo'lur. Tanga qo'yamay o'ynamoq adabdandur.

⁷Kaykovus. „Qobusnoma“. T., „O'qituvchi“, 1973. 27-bet

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik, pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv masalalari

Agar o‘ynamoqni yaxshi bilsang ham qimorbozlikda mashhur bo‘lg‘on kishi bila o‘ynamagil“.

Kaykovus yoshlarga xilma-xil kasbni egallashni, turli xil hunar o‘rganishni tavsiya qiladi, ya’ni o‘sha paytda jismoniy tarbiya harbiy-amaliy tavsifga ega bo‘lgani uchun harbiy kishiga harbiy ilmlarni - suvda suzishni, ot minishni, chavgon urishni, buyruq berishni o‘rganishni tavsiya qiladi. O‘sha davr taqozosiga ko‘ra, bunday harbiy ilmlarni o‘rganish zamonning talabi bo‘lgan.

UMAR XAYYOM-G‘iyosiddin Abdulfatx Umar ibn Ibrohim Xayyomiy - Nishopuriy 1048-1132- yillarda yashab, ijod qilgan. U o‘zidan keyingi avlodlarga juda boy she’riy va ilmiy meros qoldirib ketgan sharqning buyuk mutafakkirlaridan biridir. Umar Xayyomni ruboiynavis shoir sifatida butun dunyo biladi. Ammo u buyuk astronom, matematik, tarixchi-etnograf sifatida hamjahon mada- niyati tarixida munosib mavqega ega. Uning „Navro‘znoma“ asari uzoq tariximizdan, Navro‘z bayramining kelib chiqishi, shunga bog‘liq ajdodlarimizning urf-odatlarini, rasm-rusumlari, an‘analari va xalq o‘yinlari haqida ham batafsil fikr yuritadi.

ALISHER NAVOIY-O‘zbek adabiy tilining asoschisi, tengi yo‘q mutafakkir, g‘azal mulkingning sultoni, atoqli davlat arbobi Alisher Navoiyning (1441-1501) bir qancha she’riy to‘plamlari, dostonlari, nasriy asarlari va ilmiy risolalaridan iborat bo‘lgan boy madaniy merosi hanuzgacha fan olamida quyoshday nur sohib, qalblarimizga ma’naviy yorug‘lik, ma’rifiy oydinlik olib kirmoqda. Diqqatga sazovor tomoni shundaki, uning „Xamsa“, „Lison- ut-tayr“, „Mahbub-ul-qulub“ va boshqa qator asarlarida xalq o‘yinlariga mehr bilan qarashi, ularga birma-bir ta’rif-tavsif berilishi, ulaming qo‘llanilishiga qarab, maxsus atamalar va iboralarning ishlatilishidir. Ayniqsa, uning kishi sog‘hg‘ini asrash va mustahkamlash uchun jismoniy madaniyat, badantarbiya, xalq o‘yinlari nechog‘liq zarur ekanligi haqida pand-u nasihatlarini tahsinga loyiq.

Milliy xalq o‘yinlarining vujudga kelishi hamda taraqqiy etishi o‘sha davrlarda kishilarning kuchli, chidamli, chaqqon va shijoatli bo‘lishi zamon talabi bo‘lib kelgan. Milliy xalq o‘yinlari asrlar o‘tishi bilan murakkablashib, maxsus sport turiga aylangan. Qadim zamondan piyoda yurish, yugurish, tiyrandozlik, chavandozlik, qihchbozlik, kurash kabi milliy o‘yinlari juda ko‘pchilik podshohlarni, xususan, lashkarboshilar e’tiborini jalb etgan. Alisher Navoiyning ko‘pgina lirik va epik asarlarida qator xalq o‘yinlari va musobaqa turlari atamalarining tashbeh bo‘lib kelishi yoki o‘yin turlarining tavsifi, shu o‘yin turi bilan bog‘liq lavhalar, bahsla- shuvchilarning qiyofasi, siyrati aniq-tiniq bayon etilgan. Navoiy kuch sinashish bilan bog‘liq bo‘lgan o‘yin turlariga „zo‘ri“ atamasini qo‘llagan. Masalan, Farhod bolaligidan harbiy

Jismoniy tarbiya va sport sohasi samaradorligini oshirishda fiziologik,
pedagogik-psixologik yondashuvlar va fanlararo integratsiyalashuv
masalalari

mashqlarning hammasi bilan qiziqqan va shug‘ullangan. Farhod ma’naviy bilimlar „ulum“ ni egallab, o‘qib, o‘rganib bo‘lgandan so‘ng dilovarlik san‘atlarini yuqori darajada egallashga intilgan.

