

MILLIY KURASH – MILLIY QADRIYATLAR BO‘LAGI

Saidov G‘olibjon Komilovich

Buxoro davlat universitetining Pedagogika instituti

«Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti» kafedrası o'qıtuvchısı

Ayni paytda yuqori malakali sportchilar va kurashchilarni tayyorlash har bir murabbiyning sharaflı burchıdır. Jahon sport maydonlarıda xalqaro musobaqalarda O‘zbekiston bayrog‘ını baland ko‘tarib yurıshda yurtımız polvonlarınıng xızmatları beqiyos. Maqolada umumta‘lim maktablarıda milliy kurash bo‘yicha sport musobaqalarını tashkil etish haqıda so‘z boradı..

Kalit so‘zlar: sport turları, milliy kurash, rivojlanish, tarbiya, kurash usulları

В настоящее время задача подготовки высококвалифицированных спортсменов и борцов является почетной обязанностью каждого тренера. Несравненны и заслуги борцов нашей страны в размахивании флагом Узбекистана на международных соревнованиях над мировыми спортивными аренами. В статье говорится об организации спортивных соревнований по национальной борьбе в общеобразовательных школах.

Ключевые слова: спорт, национальная борьба, развитие, воспитание, приемы борьбы.

At present, the task of preparing highly qualified athletes and wrestlers is the honorable duty of every coach. The merits of the wrestlers of our country in waving the flag of Uzbekistan at international competitions over world sports arenas are incomparable. The article refers to the organization of sports competitions in national wrestling in secondary schools.

Keywords: sport, national wrestling, development, education, wrestling techniques.

Yangi O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni ommalashtirish, aholi o‘rtasida sog‘lom turmush tarzini targ‘ib qilish, jismoniy tarbiya va sport sohasida aholi sog‘lig‘ini mustahkamlashga ko‘maklashadigan aniq dasturlarni amaliyotga joriy etish, yoshlarni sportga keng jalb qilish va ular orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish, sport turlari bo‘yicha yuqori natijalarni ta‘minlaydigan mahoratli

sportchilar bilan milliy terma jamoalarni shakllantirish hamda mamlakatning xalqaro sport maydonlarida munosib ishtirok etishini ta'minlash borasida izchil chora-tadbirlar amalga oshirilmoqda

O'zbek xalqi o'zining milliy sport turlari bilan faxrlansa arziydi. Mamlakatimiz rahbariyatining jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda qilayotgan g'amxo'rligi natijasida milliy sport turlarimiz yanada rivojlanib ommaviylashib bormoqda.

O'zbek milliy kurash usullari qadimgi tarixga ega bo'lib, bugungi kunda bu kurash usullari Osiyoni barcha mamlakatlarida hamda bir qator Yevropa xalqlari orasida keng tarqalgan. Kurash usullari, ularni shakllanishi, turlari hamda moxir kurashchilar haqida Sharq mutafakkirlari o'z asarlarida yozib qoldirgan.

Milliy kurash turlari jismoniy barkamol, ma'naviy etuk inson qilib tarbiyalash vositalaridan biri hisoblanadi. Hozirgi kunda mamlakatimizda milliy kurash turlari keng ommaviylashib rivojlanib kelmoqda. Respublikamiz sportchilarmimiz esa Osiyo, Yevropa va jahon birinchiliklarida muvaffaqiyatli ishtirok etib kelmoqdalar.

O'zbekiston milliy kurashi hisoblangan Buxorocha kurash usuli yetuk mutaxassislarni harakatlari ilmiy va uslubiy va amaliy izlanishlari natijasida Xalqaro o'zbek kurash usuliga aylandi. Bu bilan kurash yanada jozibali va zavqli ko'rinishga ega bo'ldi.

Hozirgi kunda milliy kurash usullariga o'rta maktablar, kasb hunar kollejlari, oliy ta'lim tizimi jismoniy tarbiya jarayonida o'rgatilmoqda. Sport maktablarining kurash to'garaklarida mutaxassis sportchilar tayyorlashning pedagogik jarayoni davr talabiga muvofiq takomillashib bormoqda. Malakali sportchi kurashchilar tayyorlash jarayoni ko'p bosqichli va kurashchilardan muntazam jismoniy, texniktaktik va nazariy hamda ma'naviy iroda tayyorgarligi, mashaqqatli mexnat talab etadigan pedagogik jarayon hisoblanadi.

