

JDPU o`qituvchisi B.X.Jumadurdiyev

JDPU o`qituvchisi A.X.Komilov

KURASH TURLARINING PAYDO BO`LISHI VA TARIXIY MANBALARI

Annotatsiya. Maqolada kurash turlarining paydo bo`lishi, tarixiy manbalari, taniqli sportchilar, Osiyo, Jaxon hamda Olimpiada o`yinlari sovrindorlari va g`oliblari, kurash turlarining texnik tayyorgarligi, jismoniy tayyorgarligi, jismoniy sifatlarini rivojlantirish yo`llari haqida hamda sportchilar sog`ligi darajasi va ular organizmi turli tizimlarning funksional imkoniyatlarini oshirish yo`llari, texnik tayyorgarlikni kurash turlarining o`ziga xos xususiyatiga javob beradigan birlikda rivojlantirishi haqida so`z boradi.

Kalit so`zlar: Dzyudo, Sambo, Yunon-rum, Erkin kurash, yumshoq yo`l, quolsiz o`z-o`zini himoya qilish, Texnika, taktika, mahorat, izlanish, barqarorlashtirish, moslashishni takomillashtirish, chalishlar, qoqishlar, ilishlar, oldindan ilib otishlar, orqadan ilib otishlar, rivojlantirish, ko`p yillik tayyorgarlik.

JDPU teacher B.X.Jumadurdiyev

JDPU teacher A.X.Komilov

EMERGENCE AND HISTORICAL SOURCES OF TYPES OF STRUGGLE

Annotation. The article will talk about the emergence of wrestling types, historical sources, famous athletes, winners and winners of the Asian, Jaxon and Olympic Games, about the technical training of wrestling types, physical fitness, ways of developing their physical qualities, and about the level of health of athletes and ways in which their organism increases the functional capabilities of various systems, the development of technical

Keywords: Judo, Sambo, Greco-Roman, freestyle wrestling, soft track, unarmed self-defense, technique, tactics, skill, exploration, stabilization, improvement of adaptation, playing, hooks, hooks, pre-hook shots, back-hook shots, development, years of preparation.

Tarixiy manbalarga asoslanib qarajak, kurash eng qadimiy, ommabop va O'rta Osiyo, Turkiston, O'zbekistonda xalq o'yinlari sifatida keng tarqalgan sport turlaridan biri hisoblanadi. O.E.Toshmurodov va A.D.Ashurovlarning yozishlaricha, "O'zbek sporti va kurash maktabining muvaffaqiyati barcha respublikalarda milliy kurash turlari: o'zbekcha kurash, gruzincha chidaoba, qirg'izcha, moldavancha va boshqalarning keng rivojlanganligi bilan belgilanadi. Milliy kurashning turlari 40 dan ko'proq. O'zbekistonda yunon – rum kurashi va erkin kurash, sambo, dzyu-do, karate bilan bir qatorda o'zbek milliy kurashi ham mamlakatimizda keng rivojlanib bormoqda" F.A.Kerimovning yozishicha, respublikamizda dzyu-do, sambo, yunon-rum, erkin kurash va kurash keng qo'llanilmoqda.

Dzyudo – "yumshoq yo'l" ma'nosini anglatib, u yaponcha djiu - djitsu kurashining asosi hisoblanadi. Tana va ruh uyg'unlashuvi ish olib borgan doktor Dzigaro Kano kurash usullari ichidan xavfli ushlar va zarbalarni chiqarib tashlab yangi kurash turi dzyu-doga asos soldi. Bunda eng asosiysi kuch hisoblanmay kurashchining yuqori mahorati va o'tkirlashtirilgan texnikasi ustunlik qiladi. Dastlab Yaponiyada bo'lib o'tgan chempionatdan dunyo mamlakatlari Yevropa (Parijda), Braziliyada, Germaniya (Myunxen)da so'ngra O'zbekistonda ham paydo bo'ldi. Shu tariqa o'zbek dzyu-dochilari xalqaro maydonlarda ishtirok etdilar hamda yaxshi natijalarni qo'lga kiritdilar. Jumladan, o'zbekistonlik Armen Bagdasarov 1996 -yildagi Olimpiya o'yinlarining kumush medalini, F.To'rayev esa 1999-yilda o'tkazilgan jahon chempionatida faxrli 2-o'rinni egalladi. Mustaqillik yillarida ikki karra jahon birinchiligi g'olibi, uch karra Olimpiya o'yinlari bronza medali sovrindori Rishod Sobirov, Olimpiya o'yinlari kumush medali sovrindori Abdulla Tangriyev, bronza medali sovrindorlari D.O'razboyev,

D.Babanov, M.To`raboyev, A.Yusupovlardir. O`zbekiston tarixida birinchi bor ayol dzyudochimiz Diyora Keldiyorova Olimpiya o`yinlari oltin medal soxibasi bo`lgani bunga yaqqol misol bo`ladi.