Ulum avroqi chun bir-bir yopildi,
Dilovarlig‘ siloxi mayli qildi.
(Navoiy. Farhod va Shirin. T., 1989, 34-bet.)

Farhod nishonga aniq tekkizish, ya’ni tiyrandozlik, nayza- bozlik, qalqonbozlik kabi mashq turlarida hammani hayratga solgan. Navoiy undagi shiddatkorlik, kuchlilik, aniq mo‘ljalga olish, harbiy qurol-aslahalarni ishlatishdagi tadbirkorlik va epchillik xususiyatlarini ajoyib mubolag‘alar bilan ifodalagan:

Olib qavsi kuzax chekmakka kullob,
Turub mashriq, etib mag‘ribga partob.
Qora tun gar nishon aylab Suxoni,
Falakcha novakiga ul nishoni
Debon turki falak otkonda zixlar,
Tavaxxum toridan ochib girixlar.
Qilichi zarbasi olinda har marz,
Shichof andoqki suvdin yer aro darz.
Qilib gar hamla Alburuz uzfa bir gurz,
Bo ‘lib gard-u chiqib gardunga Alburz...
(34-34- betlar.)

Lekin, Farhod shuncha katta quvvat „zo‘ri beandaza“ga, mahoratga ega bo‘la turib, bunday musobaqalarda o‘zini g‘oyat odobli va bosiq tutgan, kuchsizlar, yengilganlar oldida maqtanmagan. Navoiy uning bu kamtarligini endi qo‘liga kitob olib, aliifbo „abjad“ o‘qiy boshlagan bolaning holatiga qiyoslagan:

Xamul ilmi baland ovozi birla,
Bu yanglig ‘ zo ‘ri beandaza birla
O‘zin abjad ukur eldin tutub kam,
Dema donishki, zo‘ri dast ila ham (35- bet).

Binobarin, Navoiy milliy jismoniy mashq turlarini targ‘ib etish bilan birga, shug‘ullanuvchilarning axloqiy tarbiyasiga ham katta e’tibor bergan. U „Saddi Iskandariy“ dostonining bosh qahramoni yoshligida tinmay ot ustida yurib, yayov chopib mashqlar qilganini ta’kidlaydi:

Gahi maqrab uzra silaxshur edi,
Yayoglikda gax varzishi zo ‘r edi.
(Navoiy. Saddi Iskandariy. T., 1986. 296- bet).

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2016 йил 29 декабрдаги “2017-2021 йилларда мактабгача таълим тизимини янада такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПҚ-2707-сонли қарори.
2. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 30 сентябрдаги “Мактабгача таълим тизими бошқарувини тубдан такомиллаштириш чоратадбирлари тўғрисида”ги ПФ-5198-сонли Фармони.
3. Илк ва мактабгача ёшдаги болалар ривожланишига қўйиладиган давлат талаблари”. Т.: 2018
4. К.Низомова. “6 ёшли болаларни мактабга тайёрлаш ва мактабга мослашувини ўрганиш.” Т.: 2006.
5. Ишмухамедов Р.Ж., Юлдашев М. Таълим ва тарбияда инновацион педагогик технологиялар.– Т.: “Ниҳол” нашриёти, 2016.
6. Goncharova O. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish O‘z.Dav JTI, 2005 y
7. Abdullayevich, Ziyayev Abduraxmon. "THE EFFECTIVENESS AND METHODS OF DEVELOPING THE TECHNIQUE OF PLAYING YOUNG BASKETBALL PLAYERS THROUGH SPECIAL EXERCISES." ASIA PACIFIC JOURNAL OF MARKETING & MANAGEMENT REVIEW ISSN: 2319-2836 Impact Factor: 7.603 11.12 (2022): 123-125.
8. Abdullaevich, Ziyaev Abdurakhmon. "Development of Endurance Qualities of Young Football Players with The Help of Types of Athletics Running." European Journal of Economics, Finance and Business Development 1.9 (2023): 7-12.9. 9.
9. Абдумаликович, Умаров Абдусамат, and Хожимуродова Махлиёхон Кенжавой кизи. 2022. “Феноменологическое Поле Гендерной Идентичности Спортсменок”. Central Asian Journal of Literature, Philosophy and Culture 3 (12), 15-18. <https://cajipc.centralasianstudies.org/index.php/>
10. JISMONIY FAOLLIKNING INSON RUHIYATIGA VA SHAXS KOMPETENSIYASIGA TA’SIRI: 10.53885/edinres. 2022.97. 51.132 МК Хожимуродова Қо ‘қон давлат педагогика институти Jismoniy madaniyat metodikasi kafedrasi stajyor-o ‘qituvchisi