

KURASH MILIY SPORT TURI HAMDA UNING TURLARI.

Usmonov Sherzod Baxtiyorovich

QDPI Jismoniy madaniyat fakulteti tyutori

Ahmadjonov Abduraxmon

QDPI Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi.

ANNOTATSIYA

Maqolada kurash miliy sport turi hamda uning turlari to'g'risida keng qamrovli ma'lumotlar keltirilgan.

Kalit so'zlar: Kurash, sport, polvonlar, kurashish, kurash qoidalari, jismoniy tarbiya.

АННОТАЦИЯ

В статье содержится обширная информация о национальном виде борьбы и ее видах.

Ключевые слова: Борьба, спорт, борцы, борьба, правила борьбы, физическое воспитание.

Kurash insonni kuchli, ephil, chidamli va irodali qilib tarbiyalash vositalaridan biri hisoblanadi. Shifokorlar nazorati ostida 12 yoshdan Kurash bilan shug'ullanishga ruxsat etiladi. Kurash azaldan o'zbek turmush tarzining uzviy qismi bo'lganligini arxeologik topilmalar, tarixiy qo'lyozmalar tasdiqlaydi. Qadimgi Baqtriya (O'zbekiston janubiy) hududidan topilgan jez davriga oid silindrsimon sopol idishda ikki polvon va ulardan biri ikkinchisini chalayotgani tasvirlangan. Shu davrga mansub boshqa arxeologik topilmada esa polvonlarning Kurash usullarini namoyish qilayotgani aks ettirilgan. Bu noyob topilmalar miloddan 1,5 ming yil ilgari ham Kurash ajdodlarimiz turmush tarzining bir qismi bo'lganidan dalolat beradi. Yunon yozuvchisi Klavdiy Elian (2-3-asr) va boshqa tarixiy shaxslarning yozishicha, shu hududda umr kechirgan sak qabilasi qizlari o'zlariga kuyovni yigitlar bilan kurashib tanlaganlar. Keyinchalik qizlar kuyovni shart ko'yish yo'li bilan aniqlashgan va bu shartda Kurash musobaqasi bo'lgan. Bunga o'zbek xalq qahramonlik dostoni - «Alpomish»dagi Barchin shartlarini misol qilib ko'rsatish mumkin. Ibn Sino «Tib qonunlari» asarida yozgan: «Kurashning turlari ham bor Ulardan biri ikki kurashuvchining biri o'z raqibining belbog'idan ushlab o'ziga tortadi, shu bilan birga o'z raqibidan qutulishning chorasini qiladi...». Bu ta'rif zamonaviy Kurash qoidalariga yaqindir. Shuningdek, Mahmud Koshg'ariyning «Devonu lug'otit turk», Alisher Navoiyning «Hamsa», «Holoti Pahlavon Muhammad», Zayniddin Vosifiyning «Badoye' ul-vaqoye'», Husayn Voiz Koshifiyning «Futuvvat-nomai sultoni»,

Zahiriddin Muhammad Boburning «Boburnoma» asarida Kurash hakida qimmatli ma'lumotlar bor. 9-16-asrlarda Kurash xalq o'rtasida keng ommalashgan. Shu davrda Pahlavon Mahmud, Sodiq polvon qabilar Kurash dovrug'ini oshirishgan. O'zbek xalq yakka kurashining belbog'li kurash deb nomlangan turi ham bor. Unga ham 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. 1991 yilda kurashchilar sulolasi vakili, bir necha Kurash turlari bo'yicha xalqaro miqyosda sport ustasi Komil Yusupov o'zbekcha Kurashning xalqaro andozalarga moslangan quyidagi qoidalarini ishlab chikdi: 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, belga eni 4-5 sm li tasma (belbog') bog'lanadi, erkaqlar 60, 66, 73, 81, 90, 100 kg va 100 kg dan ziyod, ayollar 48, 52, 57, 63, 70, 78, va 78 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). Xalqaro kurash assotsiatsiyasi (IKA)ning 2003 yil Toshkentda o'tgan kongressi har bir uchrashuvning qizg'in bo'lishini ta'minlash maqsadida rasmiy musobaqalarda bellashuv vaqtini 3 minut qilib belgiladi. 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 «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, agar barchasi teng (yoki baho va jazo olinmagan) bo'lsa, g'olib hakamlarning ko'pchilik ovozigacha ko'ra e'lon qilinadi. 1992 yilda O'zbekistonda kurash federatsiyasi, 2001 yilda O'zbekistonda belbog'li kurash federatsiyasi tuzildi.