Istiqlol tufayli o'zbek kurashi yer kurrasining barcha qit'alariga kirib borishi, barcha millat va elatlarning o'zbek tilidagi **kurash, halol, to'xta** va boshqa so'zlarining jaranglashi O'zbekiston Respublikasini, o'zbek xalqini butun dunyo hamjamiyati tomonidan tan olinganligining yaqqol na'munasidir. O'zbek

kurashining yoshlar tarbiyasidagi ahamiyatidan kelib chiqib, yoshlarimizning har tomonlama barkamol, sogʻlom, maʼnaviy Yetuk insonlar qilib tarbiyalash maqsadida quyidagi tadbirlarni amalga oshirilishi maqsadga muvofiqdir.

1. Taʼlim muassasalarida kurash mashgʻulotlari darslari soatini koʻpaytirish.
2. Oʻzbek kurashi boʻyicha darslik, oʻquv-uslubiy qoʻllanma va kerakli adabiyotlarni chop ettirilishini jadallashtirish.
3. Oʻzbek kurashi boʻyicha yoshlar oʻrtasida viloyatlar tumanlarida musobaqalarni tashkil etishni koʻpaytirish.
4. Oʻzbek milliy kurash turlari boʻyicha yagona oʻquv trenirovka mashgʻulotlari va musobaqalar oʻtkazish uchun yagona dastur, nizom va darsliklar, qoʻllanmalar yaratish.
5. Oʻzbek milliy kurashi turlarini yoshlar va aholi oʻrtasida ommaviylashtirish uchun muntazam mintaqaviy va xalqaro musobaqalar tashkil etish, televideniya va radiodagi koʻrsatuv, eshittirishlar olib borish, ommaviy matbuotda chiqishlar uyushtirish, gazeta va jurnallarda ilmiy-ommabop maqolalar nashr ettirib borish maqsadga muvofiq.

Kurash boʻyicha oliy toifali murabbiylar, yuqori malakali sportchilar tayyorlash tizimi shakllanib kelmoqda. Kurash sporti bilan olimlarning taʼkidlashicha 10-12 yoshdan shugʻullanish mumkin. Bu yoshda bolalarning ruhiy, axloqiy fazilatlari shakllangan xarakter koʻrinishlari vujudga kelgan boʻladi. Ularning kurash boʻyicha bellashish, malaka va koʻnikmalarini egallashda muhim rol oʻynaydi. Axloqiy fazilatlardan qoʻrqmaslik, botirlik, mardlik, oʻz imkoniyatlarini baholash, rahim-shavqat, izzat va hurmat, qoʻrqinchlarni eng olish qobiliyati va fazilatlari kurash sportida etakchi oʻrinda tutadi. SHunga qaramay boshqa sport turlari kabi kurash ancha yosharib ketgan. Bolalarning jismoniy qobiliyatlari, shaxsiy qiziqishlari hamda ruhiy tayyorgarliklari va shaxsiy xarakterlarining xususiyatlariga muvofiq 6-7 yoshdan xam shugʻullanish mumkin. Bu yoshdagi bolalarning sport mashgʻulotlari, kurash sporti xarakatlarini egallashga hamda jismoniy fazilatlarni rivojlantirishga qaratilgan boʻlishi kerak. Bu yoshdagi kurashchilarni bellashish harakatlari, manikenlarni uloqtirishlar

shakllantirilib va rivojlantiriladi. Kurashchilarning asosiy harakatlari ulotirish mashqlarini egallashga qaratilgan bo‘ladi.

