

Azimov Adahamjon Meliqo'ziyevich
Farg'ona davlat universiteti Sport o'yinlari kafedrası o'qituvchisi

KURASH TURLARINI RIVOJLANTIRISH ZARURATI

Annotatsiya: Ayrim kurash turlari rasman tan olindi (sambo, kurash), mavjud kurash turlari qoidalari takomillashtirildi, musobaqalar o'tkazish va kurashchilar tayyorlash masalasi rivojlantirildi. Yuqoridagi omillar sababli kurash turlari sport olamida o'zining mustahkam o'rnini egallab bordi.

Kalit so'z: Kurash turlari, o'zbek kurashi, sport, xalqaro kurash, o'zbek kurashi, xalq o'yinlari, maxsus mashqlar.

Har bir kurash turlari ma'lum harakatlar va usullar yig'indisi bilan farqlanib turgan. Ammo, ular uchun umumiy bo'lgan jihat raqiblar bir- birlarining gavdasini kurash gilamiga (ya'ni yerga) nisbatan o'zgartirishidan iborat. Ayrim usullar uloqtirish, ag'darish, og'riq berish, ushlab turish, aylantirish orqali amalga oshiriladi.

Jamiyat rivojining yangi bosqichida sport turlari jadal rivojlanib ketdi. Sport musobaqalari tashkil qilish, sportchilar tayyorlash, yangi sport turlarini kashf qilish va shu bilan birga mavjudlarining tomosha bopligini oshirish masalasi o'z yechimini topa boshladi. Kurash turlari rivoji uchun ham mazkur davr alohida ahamiyat kasb etdi.

Ayrim kurash turlari rasman tan olindi (sambo, kurash), mavjud kurash turlari qoidalari takomillashtirildi, musobaqalar o'tkazish va kurashchilar tayyorlash masalasi rivojlantirildi. Yuqoridagi omillar sababli kurash turlari sport olamida o'zining mustahkam o'rnini egallab bordi. Mutaxassislar fikricha kurash turlarini yanada rivojlantirish zarurati mavjud. Buning asosiy sabablaridan biri sport turlari ichida kurash turlari mavqei yanada oshirish bo'lsa, ikkinchidan, kurash turlarining insontarbiyasidagi ahamiyatidir. Mazkur ikki sabab kurash turlarini yanada rivojlantirish masalasini doimiy ravishda dolzarbligini belgilab beradi.

Yuqorida aytib o'tilganidek, o'zbek kurashi bugun —kurash atamasi bilan jahon maydoniga chiqdi. Barcha mamlakatlarda milliy sport turimiz

—kurash nomi bilan tanildi. Kurashning sport turi sifatidagi ahamiyatini, uning ilmiy-uslubiy asoslarini o'rganish masalasi mutaxassislar tomonidan o'rganilmoqda.

Kurashda sportchilar tik turgan holda bellashuvni o'tkazadilar. Kurashchilar —yaktak deb nomlanadigan ko'k va yashil rangli maxsus kurash kiyimi, qizil rangli belbog' va oq sholvorda bellashadilar. Bellashuv vaqtida raqib yaktagining turli qismlaridan va belbog'dan ushlagan holda usul bajarishga ruxsat beriladi. Bellashuv maxsus jihozlangan hududda – kurash gilamida olib boriladi.

Kurash usullariga tasnif. Kurash — sport yakka kurashining ma'lum bir turi bo'lib, raqib ustidan qozonadigan g'alaba, ma'lum bir harakatlar va usullar qamrovi yordamida amalga oshiriladi. Kurashda barcha usullar 7 nom bilan aytiladi va bajariladi: supurma, chil, qo'shsha, yuk (yuklama), yelka, bardor, yonbosh. Bular esa bir necha yuzlab usullarga bo'linadi. Kurash texnikasini (usullarini) to'la-to'kis tushunish, uni har qanday holatda ham bajara olish, ya'ni to'liq egallash uchun, uning usullari, ikki kurashchining olishuvi, usullarning qanday holatda bajarilishi haqida oldin tushunchaga ega bo'lishi kerak.