Sambo kurashi - bu kurash turiga Rossiyada asos solindi. Bu kurash texnik taktik xarakterga ko`ra dzyu-doga yaqindir. F.A.Kerimovning yozishicha, V.S.Otchenkov Yaponiyadagi dzyu-do kurashi maktabi "Kadokan"da bo`lib, 1931-yilda Moskva davlat jismoniy tarbiya institutida sambo kurashiga asos soldi. U dastlab kurashchilarning kiyimlarini, sport oyoq kiyimini, texnik xarakterlarni o`zgartirdi. Sambo kurashiga tashlashlar, oyoqlardan ushlab yiqitish va oyoqlarga og`riq beruvchi usullarini kiritdi va bo`g`ib ushlab olish usullarini bekor qildi. Sambo kurash turi sifatida 1938 -yilda tan olindi. 1947- yilda sambo quolsiz o`z-o`zini himoya qilish (samozashita bez orujiya) nomi bilan mazkur kurash turi atala boshlandi va u jahonning bir qator mamlakatlari- Mongoliya, Yaponiya, Angliya, AQSh, Bolgariya, Ispaniya, Italiyada katta qiziqish uyg`otdi. Sambo bo`yicha jahon chempionati 1973-yilda Tehronda bo`lib o`tdi. Bu kurash turi ham erkaklar ham ayollar o`rtasida keng tarqaldi. Bu kurash turi o`zbekcha milliy kurashiga yaqin bo`lib O`zbekistonga ham keng tarqaldi va o`zbek sportchilaridan Sayfiddin Hodiyev, Sobir Qurbonov, Bobomurod Fayziyev, Vyacheslav Yelistratovlar sambo kurashi bo`yicha jahon chempionlari bo`ldilar.

Yunon-rum kurashi. Mazkur kurash Yevropa mamlakatlarida, ayniqsa Fransiyada XVIII-XIX asrlarda paydo bo`lib, uning asosini texnik chaqqonlik va go`zallik qamrab olgan. Bu kurash turi dastlab Fransiya keyinchalik Italiya, Shvetsiya, Germaniya, Turkiya, Rossiya mamlakatlarida turli xalqaro musobaqalar o`tkazish bilan boshlanib, xalqaro maydonda tanilib va "Fransuzcha kurash" nomini oldi. Mazkur kurashning qadimgi Yunoniston va qadimgi Rimda rivojlanganligini hisobga olib, "Fransuzcha kurash" aytilgan bo`lsada, unga "yunon-rum" kurashi nomini berdilar. Keyinchalik bu kurash turi ham Olimpiya o`yinlari dasturiga kiritilgan. O`zbek kurashi maktabi tarbiyalanuvchilari mazkur kurash turi bilan yuqori yutuqlarni qo`lga kiritdilar. Shulardan Rustam Kazakov

1969-yildagi jahon chempionati va 1972-yilgi olimpiya o'yini g'olibi, Komil Fotkulin esa jahon chempionati sovrindori bo'ldi. Mustaqillik yillarida Mixail Doktorashvilli Gretsiyada bo'lib o'tgan Olimpiya o'yinlari g'olibi bo'ldi.