1998 yil sentyabrda Toshkentda 28 davlat (AQSh, Boliviya, Buyuk Britaniya, Gollan diya, Rossiya, O'zbekiston, Yaponiya va h.k.) vakillari Xalqaro kurash assotsiatsiyasi (IKA) muassislari bo'lishdi va shu munosabat bilan bu yerda o'zbekcha Kurash bo'yicha yirik xalqaro musobaqa o'tkazildi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining «Xalqaro kurash assotsiatsiyasini qo'llab-quvvatlash to'g'risida»gi farmoni (1999 yil 1 fevral) o'zbek milliy Kurashining yanada rivojlanishiga turtki bo'ldi. O'sha yili Toshkentda o'zbekcha Kurash bo'yicha birinchi jahon chempionati, Rossiyaning Bryansk shahrida ayollar o'rtasida xalqaro musobaqa bo'lib o'tdi. IKA qoshida Xalqaro Kurash akademiyasi, Butun jahon Kurashni rivojlantirish jamg'armasi tuzildi, assotsiatsiya muassisligida «Kurash» jurnali ta'sis qilindi. Adabiy-badiiy, ijtimoiy-publitsistik, axborot-reklama yo'nalishidagi bu jurnal Toshkentda 1999 yil oktyabr oyidan buyon nashr etiladi. 2000 yil O'zbekistonda Kurash oyligi o'tkazildi. Bu oylik davomida 2 millionga yaqin kishi Kurash gilamiga chiqdi. [6] Buyuk Britaniyada IKA faxriy prezidenti Islom Karimov nomidagi an'anaviy xalqaro musobaqaga asos solindi. 2001 yildan Xalqaro Kurash intituti (Toshkentda) faoliyat ko'rsata boshladi. IKA ga 66 ta milliy federatsiya a'zo bo'lib kirdi (2003). Yevropa, Osiyo, Panamerika va Okeaniya Kurash konfederatsiyalari tuzildi. Hozirgi paytda o'zbekcha Kurash bilan xorijiy mamlakatlarda 600 mingdan ziyod kishi shug'ullanadi. Kurashning bu turi bo'yicha jahon, qita va mamlakatlar chempionatlari hamda birinchiliklari, O'zbekistonda at-Termiziy, Pahlavon Mahmud xotirasiga bag'ishlangan va boshqa ko'plab xalqaro musobaqalar muntazam o'tkaziladi. Hozirgi vaqtda O'zbekistonda 22 ta olimpiada o'rinbosarlari maktabi, 37 ta bolalar-o'smirlar sport maktabi va 206 ta Kurash maktabida sportning bu turi bo'yicha o'quvchilarga tahsil beriladi. Oliy o'quv yurtlarida 100 dan ortiq Kurash to'garaklari faoliyat ko'rsatadi. Kurashchilar bilan 851 nafar murabbiy shug'ullanadi (2003). [5] Osiyo olimpiya kengashi 2003 yilda Kurashning bu turini Osiyo o'yinlari dasturiga kiritdi. Kurash bo'yicha o'tkazilidigan jahon chempionatlarida Bahrom Anazov, Isoq Axmedov, Maxtumquli Mahmudov, Kamol Murodov, Toshtemir Muhammadiyev, Akobir Qurbonov (O'zbekiston), Kubashxonim Elknur, Selim Totar o'g'li (Turkiya), Aleksandr Katsuragi, Karlos Xonorato (Braziliya), Pavel Melananets (Polsha), Xiroyoshi Kashimoto (Yaponiya) va boshqalar g'olib chiqdilar va sovrindor bo'ldilar. Kurash — sport turi, belgilangan qoidaga muvofiq ikki sportchining yakkama-yakka olishuvi. Kurashish san'ati ko'p xalqlarda qadim zamonlardan buyon ma'lum. Kurash ayniqsa Yunonistonda keng tarqalib, qadimgi olimpiada musobaqalaridan doimiy o'rin olib kelgan. Milliy kurashning xilma-xil ko'rinishlari Gretsiya, Italiya, Yaponiya, Turkiya, Eron, Afg'oniston, Rossiya, O'zbekiston, Gruziya, Armaniston, Ozarbayjon, Qozog'iston va boshqa mamlakatlarda mavjud.