Supurma usullari. Kurashchi usulga mos ravishda raqib yaktagining qulay joyidan ushlab, raqibni muvozanatdan chiqarib, o'ziga ishonch hosil qilib, o'ng yoki chap oyog'i bilan «supurib» qilinadigan barcha usullar «Supurma» deb nomlanadi.

Chil usullari. Kurashchi raqibining qulay joyini ushlab, muvozanatdan chiqarib, o'ziga ishonch hosil qilib, chap yoki o'ng oyog'i bilan raqibining chap yoki o'ng oyog'idan ildirib qilinadigan barcha usullar «Chil» deb nomlanadi.

Qo‘shsha usullari. Kurashchi raqib yaktagini qulay joyidan ushlab, muvozanatdan chiqarib, o‘ziga ishonch hosil qilib, har tomondan to‘xtamasdan oyoq bilan urib bajaradigan barcha usullar «Qo‘shsha» deb nomlanadi. Oshirib tashlaydigan barcha usullar «Yuk» («Yuklama») deb nomlanadi.

1992-yili Kanadada o‘tkazilgan dzyudo bo‘yicha jahon chempionati hamda Xalqaro Dzyudo Federatsiyasining butun jahon Kongressida ilk bor o‘zbek kurashi targ‘ib etildi. Kurash usullari va uning mazmun-mohiyati to‘g‘risida tushuncha berildi. 1994-yilda Xirosima shahrida bo‘lib o‘tgan Osiyo o‘yinlarida ham kurash musobaqalaridan olingan yozma matnlar va video tasvirlar namoyish etildi. 1995-yilda esa Hindistonda o‘tkazilgan Xalqaro Dzyudo Federatsiyasining Osiyo Kongressida kurash atroflicha muhokama etildi. Shu tariqa kurash jahonga ma‘lum bo‘ldi. 1998-yil 6-7-mart kunlari Irlandiyaning Dublin shahrida Yevropa Dzyudo Federatsiyasi taftish hay‘ati yig‘ini o‘tkazildi. Kurash haqida yozma va video materiallar namoyish qilindi. 1998-yilning 15-18-aprelida Monako shahrida o‘tkazilgan Xalqaro Dzyudo Federatsiyasining 50 yillik yubiley Kongressida o‘zbekistonlik vakillar qatnashdilar va ular kurash haqida atroflicha ma‘lumot berdilar. O‘zbek kurashining dovrug‘ini olamga yoyishda Irlandiya Olimpiya Qo‘mitasi Prezidenti, Yevropa Olimpiya qo‘mitalari uyushmasi vitse Prezidenti Patrik Xikining 1998-yil sentabr oyida Prezident sovrini uchun o‘tkazilgan xalqaro musobaqadan so‘ng Polsha, Yaponiya, Turkiya va boshqa davlatlardan kurashni qo‘llab-quvvatlovchi maktublar kela boshladi. Urinishlar zoe ketmadi va kurash bo‘yicha tarixiy birinchi Jahon chempionati o‘tkazilishiga zamin yaratildi.

1998-yil 6-sentabrda Yevropa, Osiyo, Afrika va Amerika qit‘asining 28 davlatidan kelgan vakillar ishtirokida Toshkentda Xalqaro Kurash Assotsiatsiyasi (IKA) tashkil etildi. Bu tarixiy voqea keng jamoatchilik tomonidan kurashning sport turi sifatida rasman tan olinganligini anglatadi va o‘zbek xalqiga ulkan iftixor baxsh etadi.

K.Yusupovning fikricha, kurashni rivojlantirish quyidagi bosqichlardan iborat.

Birinchi bosqich 1992 – 1998-yillarni o‘z ichiga olib, uning maqsadi kurashni sport turi sifatida shakllantirish va uni xalqaro miqyosiga olib chiqish uchun asos yaratishdan iborat. Buning uchun birinchi navbatda kurashning yangi qoidalarini tatbiq qilish, ularni jahon mamlakatlarida targ‘ib qilish lozim.

Shu sababli kurash mutaxassislari va targ‘ibotchilari Janubiy Koreya (1992), Kanada va Litva (1993), Yaponiya (1994), Irlandiya va Hindiston (1995), AQSH (1996), Rossiya va Monako (1998) kabi davlatlarda tashkil etilgan yirik sport anjumanlarida to‘plangan muxlislarga o‘zbek kurashi haqida atroflicha ma‘lumotlar berib, ko‘rgazmali chiqishlar namoyish etdilar. Mazkur bosqichda (1998-yil 6-sentabr) kurash sport turi sifatida rasman tan olindi va XKA tuzildi.

