

TA'LIM TIZIMIDA KURASH SPORTINING TARIXIY TARAQQIYOTI VA UNING TUTGAN O'RNI

Uralova Umida Tohir qizi
CHDPU 2 bosqich talabasi

Kurashga oid taalluqli ko'plab arxeologik topilmalar va tarixiy qo'lyozmalar mavjud. Bundan 5 ming yil ilgari davrga mansub qadimgi Mesopotamiya hududidan topilgan haykalchada belbog'li kurash usulida musobaqalashayotgan polvonlar tasvirlangan. Xitoyning qadimgi «Tan-shu» qo'lyozmasida Farg'ona vodiysida to'ylar, sayllar Kurash musobaqalarisiz o'tmasligi yozilgan. Ahmad Polvon, Xo'ja polvon va shu kabi Kurashning ana shu turida shuhrat qozonishgan (19-asr oxiri - 20-asr boshi). Chorizm istilosi va sho'rolar davrida o'zbek milliy Kurashini xalq turmush tarzidan sun'iy ravishda siqib chiqarishga harakat qilindi. 20-asrning 90-yillari oxiriga kelib bu urinishlarga barham berildi.

Prezidentimizning 2017 yil 2 oktabrdagi «Kurash» milliy sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi tarixiy Qarorida so'nggi yillarda erishilgan natijalar bilan birga mazkur sport turining yanada rivojlanishiga to'sqinlik qilayotgan kamchiliklar, ularni bartaraf etish, kurashni aholi, ayniqsa, voyaga yetmaganlar, yoshlar o'rtasida yanada rivojlantirish hamda ommalashtirish, o'sib kelayotgan avlodda milliy iftixor va vatanparvarlik tuyg'usini mustahkamlash, shuningdek, jamiyatda sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, jahon sport maydonida yuqori natijalarga erishishni ta'minlash bo'yicha qator vazifalar belgilab qo'yildi.

Kurash tushuvchilar 14x14 m dan 16x16 m gacha bo'lgan, chetroq qismi qizil rangli «xavfli chiziq» bilan belgilangan ko'k-yashil tusli kurash gilamida tik turgan holatda bellashadilar. G'olib ishlatilgan usullar va maydondagi hatti-harakatlariga qo'yiladigan baholarga qarab aniqlanadi. Kurashda bo'g'ish, raqibga og'riq beruvchi usullar qo'llashga ruxsat etilmaydi, kurashuvchilarning biri ko'k, ikkinchisi yashil rangli yaktak (ayollar yaktak ichidan oq rangli futbolka) kiyadi, beliga eni 4-5 sm li (belbog') bog'lanadi, erkaklar 60, 66, 73, 81, 90, 100 kg va 100 kg dan ziyod, ayollar 48, 52, 57, 63, 70, 78, 78 va 87 kg dan ziyod vazn toifalarida kurashadilar (bolalar, o'smirlar, o'spirinlar, yoshi ulug'lar va qizlar musobaqalarida ham yosh xususiyatlari hisobga olingan holda vazn toifalari belgilanadi).

Ishlatilgan usullarga bajarilishiga mos ravishda «chala», «yonbosh», «halol» baholari, qoidaga zid harakatlarga esa «tanbeh», «dakki», «g'irrom» jazolari beriladi. Kurashuvchi «halol» bahosini olsa (yoki raqibi «g'irrom» bilan jazolansa) bu uning g'alabasini bildiradi. Ikki bor «yonbosh» bahosini olish (yoki raqibining ikki bor

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

«dakki» deya jazolanishi) ham g'alabani anglatadi. «Chala» baholari hisobga olib borilib, baho olgan kurashchiga g'alaba beriladi, kurashchilarning baho va jazolari soni teng holatda baho ustunlikka ega bo'ladi, jazolar soni teng bo'lsa oxirgi jazo olgan mag'lub hisoblanadi.

