

# CERTIFICATION OF PUBLICATION



## International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology

*(A Monthly Peer Reviewed Journal)*

Website: [www.ijirset.com](http://www.ijirset.com) Email: [ijirset@gmail.com](mailto:ijirset@gmail.com)

This is hereby Awarding this Certificate to

**TILAKOV A.A**

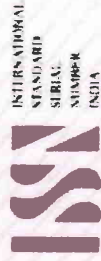
Teacher of the department "Methods of teaching sports", Jizzakh State Pedagogical  
Institute. Uzbekistan

**Published a paper entitled**

**Wrestling is A Spiritual And Valuable Sport**

**in IJIRSET, Volume 11, Issue 4, April 2022**

e-ISSN : 2319-8753  
p-ISSN : 2347-6710



  
**F. Kumar**  
Editor-in-Chief



e-ISSN: 2319-8753 | p-ISSN: 2347-6710

# IJRSET

International Journal of Innovative Research in  
**SCIENCE | ENGINEERING | TECHNOLOGY**



# INTERNATIONAL JOURNAL OF INNOVATIVE RESEARCH

IN SCIENCE | ENGINEERING | TECHNOLOGY

Volume 11, Issue 4, April 2022

**ISSN** INTERNATIONAL  
STANDARD  
SERIAL  
NUMBER  
INDIA

**Impact Factor: 8.118**

9940 572 462

6381 907 438

ijirset@gmail.com

www.ijirset.com

# Wrestling is A Spiritual And Valuable Sport

Tilakov A.A.<sup>1</sup>

Teacher of the department "Methods of teaching sports", Jizzakh State Pedagogical Institute. Uzbekistan.<sup>1</sup>

**Abstract:** The article is about the national sport of wrestling.

**Keywords:** wrestling, national pride, sports education.

## KURASH MA'NAVY VA QADRIYATGA YO'G'RILGAN SPORT

Tilakov A.A.<sup>1</sup>

"Sport turlarini o'qitish" metodikasi kafedrasini o'qituvchisi  
Jizzax davlat pedagogika instituti. Ўзбекистон.<sup>1</sup>

**Annotation:** maqolada milliy sport turi kurash haqida gap borgan.

**Calit so'zlar:** kurash, milliy g'urur, sport turlarini o'qitish.

Milliy qadriyatdan umuminsoniy qadriyatga aylanib bugun jahon nigohini o'ziga mahliyo etgan kurash ma'naviy qadriyat va sport turi sifatida o'zining chuqur tarixiga ega

Bütün jahon nigohiga tushib, dovrug' va shuhrat qozonayotgan millionlarni o'ziga mahliyo etgan kurash ham jahonning yuksak ma'naviy qadriyatlaridan biri sifatida o'zining chuqur tarixiy ildizlariga egadir. Tarixshunos, qadimshunos, elshunos va faylasuf olimlarning olib borani tadqiqotlari, izlanishlari va arxeologik ilmiy qidiruvlar, kuzatishlari natijasida topilgan ashyoviy dalillar kurashning yoshi kamida 2,5 - 3 ming yildan ziyodligini isbotlaydi.

**Sarxon, Zarafshon vohalari hamda Farg'ona vodiysining bir qator qadimgi aholi manzilgohlarida aniqlangan noyob topilmalar, asor-atqalari, qoyalarga bitilgan tasviriy san'at namunalari ham bunga to'liq guvohlik beradi.**

Agar kurashning ma'nosi nima deb so'rasalar, javob berib aytish mumkinki, odamzodning o'z hilkatidan kelib chiqadi. Chunki u o'z axloqini o'zgartirib boradi, Bu so'zning haqiqati shundaki, odamda maqbul va nomaqbul axloqiy sifatlarni o'zaro kurash borasida, ya'ni ular bir sifat o'ziga qarshi sifatini daf qilish payida bo'ladi. Demak, kurash inson axloqidagi shu xususiyatini ifodalaydi...

Tarix sahifalarida shunday ma'lumotlar ham uchraydi: ikki mamlakat qo'shinlari bir-biriga qarshi jangga chog'langan kezlarda, dastavval, ulardan ikki lashkarboshi o'rtaga chiqib, o'zaro kurashgan. Ulardan qay biri g'olib chiqsa, qon to'kilmay g'olib bo'lsa, muzaffarlik shu mamlakat foydasiga hal bo'lgan. Pahlavonlar hayotidan ajoyib asarlar bitgan XV asrning zukko allomalari - Xusayn Voiz Koshifiy, Zayniddin Vosifiylar ham kurashning umumiy, ma'naviy-ma'rifiy, axloqiy jihatlari haqida diqqatni qaratganlar. Jumladan, Koshifiy o'zining «Futuvvatnomai Sultoniy» («Javonmardlar tariqati») asarida shunday yozadi: «Bilginki, kurash odamlar ko'p qiziqadigan, sultoni-shohlarga maqbul bo'ladigan hunarlardandir. Bu ish bilan shug'ullanuvchi kishilar qanday vaziyatda to'g'rilik va poklik qonuniyati bilan yashaydilar.