Ikkinchi bosqich 1998 – 2005 yillarni o‘z ichiga olib, maqsadi jahon chempionatlari, xalqaro musobaqalar tashkil etish, jahonda kurash sportining o‘z tizimini yaratishdan iborat.

Mazkur bosqichda Yevropaning naqd yuragi Buyuk Britaniyaning Bedford shahrida kurash bo‘yicha Islom Karimov turnirining yuksak saviyada o‘tkazilishi ham olamshumul voqea bo‘ldi. Turnir ishtirokchilari Xalqaro Kurash Assotsiatsiyasining doimiy Faxriy Prezidenti, O‘zbekiston Respublikasi birinchi Prezidenti Islom Karimov nomiga murojaat qabul qilishdi. Unda, jumladan, shunday deyiladi: —Shuni ishonch bilan ta’kidlaymizki, bu musobaqa Buyuk Britaniyada an’anaviy xalqaro turnir maqomiga ega bo‘ladi va yangi ming yillikda dunyoda o‘zbek kurashi dovrug‘ining ortishiga, jahon xalqlari o‘rtasidagi do‘stlik va birodarlikni mustahkamlashga xizmat qiladi.

Xalqaro Kurash Assotsiatsiyasi, Xalqaro Kurash Akademiyasi, Xalqaro Kurash instituti, Butunjahon kurashni rivojlantirish jamg‘armasi, O‘zbekiston Kurash Milliy Federatsiyasining ish faoliyati qayta ko‘rib chiqildi va takomillashtirildi.

Adabiyotlar ro‘yxati:

1. Ruzmatovich, U. S. (2022). CHANGES EXPECTED TO COME IN OUR LIFE MOVEMENTS. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(3), 485-489.

2. Shohbozjon, K., & Azizjon, M. (2022). PREPARING SCHOOL STUDENTS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS BEFORE ENTRY TO HIGHER EDUCATION. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN COMMERCE, IT, ENGINEERING AND SOCIAL SCIENCES* ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876, 16(10), 100-108.
3. Ruzmatovich, U. S., & Shohbozjon G'ayratjon o'g, Q. (2023). Uzbekistan's General Education School Physical Education Programme: A Curriculum Analysis. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(5), 184-193.
4. Ruzmatovich, U. S., & Shohbozjon G'ayratjon o'g, Q. (2023). Examining the First Age Group's Health Test Needs for "Salomatlik" Regulation Using the Dynamic of Children's Motor Potential. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(5), 194-200.
5. Qodirov, S. (2023). CONTENT OF PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF THE GENERAL SECONDARY SCHOOL OF EDUCATION. *Modern Science and Research*, 2(6), 368-381.
6. Qodirov, S. (2023). ANALYSIS OF INDICATORS OF THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF UNIVERSITY STUDENTS. *Modern Science and Research*, 2(6), 406-418.
7. Qodirov, S. (2023). URGENT PROBLEMS OF TRAINING FOR ADMISSION TO A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS. *Modern Science and Research*, 2(6), 395-405.
8. Shohbozjon, K., & Azizjon, M. (2022). PREPARING SCHOOL STUDENTS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS BEFORE ENTRY TO HIGHER EDUCATION. *INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH IN COMMERCE, IT, ENGINEERING AND SOCIAL SCIENCES* ISSN: 2349-7793 Impact Factor: 6.876, 16(10), 100-108.
9. Хонкелдиев, Ш. Х., Закиров, У., & Меликузиев, А. А. (2020). Эффективность разработанной методики повышения физической подготовленности юных борцов вольного стиля. In *Наука сегодня: вызовы и решения* (pp. 114-116).
10. Азимов, А., Азимова, М., & Меликузиев, А. (2021). Разработка научных основ подготовки спортивного резерва. *Общество и инновации*, 2(8/S), 283-286.
11. Азимова, М. К., Азимов, А. М., Меликузиев, А. А., & Мирзакаримова, С. С. (2020). ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА. *Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход*, 24.
12. Азимова, М., Азимов, А., & Меликузиев, А. (2022). Bolalar va o'smirlarning o'zini-o'zi rivojlantirish va ijodiy amalga oshirishdagi gigienik ta'limning jihatlari. *Общество и инновации*, 3(9/S), 170-174.
13. Меликузиев, А. А., Мирзакаримова, С. С., & Азимова, М. К. (2020). РОЛЬ ГИГИЕНИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ. In *Университетская наука: взгляд в будущее* (pp. 253-257).
14. Melikuzievich, A. A., & Adhamjon, M. A. (2023). Methodological Groundwork for Assessing Young Freestyle Wrestlers' Physical Development. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(6), 348-357.
15. Melikuzievich, A. A., & Adhamjon, M. A. (2023). Training Analysis Wrestling Load Management from a Scientific Standpoint. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(6), 341-347.
16. Ruzmatovich, U. S., & Adhamjon, M. A. (2023). Analysis of Training Load Planning In Wrestling: A Scientific Perspective. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(5), 151-158.