Kurash azaldan o'zbek turmush tarzining uzviy qismi bo'lganligini arxeologik topilmalar, tarixiy qo'lyozmalar tasdiqlaydi. Qadimgi Baqtriya (O'zbekiston janubi) hududidan topilgan jez davriga oid silindrsimon sopol idishda ikki polvon va ulardan biri ikkinchisini chalayotgani tasvirlangan. Shu davrga mansub boshqa arxeologik topilmada esa polvonlarning Kurash usullarini namoyish qilayotgani aks ettirilgan. Bu noyob topilmalar miloddan 1,5 ming yil ilgari ham kurash ajdodlarimiz turmush tarzining bir qismi bo'lganidan dalolat beradi. [4] Yunon yozuvchisi Klavdiy Elian (II-III asr) va boshqa tarixiy shaxslarning yozishicha, shu hududda umr kechirgan sak qabilasi qizlari o'zlariga kuyovni yigitlar bilan kurashib tanlaganlar. Keyinchalik qizlar kuyovni shart ko'yish yo'li bilan aniqlash. 1991-yilda kurashchilar sulolasi vakili, bir necha Kurash turlari bo'yicha xalqaro miqyosda sport ustasi Komil Yusupov o'zbekcha Kurashning xalqaro andozalarga moslangan quyidagi qoidalarini ishlab chikdi: Kurash tushuvchilar 14 x 14 m dan 16x 16 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 xatti-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, belga eni 4—5 sm li tasma (belbog') bog'lanadi, erkaqlar 60, 66, 73, 81, 90, 100 kg va 100 kg dan ziyod, ayollar 48, 52, 57, 63, 70, 78, va 78 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). Xalqaro kurash assotsiatsiyasi (1KA)ning 2003-yil Toshkentda o'tgan kongressi har bir uchrashuvning qizg'in bo'lishini ta'minlash maqsadida rasmiy musobaqalarda bellashuv vaqtini 3 min. qilib belgiladi. 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 „dakki“ deya jazolanishi) ham g'alabani anglatadi. „Chala“ baholari hisobga olib boriladi va h. k. [3] Bahrlar tengligida oxirgi baho olgan kurash-chiga 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, agar barchasi teng (yoki baho va jazo olinmagan) bo'lsa, g'olib hakamlarning ko'pchilik ovozigga ko'ra e'lon qilinadi. 1992-yilda O'zbekistonda kurash federatsiyasi, 2001-yilda O'zbekistonda belbog'li kurash federatsiyasi tuzildi. 1998-yil sentabrda Toshkentda 28 davlat (AQSH, Boliviya, Buyuk Britaniya, Gollandiya, Rossiya, O'zbekiston, Yaponiya va h.k.) vakillari Xalqaro kurash assotsiatsiyasi (IKA) muassislari bo'lishdi va shu

munosabat bilan bu yerda o'zbekcha Kurash bo'yicha yirik xalqaro musobaqa o'tkazildi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining „Xalqaro kurash assotsiatsiyasini qo'llab-quvvatlash to'g'risida“gi farmoni (1999-yil 1 fevral) o'zbek milliy Kurashining yavada rivojlanishiga turtki bo'ldi. O'sha yili Toshkentda o'zbekcha Kurash bo'yicha birinchi jahon chempionati, Rossiyaning Bryansk shahrida ayollar o'rtasida xalqaro musobaqa bo'lib o'tdi.

Vaqt o'tishi bilan kurash zamonaviy O'zbekiston hududida istiqomat qiluvchi aholining eng sevimli va ardoqli an'analaridan biriga aylandi. Respublika hukumati 70 yil totalitar tuzum davrida oyoq-osti qilingan o'zbek xalqining milliy qadriyatlari va an'analarini qayta tiklashni o'z oldiga maqsad qilib qo'ydi. Milliy sport turi hisoblanmish kurashni qayta tiklash davlat siyosatining ustuvor yo'nalishlardan biri sifatida belgilandi. 1992-yilda K.Yusupov O'zbekiston Respublikasi prezidenti qabulida bo'ldi. Bo'lib o'tgan suhbat chog'ida o'zbek kurashini nafaqat ona diyorumizda, balki chet ellarda ham rivojlantirish masalalari muhokama etildi. Kurashni haqiqiy xalqaro sport turiga aylantirish, keyinchalik esa olimpiada o'yinlari dasturiga kiritish eng asosiy maqsad bo'lib qolmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

