

**Safoyev Hasan Aminovich**  
**Buxoro muhandislik-texnologiya instituti**  
**Jismoniy madaniyat kafedrası dotsenti**

---

## **MILLIY KURASHDA O‘QITISHNING MAQSAD VA VAZIFALARI**

**Annotatsiya:** Ma’lumki, kurash sporti yoshlarning jismoniy madaniyatini takomillashtirishning asosiy vositalaridan biridir. Bundan tashqari, kurash eng qadimiy, hammabop va keng tarqalgan sport turidir. Qadimda xalqimiz ichida epcillik, chaqqonlik, kuchlilik va irodaviy fazilatlarini o‘zlarida mujassam etgan kishilar ko‘p bo‘lgan.

**Kalit so‘zlar:** Kurash, epcillik, chaqqonlik, kuchlilik, o‘qitish, irodaviy, asosiy, o‘qitish, ilmiy, pedagogik.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПОДГОТОВКИ В НАЦИОНАЛЬНОЙ БОРЬБЕ**

**Аннотация:** Известно, что борьба является одним из основных средств совершенствования физической культуры молодежи. Кроме того, борьба – древнейший, самый популярный и распространенный вид спорта. В древние времена среди нашего народа было немало людей, олицетворявших ловкость, ловкость, силу и силу воли.

**Ключевые слова:** борьба, ловкость, ловкость, сила, учение, волевое, основное, учение, научное, педагогическое.

**Kirish.** Milliy kurashda o‘qitish bu milliy kurash nazariyasi va uni o‘qitish usullari to‘g‘risidagi bilimlar kurashchining asosiy o‘ziga xos musobaqa, hakamlilik, pedagogik, tashkiliy faoliyati hisoblangan ko‘nikma va malakalar tizimini shakllantirishga qaratilgan maqsadli tashkil qilingan pedagogik jarayondir.

O‘qitish maqsadi shug‘ullanuvchilarda murabbiyning kasb faoliyati konsepsiyasini aks ettiruvchi bilimlar tizimini shakllantirishdan iborat. Ushbu konsepsiya bilimlar va malakalar, ilmiy fikrlash uslublari, shug‘ullanuvchilarda ongli hamda amaliy faoliyatga ijodiy munosabatni tarbiyalashni o‘z ichiga oladi.

Milliy kurash fanining o‘ziga xos sharoitlari hamda xususiyatlarini aks ettiruvchi umumiy vazifalar quyidagilardan iborat:

- milliy kurash nazariyasi va o‘qitish uslubiyati bo‘yicha

bilimlarning optimal hajmi, har tomonlamaligi va yetarlicha chuqur

bo‘lishini ta’minlash;

- ijodiy anglash imkoniyatlarini takomillashtirish;

- kurashchining umumiy tayyorgarlik mashqlarini bajarish

malakalarini shakllantirish va takomillashtirish;

- kurash texnikasi-usullari, himoyalani shakllantirish va qarshi usullarni bajarishni shakllantirish hamda takomillashtirish;
- musobaqa bellashuvlaridagi texnik-taktik harakatlarning optimal hajmi va turli xilligini shakllantirish;
- o'quv, o'quv-mashg'ulot, nazorat, musobaqa va ko'rgazmali bellashuvlarni olib borish ko'nikmalari hamda malakalarini shakllantirish;
- kurash usullarini bajarish, texnikasini tahlil qilish bilimlari, malaka va ko'nikmalarini shakllantirish hamda takomillashtirish;
- kurash texnikasini ko'rsatib berish va tushuntirish malakasini egallash;
- murakkab texnik-taktik harakatlarni bajarishga o'rgatish va takomillashtirish bilimlari, malakalari hamda ko'nikmalarini shakllantirish va takomillashtirish;
- kurash bo'yicha darslarni tahlil qilish va o'tkazish malakalarini shakllantirish hamda takomillashtirish;
- kurash musobaqalariga hakamlik qilish va ommaviy sport tadbirlarini tashkil etish hamda o'tkazish bilimlari, malakalari va ko'nikmalarini shakllantirish hamda takomillashtirish.