Asrlar davomida shakllangan, shaxsning kamolotga erishuviga muhim ahamiyat kasb etgan kurash ba'zi davrlarda, xususan 130 yildan ziyod vaqt davom etgan chor mustamlakasi va sho'rolar hukmronligi paytida anchayin zaif topdi, oyoqosti qilindi. Totalitar tuzum mustasaddilari mahalliy xalqni ruhan ko'tradigan, mudroq qalbini uyg'otib, faxr va g'urur bag'ishlaydigan kurash singari milliy qadriyatlarimizning payini qirg'ishdan manfaatdor edilar. Shu bois ham avlodlar-avlodga o'tib, sayqal topib kelgan o'zbek kurashi sho'rolar davrida ro'yobga chiqqan bo'lmadi. Biroq jinnat dafida buyuk ajdodlar qoni gapirib turgan, ularning ma'naviy marosidan qandaydir darajada bahra olgan bali baqqavat polvonlar tor doirada bo'lsa ham kurash udumiga sodiq qoldilar, faqatgina O'zbekistonda mustaqillikka erishganidan keyin O'zbek kurashiga qaytadan ruh bag'ishlandi. Ayni kunlarda kurashga bo'lgan e'tiborning natijasi o'laroq, kurash turini bayramlaru- sayillarga kirib kelishi yanada kurashning xalq o'rtadagi o'rni qay darajada yuqori ekanligidan dalolat berib turibdi. Xalq og'zaki ijodida ham kurash sporti to'g'risida qimmatli ma'lumotlar berilgan. Ushbu undagi manbalardan o'tinishda kurashning mavjudligini emas, balki uning xususiyatlari, kurash sharti va texnikasi to'g'risida ham ma'lumotlarni olishimiz mumkin. Milliy kurash ertaklarda ham aks ettirilgan. Masalan, Xirs polvon "qoqma" deb nomlangan usulni qo'llagan. Hozirgi vaqtda ham kurashchilar bu usuldan foydalanadilar. Faqatgina bu usul bugungi kunda "supurma" usuli deb nomlanadi. Xalq og'zaki ijodi asarlarida "Alpomish" dostoni alohida o'rin egallaydi. Dostonida polvonlarning bellashuvi, ularning kuchlilik, chaqqonlik, chidamlilik, botirlik kurashish usullarini qo'llay bilish sohasida musobaqalashuvi badiiy shaklda tasvirlangan. Alpomishda tasvirlangan

kurash manzarasidan kurashchilar maxsus kiyim va belbog'iga ega bo'lganligini, kurash vaqt jihatidan cheklanmaganini, raqibini belbog'idan ushlab olish asosiy usul hisoblanganligini ko'rish mumkin

Kurashning shunchaki sport turigina emas, balki insonning u orqali jamiyatning nafaqat jismoniy, ma'naviy kamolotga erishishda ham salmoqli omil ekanligini inobatga olib, ulug' bobokalonlarimiz uni tarbiya maktabi deb ataganliklarini yuqorida qayd etgan edik. Kurash maktablarining har bir a'zosi, ishtirokchisi o'z hayoti va amaliy faoliyatini muayyan ilmiy, ma'naviy-ma'rifiy odob tamoyillari asosida qurmog'i, ularga qat'iy amal etmog'i kerak bo'ladi. Boshqacha qilib aytganda, kurashchilar - polvonlar bahsi, olishuvining o'zi shakllangan, mantiqiy izchillik, qat'iy ilmiy tizimga asoslangan, an'analar shakliga kirgan, axloqiy-odobiy sifatlarni o'zida mujassam etgan muayyan qonun-qoidalar va me'yoriy normallarni taqozo etadi. Modomiki kurash, kurashchi-polvonlardan jasurlik, qat'iylik, halollik, to'g'rilik, mardlik va poklik singari yuksak fazilatlarni namoyon etishni talab etarkan, bu o'z navbatida ularning zimmasiga katta mas'uliyat hissini ham yuklaydi. Zero, boshqalarga ibrat namuna ko'rsatadigan bu toifaga mansub kishilar avvalo o'z shaxsini jismonan va ruhan takomillashtirib, yetaklik va komillik sari doimiy harakatlanib borishlari zarur bo'ladi.