Yoshlarni ma'naviy-axloqiy tarbiyalashda xalqning boy madaniy-tarixiy an'analariga, urf - odatlari hamda umumbashariy qadriyatlariga asoslangan samarali tashkiliy-pedagogik shakl va vositalari ishlab chiqilib amaliyotga joriy etish kerakligi ko'rsatilgan. Shuning uchun xam bugun mamlakatimizning barcha ta'lim muassasalarida: bog'cha, umumta'lim maktablarida, litsey, kollejlarda, Oliy ta'lim muassasalarida, BO'SM, IOZMI, oliy sport maxorati maktablarida kurashni o'rgatish, yuksak sport san'ati maxoratiga erishish va uni yanada rivojlantirishga katta e'tibor berilmokda

Kurashning tarixi olis o'tmishga borib taqaladi. Kurash asrlar mobaynida mardlik, insoniylik falsafasini targ'ib qilib kelgan. Kurash qoidalarida mardlik, halollik, to'g'rilik, g'oliblik va mag'lubliyatni tan olish, gilamni, raqibni, murabbiylarni, tomashabinlarni, hakamlarni hurmat qilish kabi sport etikasi va falsafasi singdirilgan sport turi xamdir.

Kurashning shaxs tarbiyasidagi o'rni, uning pedagogik ahamiyati yuqori darajada. Mazkur fikrlarni to'laqonli tasdiqlash uchun kurash qoidalarida nazarda tutilgan holatlarni tavsiflash o'rinli.

Kurash sport turi or-nomus halollik, vatanparvarlik, oliyjanblik, bag'rikenglik, kabi xalqimizga xos fazilatlarini o'zida mujassam etgani bilan alohida ahamiyatlidir. KXA va unga a'zo Osiyo, Okeaniya, Yevropa, Afrika, Panamerika Kurash konfederatsiyalari tomonidan kurash bo'yicha jaxon va qit'a chemionatlari, xalqaro turnirlar yuksak saviyada tashkil etilmoqda. Bu milliy sportimiz an'alarini dunyo bo'ylab tobora keng targ'ib etishida muhim ahamiyat kasb etmoqda.

Kurash, albatta, ikki kishining o'zaro kuch sinashi, biri ikkinchisini yengish uchun qiladigan harakatlarga emas, buning o'z falsafasi, mazmuni, mohiyati bor. Unga mardonavorlik xos, u polvonni, yengishi, yengilishidan qat'iy nazar, hurmat qiladigan sport turidir.

Kurash g'oyalari va tamoyillari adolatli bo'lganligi uchun ham insondagi his-tuyg'uni yuqori darajaga ko'taradi. Kurash xalqimizning qonida, irsiyatida mujassam bo'lganligi tufayli shaxs ma'naviy tarbiyasiga bevosita aloqador.

Kurash ko'proq kuch emas, aqliy salohiyat, ma'naviy qarashlar majmui ekanini shundan bilish mumkin-ki, polvonlar jamiyatda og'ir-bosiqlik, tantilik timsoli, shunga sodiq bo'lishga intiladi. O'zbek tilida "polvon" so'zi har doim tantilik, mardlik,

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

jumardlik kabi soʻzlarning sinonimi boʻlib kelgan.

Kurash orqali jahon sport maydonlarida oʻzbek soʻzlari jaranglayotgani haqida koʻp aytiladi. Asosiysi, ushbu soʻzlar ifodalaydigan maʼnoda. Kurashda polvon olishi mumkin boʻlgan eng yuqori baho - "Halol". Kurashimiz kadimdan yoshlarimizni xar tomonlama maʼnaviy va jismoniy rivojlanishini taʼminlab kelgan boʻlsa, endi 130 dan ortik mamlakat yoshlarini xar tomonlama maʼnaviy, ilmiy, falsafiy va jismoniy rivojlanishlariga xizmat qilib kelmokda.