- 1.F.A.Kerimov. Sport kurashi nazariyasi va usuliyoti. Toshkent 2001. [1]
- 2.N.X.Azizov. Belbog'li turkiston kurashi. Toshkent: O'qituvchi 1998.[2]
- 3.A.Atoev. Yosh o'smirlar o'zbek kurashini o'rgatish uslubi. Toshkent«O'qituvchi» 2005.[3]
- 4.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
- 5.Mukhammedovich, Juraev Vohidjon. "Psychological Features of Competitive Motivation of Athletes." Central asian journal of literature, philosophy and culture 3.11 (2022): 312-314.
- 6.Tokhirzhonovich, Arabboev Kakhramon. "The effect of physical activity on the body of schoolchildren in physical education lessons." Galaxy International Interdisciplinary Research Journal 11.12 (2023): 112-115.
- 7.Tohirjonovich, Arabboyev Qahramon. "THE ROLE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN STUDENT ACTIVITY AND LIFESTYLE." INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.09 (2023): 58-63.

8. Jurayev, Vohidjon. "SPORTCHINING FAOLIYAT SAMARADORLIGIDA DA'VOGARLIK DARAJASI AHAMIYATINI EMPIRIK NATIJALARI TAHLILI." *Science and innovation in the education system* 2.7 (2023): 106-112.

9. Араббоев, Қ. Т. "Жисмоний тарбия дарсларида талабалар ўқув-спорт фаоллигини оширишда шахсга йўналтирилган таълим турларининг ўрни." *Фан-спортга Учредители: Узбекский государственный университет физической культуры и спорта* 6: 68-71.

10. Muratova, Gulnara Rashitovna. "PEDAGOGICAL TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS BASED ON THE POSSIBILITY OF AEROBICS." *INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION"*. Vol. 3. No. 1. 2024.

11. Rashitovna, Muratova Gulnara, and Atadjanov Asadbek Baxtiyor o'g'li. "IMPLEMENTATION OF NEW TECHNOLOGIES IN THE AEROBICS PROGRAM FOR FEMALE STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 13.01 (2024): 38-41.

12. Muratova, G. R. "MODERN REQUIREMENTS FOR THE CREATION OF EDUCATIONAL PUBLICATIONS ON PHYSICAL EDUCATION FOR SECONDARY SCHOOLS." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.5 (2023): 1-4.

13. Муратова, КГПИ Г. "АКТИВИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ ПУТЁМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОРЕВНОВАТЕЛЬНО-ИГРОВОГО МЕТОДА." *Science Promotion* 4.1 (2023): 24-29.

14. Makhmudovich, Gafurov Abdushokir, Gafurov Abduvohid Makhmudovich, and Yuldasheva Jamilakhan Mukhtorovna. "The role of gymnastics in the educational process." *Open Access Repository* 8.12 (2022): 5-8.

15. Mukhtorovna, Yuldasheva Jamilakhan. "EFFECTIVE WAYS OF MANAGING THE DEVELOPMENT OF ENTREPRENEURSHIP IN THE FIELD OF SPORTS." *Open Access Repository* 8.12 (2022): 693-697.

16. Mukhtarovna, Yuldasheva Jamilakhan, Melikhujayeva Noilakhan, and Mirzarahimova Muhtasarkhan. "THE PECULIARITY OF TAKING GYMNASTICS CLASSES WITH STUDENT GIRLS." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 12.03 (2023): 47-51.

17. Umarov, Abdusamat Abdumalikovich, and Zulxumor Urinboyevna Umarova.

"Talaba-yoshlarni jismoniy sifatlarini rivojlantirishda milliy va harakatli o'yinlarning o'rni." Scientific progress 4.1 (2023): 260-265.

18. Умаров, А. А., Умарова З. У. (2023). СПОРТ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА: ИНСТИТУЦИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД. МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ВРЕМЯ НАУЧНОГО ПРОГРЕССА», 2 (2), 46–52. Получено с <http://academicresearch.ru/index.php/ispctosp/article/view/1264>.

19. Umarov, A. A., and L. I. Kutyanin. "New defoliants: search, properties, application." Chemistry (2000).

20. Khatamov, Zafarjon. "METHODOLOGICAL JUSTIFICATION OF THE MAIN DIRECTIONS OF

21. Nazirjonovich, Khatamov IMPROVING PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS." Namangan davlat universiteti Ilmiy axborotnomasi 6 (2023): 811-818.