Asrlar davomida amal qililib kelgan va bugungi kunda ham o'z ahamiyatini yo'qotmagan XV asrning buyuk Mutafakkiri Husayn Voiz Koshifiyning kurashchilar odobi borasida o'gitlari bugungi kunda ham dasuriy amal bo'lib qolmoqda. Bundan ko'rinadiki, kurash o'ziga xos nozik hunar, ilmu-odob qorishmasi, uyg'unlashuvi bo'lib, bunda ustoz va shogirdlar o'rtasidagi o'zaro sanimlilik, hamkorlik, beg'arazlik, do'stona munosabat ko'p narsani belgilaydi. Ustoz o'z bilimi, malakasi, kurash ilmini o'z shogirdiga qanchalik puxta o'rgata bilsa, uning sa'y-harakatini aniq maqsad muddaolar sari yo'naltira olsa, bu albatta o'z samarasini berishi shubhasiz. Buning uchun shogird ham o'zining betinim mashqi, iqtidori, iste'dodini muntazam mukammallashtirib, ustoz o'gitlarini jon qulog'i bilan tinglab, qabul qilib, ularga izchil amal qilishi, o'z jismu dilida eng yaxshi xislat-u fazilatlarni jo etib borishi ayni muddaodir. Shundaygina unda ulug' ajdodlarimizga munosib vorislik, komil shaxs bo'lib voyaga yetishdek sifatlarni tarkib topib beradi.

Kurash milliy sport turi 2025-yilgacha yangi bosqichga olib chiqish konsepsiyasini 2020-2021-yillarda amalga oshirish bo'yicha "Yo'l xaritasi"da hamda 2020 — 2025-yillarda kurashni ommalashtirishning maqsadli ko'rsatkichlari (indikatorlar) haqidagi "Yo'l xaritasi"da belgilangan chora-tadbirlarni amalga oshirish va baholash mezonlariga erishishning pirovard maqsadida kurashni 2028-yilgacha Xalqaro olimpiya qo'mitasi tomonidan olimpiya sport turi sifatida tan olinishiga hamda Xalqaro olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilishiga erishish deb e'tirof etilishi ham bevosita milliy kurashga bo'lgan e'tibordan dalolatdir.

Kurash sport turi o'z-o'zini bilish o'zini takomillashtirish ehtiyojini uyg'otadi o'z-o'zini tarbiyalash ishtiyoqining hosil bo'lishiga har tomonlama va maxsus jismoniy hamda ma'naviy rivojlanganlikning yuqori darajasiga erishishga yordam beradi. Busiz sport mahoratining cho'qqilariga erishish yo'lida uchraydigan turli qiyinchiliklarni yengish muhim emas. Turli darajadagi qiyinchiliklarni yengish – kurashchi iroda'sining namoyon bo'lishi va tarbiyalanishi uchun zaruriy faktordir. Kurashchining faoliyati belgilangan maqsadga erishish nazariy umumiy maxsus jismoniy taktik va texnik tayyorgarlik bilan bog'liq bo'lgan vazifalarni hal etish turli xil sheriklar va raqiblar bilan bo'ladigan mashg'ulotlarda qiyinchiliklarni yengish bilan bog'liqdir

Kurashni to'liq o'rganishni istagan har bir yigit yoki qiz uning qonun-qoidalariga, etikasi va axloq-odob tamoyillariga rioya qilmoqlari zarur. U o'z xatti-harakatlari va axloqi bilan hech qachon o'z vatanining va albatta kurashning obro'sini to'kmasligi kerak hamda hayotining oxirgi daqiqasigacha xalqiga, yurtiga, kurashiga har qanday holatda ham sodiq qolishi kerak. Shu bilan bir qatorda kurashchilar mashg'ulot vaqtida yoki olishuv paytlarida ortiqcha gapirmasliklari (agar tunga zaruriyat bo'lmasa), diqqatlarini bir joyga to'plab, boshqa narsalarga qaratmasliklari, bir-birlariga shikast yetkazmasliklari zarurdir.

#### A.Ashiqovlar

1. O'zbekiston Respublikasining jismoniy tarbiya va sport to'g'risidagi qonuni. Toshkent: 2015 yil, 4-sentabr.
2. Aloyev A.O. Farzandingiz barkamol bo'ling. -T.: "Meditsina", 1992
3. Xo'jayev H., Achilov T. Kurash va yakkalarga kurash (kasbhunar kollejlari uchun o'quv qo'llanma) - T.: Davr nashriyoti 2013.
4. Aloyev A.O. Yosh o'smirlarga o'zbek kurashini o'rgatish uslubiyoti. -T.: O'zDIT nashriyoti-



**INNO SPACE**  
SJIF Scientific Journal Impact Factor  
**Impact Factor: 8.118**



**ISSN** INTERNATIONAL  
STANDARD  
SERIAL  
NUMBER  
**INDIA**



# INTERNATIONAL JOURNAL OF INNOVATIVE RESEARCH

IN SCIENCE | ENGINEERING | TECHNOLOGY

 **9940 572 462**  **6381 907 438**  **ijirset@gmail.com**



[www.ijirset.com](http://www.ijirset.com)

Scan to save the contact details