- (Oʻtkazilgan tadqiqodlarga koʻra shunday xulosalarga kelindi:
- (Kurash qoidalari va falsafasi insonparvarlik gʻoyalariga asoslangan;
- (Kurash eng samarali va namunali tarbiya vositasi;
- (Kurashning mardlik, jasurlik, halollik, kamtarlikni talab etadigan sport turi;
- (Kurash sportchidan jismoniy jixatdan oʻta darajada yetuklikni talab etadi;
- (Kurash sportchidan manaviy barkamollikni talab etadi;
- (Kurash falsafasi, mohiyati va uning jozibasi butun dunyoga oʻrgatishni talab etadi;
- (Kurash sporti shaxs maʼnaviy tarbiyasiga bevosita aloqadorlikni talab etadi;
- (Kurash texnikasi va falsafasi avlodan-avlodga bekamu koʻst oʻtib keluvchi sport turi ekanligini ;
- Olib borilgan tadqiqodlarga tayanib quyidagi tavsiyalarni berish mumkin:
- (Jismoniy tarbiya va sport sohasida tayyorlanadigan mutaxassislariga kurash usullari va uning tarbiyaviy xususiyatlarini singdirish;
- (Kurashni maktab, akademik litsey, Oliy oʻquv yurtlari talabalari jismoniy tarbiyasiga yanada koʻproq tadbiq etish;
- (Kurashning tarbiyaviy va falsafiy jixatlarini chuqur oʻrganish;
- (Talim tarbiya jarayonida kurash sport turini ilmiy – nazariy taxlil etish;
- (Kurashimiz kadimdan yoshlarimizni xar tomonlama maʼnaviy va jismoniy rivojlanishini taʼminlab kelgan

Jismoniy madaniyat tizimini yanada takomillashtirish, uni jaxon andozalariga yakinlashtirish orqali milliy sporti turmiz kurash - Osiyo, jaxon, olimpiya oʻyinlari sari odimlab yuksak pogʻonalarga koʻtarilmoqda.

Kurash sport turi boʻlishi bilan birgalikda inson manaviy –axloqiy tarbiya vositasi xamdir. Taʼlim-tarbiya, sport musobaqalari jarayonlarida yoshlarga kurash millatimizning faxri, iftixori ekanligini, uning shaxsni xar tomonlama maʼnaviy, jismoniy uygun rivojlantirishda tutgan oʻrni va ilmiy maʼlumotlardan keng foydalanish maksadga muvofik xisoblanadi.

ADABIYOTLAR RO‘YXATI

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Kurash Milliy sport turini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risi”da Qarori. 2017 yil 2 oktabr.
2. F.Q.Axmedov, A.R.Abdulaxatov. O‘zbek kurashi milliy va umuminsoniy qadriyatlar durdonasi. T. 2017 yil.
3. Abdullabdullaev, R. "BASES OF SCIENTIFIC AND TECHNOLOGICAL SUPPORT OF THE PROCESS OF FORMATION OF SPECIAL TOURIST KNOWLEDGE, ABILITIES AND SKILLS." *Science and innovation* 2.B3 (2023): 122-123.
4. Жураев, Вохиджон Мухаммедович. "СПОРЧИЛАРНИНГ ДАЪВОГАРЛИК ДАРАЖАСИ ВА ИРОДАВИЙ СИФАТЛАРИНИНГ ПСИХОЛГИК ХУСУСИЯТЛАРИ." *Academic research in educational sciences* 4.TMA Conference (2023): 894-900.
5. Abdullayev, Rustam. "The Process Of Quality Education-As A Mechanical Combination Of Teaching And Learning Processes." *Procedia of Social Sciences and Humanities* 4 (2022): 57-59.
6. Abdullayev, Rustam. "INDICATORS OF CRITERIA FOR EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF FORENSIC SUPPORT FOR THE INSPECTION OF THE SCENE." *ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В СОВРЕМЕННОЙ НАУКЕ*. 2022.
7. Араббоев, К. Т., and Е. Я. Михайлова. "ОБОСНОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИЙ ИНТЕГРИРОВАННОГО МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ." *Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi* 7 (2023): 753-757. 945825205
8. Mukhammedovich, Juraev Vohidjon. "Psychological Features of Competitive Motivation of Athletes." *Central asian journal of literature, philosophy and culture* 3.11 (2022): 312-314.