Kurash mashg‘uloti – yosh sportchilarni kurash turlariga xos bo‘lgan mashqlar va harakatlarga o‘rgatishga qaratilgan pedagogik jarayon bo‘lib hisoblanadi. Kurash mashg‘ulotining maqsadi yosh kurashchilarni yuqori malakali sportchi qilib tarbiyalash va kurash turlarida sportdagi eng yuksak natijalarga erishish bilan birga ma’naviy etuk hamda jismonan barkamol inson qilib tarbiyalash hisoblanadi. Kurash mashg‘ulotlarda shug‘ullanuvchilarning sog‘ligini mustahkamlash, jismoniy fazilatlarini rivojlantirish jarayonlari ham muhim vazifalar bo‘lib belgilanadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Ф.С. Фазлиддинов ВИДЫ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ НАГРУЗОК В ФУТБОЛЕ- Web of Scientist: International Scientific Research..., 2022
2. FS Fazliddinov PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ATHLETES- E-Conference Globe, 2021
3. Ф.С. Фазлиддинов ОСОБЕННОСТИ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ В РЕСПУБЛИКЕ УЗБЕКИСТАН- Научный редактор, 2021
4. DZ Safarov, BX Xamroev, MM Mavlonov. Ispolzovanie pedagogicheskix texnologiy v protsesse obucheniya gimnastike - Voprosy nauki i obrazovaniya № 14 (139), 2021
5. Xamroyev B. X, Safarov D. Z. BELBOG ‘LI KURASHCHINING FUNKSIONAL QOBILYATI OSHIRISH YO‘LLARI. «SCIENTIFIC PROGRESS» Scientific Journal ISSN: 2181-1601 // Volume: 1, ISSUE: 6
6. Xamroyev Behruz Xalimovich. DEVELOPING STUDENT’S READINESS TO USE ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE. International Journal of Advanced Research in Management and Social Sciences. Vol. 11 | No. 2 | February 2022
7. Xamroyev Behruz Xalimovich Talabalarining adaptiv jismoniy madaniyat vositalaridan foydalanish tayyorgarligini rivojlantirish."Boshlang‘ich va maktabgacha ta’lim sifati va samaradorligini oshirish muammolari: innovatsiya, raqamli texnologiyalar va xalqaro tajribalar". 13.05.2022
8. Sabirova Nasiba Rasulovna. THE MECHANISM OF IMPROVING THE PRIMARY TRAINING METHODS OF BASKETBALL SPORTS, TRAINING SKILLED BASKETBALL PLAYERS. Web of Scientist: International Scientific

Research Journal . DOI: <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/YMRTH> Published: Feb 28, 2022

9. SN Rasulovna. TOOLS FOR DEVELOPING SPECIAL PHYSICAL TRAINING AND PHYSICAL QUALITIES IN SPORTS GAMES. E-Conference Globe, 2021

10. SN Rasulovna - Web of Scientist: International Scientific Research ..., 2021. STAGES OF MODELING AND AGE INDICATORS IN THE OPTIMIZATION OF THE PROCESS OF SPORTS ACTIVITIES

11. The Importance of Three-Stage Model in Developing the Functional Status of Athletes. SN Rasulovna - International Journal on Economics, Finance and ..., 2021

12. Rasulovna S. N. THE MECHANISM OF IMPROVING THE PRIMARY TRAINING METHODS OF BASKETBALL SPORTS, TRAINING SKILLED BASKETBALL PLAYERS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1085-1091.

13. Abdullaev M. J. Fizkulturno-ozdorovitelnye podkhody v protsesse fizicheskogo vospitaniya studentov vuzov // Sistema menedjmenta kachestva v vuze: zdorove, obrazovannost, konkurentosposobnost. Sb. nauch. tr. VII Mejdunar. nauch.-practice. konf. - 2018. - S. 10-14.

14. Abdullaev M. J. O nekotoryx osobennostyax kinematiki metaniya diska s mesta // Sistema menedjmenta kachestva v vuze: zdorove, obrazovannost, konkurentosposobnost. Sb. nauch. tr. VII Mejdunar. nauch.-practice. konf. - 2018. - S. 7-10.

15. Abdullaev M. J. Characteristics, forms and methods of extracurricular activities with athletes of different ages // European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences Vol. - 2020. - Т. 8. - №. 11.

16. Национальные переживания, связанные с ходом спортивной борьбы НМ Мухитдинова, МЗ Джураева Вестник интегративной психологии, 49-50

17. Healthy lifestyle in perfect generation's upbringing МЗ Джураева Scientific researches for development future, 75-77

18. Charakteristika emotsionalno-volevoy gotovnosti lichnosti k sportivnoy deyatelnosti.