Erkin kurash. Tarixiy manbalarning dalolat berishicha, erkin kurash qadimgi Yunonistonda paydo bo'lgan. Chunki yunonlar yoshlarning umumiy jismoniy tayyorgarligiga e'tibor qaratganlar. Shu bois, erkin o'lushuvda kurashchi o'z raqibini safdan chiqarib yuborishi mag'lub bo'lganligi tan oldirishi lozim bo'lgan va bu hol g'alaba mezoni bo'lib xizmat qiladi. XVIII asrda erkin kurash Angliyada keng tarqalgan bunda kurashchilar hujum vositasini erkin tanlaganlar. Keyinchalik Shimoliy Amerikada erkin kurash bilan shug'ullanuvchi to'garaklar paydo bo'lgan va, nihoyat, 1904-yilda AQShda o'tkazilgan olimpiya o'yinlarida erkin kurash musobaqalari Olimpiya o'yinlariga kiritilgan. F.A. Kerimovning yozishicha, VII Olimpiya o'yinlaridan boshlab (Belgiya, 1920 y.) erkin kurash doimiy ravishda Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritdi. Bu Olimpiya o'yinlari turli mamlakatlar erkin kurashchilarining o'z kuchlarini sinab ko'radigan yagona musobaqalar edi. Boshqa hech qanday xalqaro musobaqalar u vaqtda o'tkazilmasdi. Erkin kurash bo'yicha birinchi Yevropa chempionati 1929-yilda Parijda, birinchi jahon chempionati esa 1951-yilda Tokioda o'tkazildi. O'zbekistonlik kurashchilar xalqaro maydonda katta yutuqlarni qo'lga kiritganlar. Bular ikki marta Olimpiya chempionlari, bir necha bor jahon chempionlari Arsen Fadzayev va Maharbek Xadarsev, shuningdek uch karra jahon chempioni Aslan Xadarsevlardir. Shular qatorida E. Abdurahmonov, E.Yusupov, L.Shepilov, A.Xaymovich, R. Ataulin, X. Zangiyev, R. Islamov, A Ochilov, D. Zaharitdinov va R. Xinchagovlar ham katta yutuqlarga erishganlar. Mustaqillik yillarida ikki karra jahon chempioni D. Mansurov, uch karra Olimpiya o'yinlari g'olibi Artur Taymazov, Olimpiya o'yinlari sovrindorlari M. Ibragimov, S. Tigiyev, Osiyo chempioni Ixtiyor Navro'zov, Adham Ochilovlardir.

Kurash. O'zbek kurashi o'z ifodasini tarixiy yodgorliklarda topgan. Kurashda musobaqalar kurashchilar belbog'idan yoki ustki kiyimining biror

joyidan ushlab oyoqlarni chalish, yerga tashlash usulidan foydalanishgan. Musobaqadan oldin uloqtirish, sakrash, kuchni namoyish qilish kabi badan qizitish mashqlari bajarilgan. Hozirgi O'zbekiston sarhadlarida qadimda "Milliy kurash" usuli – ya'ni raqibni belbog'idan ushlab olish amal qilgan. "Milliy" usulda raqibni erkin ushlab olish amal qilgan. Bu kurash 1998-yilda xalqaro kurash assotsatsiyasi Toshkentda tashkil qilingandan so'ng, 1999- yilning 1-2-may kunlarida jahon chempionati o'tkazildi. Akobir Qurbonov 73 kg vaznda, Kamol Murodov 90 kg vaznda, Toshtemir Muhammadiyev o'ta og'ir vaznda chempionlik unvonini qo'lga kiritdilar.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Toshmurodov O. E, Ashurov A.D. Milliy kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. Leksiyalar kursi, -Samarqand. SamDU nashriyoti 2003, 14-bet.
2. Kerimov F. A. Sport kurashi nazariyasi va uslubiyoti. –T.: O'z DJTI nashriyot matbaa bo'imi, 2012, 13-20- betlar.
3. Xolmamatovich.J.B. (2024). Dzyudo mashg'uloti bosqichlari. Synergy: Raqamli tergov intizomlararo jurnali (2995-4827), 2 (2), 5-8.
4. Xolmamatovich,JB, & Bahodir ogli, AS (2023). Bolalarni yengil atletika bilan tarbiyalash uchun individual va guruhli jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini toshkil etish. Innovatsion tadqiqotlar samaraliligini ortalash uchun model va usullari, 3 (28), 170-176.
5. Jumadurdiyev.B.X.(2023). Kurashish san'ati va rivojlanish bosqichlari. Zamonaviy fanlarda joriy yondashuvlar va yangi tadqiqotlar, 2 (2), 101-105.
6. Jumadurdiyev.B.X. (2023). Milliy kurashning paydo bo'lishi, kurash haqida buyuk allomalar, shoh va shoirlarning qarashlari. Экономика и социум, (2 (105)), 135-138.
7. Jumadurdiyev, B.X. (2023). Kurash sportining o'rni va ahamiyati. Евразийский журнал академических исследований, 3(4 Part 2), 113-119.
8. Komilov, A. (2023). Kurashish qoidalari va xususiyatlari, kurashish tartibi. Research Focus International Scientific Journal, 2 (5), 92-95.

9. Komilov, A. (2023). O'zbek kurashi paydo bo'lishi va qoidalari. Евразийский журнал академических исследований, 3(4 Part 2), 120-126.
10. Komilov, A. X. (2022). O'zbek milliy kurashi tarixining o'ziga xos xususiyatlari. Academic research in educational sciences, 3(2), 684-687.