17. Ruzmatovich, U. S., & Adhamjon, M. A. (2023). Methodological Foundations of the Development of Physical Qualities of Young Freestyle Wrestlers. *Best Journal of Innovation in Science, Research and Development*, 2(5), 159-168.
18. Melikuziev, A. (2022). Features of using foreign experiences in the modernization of continuing education. *Asian Journal of Multidimensional Research*, 11(10), 250-255.
19. Азимова, М. К., Тургунова, З. З., & Меликузиев, А. А. (2021). Экологические факторы и репродуктивное здоровье женщин.
20. Азимов, А. М., Меликузиев, А. А., & Азимова, М. К. (2020). РАЗРАБОТКА КОНЦЕПЦИЙ И СТРАТЕГИЙ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА. In *Университетская наука: взгляд в будущее* (pp. 294-296).
21. Tojiyev, F. I., Azimov, M. I., Azimov, A. M., Shomurodov, K. E., & Muqaddasxonova, M. D. (2021). FREQUENCY OF OCCURRENCE AND CHARACTERISTICS OF PATIENTS WITH ACQUIRED LOWER JAW DEFECTS FOR 2017-2019 ON THE BASIS OF THE TSDI CLINIC. *Elementary Education Online*, 20(4), 806-806.
22. Askarov, M. A., Azimov, A. M., & Isokjonov, S. K. (2021). Application Of Decompression Treatment For Mandibular Radicular Cysts. *The American Journal of Medical Sciences and Pharmaceutical Research*, 3(7), 72-76.
23. Азимов, А. М., & Мизомов, Л. С. (2022). Применение термовизиографа при воспалительных заболеваниях периапикальных тканей зубов. *Scientific Impulse*, 1(3), 321-322.
24. Алимова, Д. М., Фозилова, Л. Г., & Астанакулова, М. М. (2023, May). Нарушение микроциркуляции у больных хроническим генерализованным пародонтитом после перенесенного коронавирусной инфекции COVID 19. In *Conferences* (pp. 63-66).
25. Мирзакаримова, С. С., Азимова, М. К., & Азимов, А. М. (2020). Роль физических факторов воздушной среды в профилактике заболеваний органов дыхания. In *Университетская наука: взгляд в будущее* (pp. 257-259).
26. Азимов, А., Турсуналиев, З., & Шадманов, А. (2021). Современные методы комплексного лечения воспалительных заболеваний периапикальных тканях. *Stomatologiya*, 1(1 (82)), 56-60.
27. Азимов, М., Ризаев, Ж., & Азимов, А. (2019). Новый подход к классификации воспалительных заболеваний периапикальных тканей зубов. *Stomatologiya*, 1(3 (76)), 56-61.
28. Shokirov, T. S., & Azimov, A. M. (2012). Intraoral distraction devices in correction of maxillary deformity in cleft patients. *Украинский журнал хирургии*, (4), 65-69.
29. Азимов, А. М., & Азимов, И. М. (2020). Соғлом одам юзини термографияси. *Журнал Стоматологии и краниофациальных исследований*, 2(01).
30. Азимов, А. М., Меликузиев, А. А., & Азимова, М. К. (2021). Инновационные преобразования в педагогике физической культуры и спорта.