**Asosiy qism.** Zamonaviy pedagogikada o'qitish tamoyillari o'qituvchi faoliyati va o'quvchining bilish faoliyati xususiyatini belgilab beradigan asosiy talablar hamda yo'naltiruvchi qoidalar sifatida tushuniladi. Amaliy pedagogik faoliyatda o'qitish tamoyillariga asoslanadi, ular o'qitish amaliyotini rejalashtirish, tashkil etish va tahlil qilish uchun yo'riq bo'lib xizmat qiladi. Milliy kurashda o'quv-mashg'ulot jarayoni jismoniy tarbiyaning asosiy tamoyillari: tarbiyaviy xususiyati, har tomonlama rivojlantirish, sog'lomlashtirish va amaliy ahamiyatiga muvofiq holda olib boriladi. O'qitishning tarbiyaviy xususiyati o'quv-mashg'ulot jarayonining qonuniyati hisoblanadi. Bu yerda kurashchilarning sport malakasi o'sishi bilan bir vaqtning o'zida shaxsga tegishli axloqiy me'yorlar shakllantiriladi. Sport zaxirasini tayyorlash va asosan tarbiyalash bir qator murakkab tarbiyaviy muammolarni hal etish bilan bog'liq. Sportda yuqori natijalarga erishishda kurashchilarda texnik-taktik harakatlarni o'zi nazorat qilish, tahlil etish va baholash malakalarini tarbiyalash katta ahamiyatga ega. Buning hammasi murabbiyning tarbiyaviy

ta'siri natijasidir, uning rahbarligi ostida shug'ullanuvchilar hayotiy vaziyatlarni hal etishga tayyor turish tajribasini oladilar.

Murabbiy kasb mahoratidan tashqari, yuqori darajada ma'naviyatli va madaniyatli bo'lishi, o'z mas'uliyatiga vijdonan yondashishi, haqiqatgo'y bo'lishi hamda bolalarni sevishi va ular to'g'risida g'amxo'rlik qilishi lozim. Murabbiy shaxsiyatida ushbu sifatlarning namoyon bo'lishi ta'lim-tarbiya jarayoni samaradorligini belgilab beradi. Har tomonlama rivojlantirish tamoyili murabbiyni har tomonlama rivojlangan sportchi shaxsiyatini shakllantirishga yo'naltiradi. Sport faoliyati ma'naviy, aqliy, mehnat, estetik va boshqa turdagi tarbiya bilan chambarchas bog'liq. Mashg'ulotning turli bosqichlarida oldinga qo'yilgan maqsadlarga erishish, qiyinchiliklarni yengib o'tishga intilish ma'naviy tajriba, iroda

sifatlari, mustaqil fikrlash, mehnat qilish, sport g'alabalari va mag'lubiyatlariga matonatli bo'lishni shakllantiradi. Milliy kurash bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarning

sog'lomlashtiruvchi yo'nalishi sport mahoratining bir tomonga o'sishi va sog'liq, jismoniy rivojlanganlik, shug'ullanuvchilarning tayanchharakat apparati, yurak-qon tomiri, nafas olish hamda asab tizimini mustahkamlash orqali ifodalanadi. Ushbu tamoyilga amal qilmaslik, ayniqsa, boshlang'ich sport tayyorgarligi bosqichlarida, o'smir kurashchilarda muntazam, ba'zi hollarda esa surunkali kasallanishga olib keladi va ommaviy razryadli sportchilarning kurash bilan shug'ullanmay qo'yishlarining asosiy sababi hisoblanadi. Amaliy yo'nalishi. Milliy kurash katta amaliy ahamiyatga ega. Ushbu tamoyilning amaliy namoyon qilinishi shuni nazarda tutadiki, kurashchi kutilmagan vaziyatlarda harakat qila olishi lozim. Katta yoshdagi sportchilar o'zlarini hamda yaqinlarini himoya qila olishlari zarur.

**Xulosa.** Kurash bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarning muvaffaqiyatli olib borilishi ushbu jarayonning asosiy pedagogik (didaktik) tamoyillariga muvofiqligi bilan aniqlanadi.

O'quv-mashg'ulot samaradorligi quyidagi didaktik tamoyillarga asoslanadi:

1. O'qitishning ilmiylik tamoyili.
2. O'qitishning yengillik tamoyili.
3. O'qitishning muntazamlilik tamoyili.
4. O'qitishning onglilik va faollik tamoyili.
5. O'qitishning ko'rgazmalilik tamoyili.
6. O'quv materialini puxta o'zlashtirish tamoyili.
7. Jamoali o'qitish va o'quvchiga individual yondashish birligi tamoyili.
8. O'qitishning amaliyot bilan bog'liqligi tamoyili.
9. O'qitish jarayonida o'qituvchining yetakchilik ahamiyati.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI.**

1. Atoyev A.Q. Farzandingiz barkamol bo'lsin. –T.: Meditsina, 1992.
2. Atoyev A.Q. Kurash. O'smir va yoshlarni kurashga o'rgatishning metod va vositalari: (Ped. oliy o'quv yurt. jismoniy tarbiya o'qituvchilari, BO'SM KSJ va SMOM o'qituvchi va murabbiylar) uchun o'quv qo'll. –T.: O'qituvchi, 1987.
3. Atoyev A.Q. Yosh-o'smirlarga o'zbek kurashini o'rgatish uslubiyoti. –T.: O'zDJTI nashriyot- matbaa bo'limi, 2005.
4. Azizov N.X. Belbog'li turkiston kurashi. – T.: O'qituvchi, 1998.