

O'ZBEK MILLIY KURASHI VA DZYUDO: O'XSHASH JIHATLAR HAMDA INTEGRATSIYA MASALALARI

Farg'ona davlat universiteti

Tarix fakulteti o'qituvchisi

Usmonov Axrorjon Rustamjon o'g'li

Farg'ona davlat universiteti

Sport faoliyati fakulteti

Dzyudo yo'nalishi talabasi

Xudoyberdiyev Mahmudjon Dilmurod o'g'li

Annotatsiya: Ushbu maqolada o'zbek milliy kurashi va dzyudo sport turlarining tarixiy ildizlari, texnik-taktik o'xshashliklari hamda ularning o'zaro integratsiyalashuv masalalari yoritilgan. Shuningdek, milliy kurash usullarining dzyudo sportidagi samaradorligi va yosh sportchilarni tayyorlashdagi ahamiyati tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: Kurash, dzyudo, integratsiya, usul (priyom), sport etikasi, jismoniy tarbiya, olimpiada, texnika, taktika.

Annotation: This article examines the historical roots, technical-tactical similarities, and integration issues of Uzbek national kurash and judo. It also analyzes the effectiveness of national kurash techniques in judo and their importance in training young athletes.

Key words: Kurash, judo, integration, technique, sports ethics, physical education, Olympics, tactics.

Аннотация: В данной статье рассматриваются исторические корни, технико-тактическое сходство и вопросы интеграции узбекской национальной борьбы кураш и дзюдо. Также анализируется эффективность методов национальной борьбы в дзюдо и их значение в подготовке юных спортсменов.

Ключевые слова: Кураш, дзюдо, интеграция, приемы, спортивная этика, физическое воспитание, олимпиада, техника, тактика.

Mamlakatimiz mustaqillikka erishgandan so‘ng, milliy qadriyatlarimizni tiklash va ularni jahon miqyosida targ‘ib qilish davlat siyosatining ustuvor yo‘nalishiga aylandi. Xususan, sport sohasida o‘zbek milliy kurashining xalqaro maydonga chiqishi milliy g‘ururimizni yuksaltirdi. Bugungi kunda kurash faqatgina milliy o‘yin emas, balki xalqaro e‘tirof etilgan sport turidir.

Yurtboshimiz tomonidan sportni, ayniqsa milliy sport turlarini rivojlantirishga qaratilayotgan e‘tibor yosh avlodning ham jismonan, ham ma‘nan sog‘lom bo‘lib voyaga yetishiga xizmat qilmoqda. Sport — bu nafaqat jismoniy mashq, balki iroda va xarakterni shakllantiruvchi muhim vositadir.

O‘zbek milliy kurashi va dzyudo o‘rtasidagi bog‘liqlikni o‘rganish sport fani uchun dolzarb masalalardan biri hisoblanadi. O‘zbek kurashi uch ming yillik tarixga ega bo‘lib, uning elementlari qadimiy yozma manbalarda, jumladan, “Alpomish” dostonida hamda Abu Ali ibn Sinoning “Al-Qonun” asarlarida jismoniy barkamollik vositasi sifatida keltirilgan. Dzyudo esa (yaponcha “yumshoq yo‘l”) XIX asr oxirida Jigoro Kano tomonidan shakllantirilgan bo‘lsa-da, har ikki sport turi ham mardlik, halollik va raqibga hurmat tamoyillariga asoslanadi.

Kurash va dzyudoning o‘xshash jihatlari:

Tik turgan holatdagi kurash: Har ikki sport turida ham asosiy harakatlar tik turgan holatda (stoyka) amalga oshiriladi.

Kiyim (Yaktak va Kimono): Sportchilarning maxsus kiyimda kurashishi va belbog‘dan ushlab usullarining mavjudligi ularni bir-biriga yaqinlashtiradi.

Ma‘naviy axloq: Dzyudodagi “Rei” (ta‘zim) va kurashdagi “Ta‘zim” qilish odobi sportchining o‘z raqibiga bo‘lgan yuksak hurmatini ifodalaydi.

Tarixiy ma‘lumotlarga ko‘ra, o‘zbek polvonlarining kurash usullari o‘zining soddaligi va samaradorligi bilan ajralib turadi. Bu usullarni dzyudo texnikasi bilan integratsiya qilish (uyg‘unlashtirish) xalqaro arenalarda o‘zbek dzyudochilarining ustunligini ta‘minlamoqda. Masalan, “yonbosh”, “bekar” kabi kurash usullari dzyudodagi “O-goshi” yoki “Seoi-nage” usullari bilan mexanik jihatdan juda yaqin.

O‘zbekistonlik dzyudochilarning aksariyati dastlab milliy kurash bilan shug‘ullangani ularning dzyudoda tez muvaffaqiyat qozonishiga zamin yaratadi. Bu esa milliy kurashning dzyudo uchun poydevor vazifasini o‘tashini ko‘rsatadi. Ta’lim jarayonida ushbu ikki sport turini integratsiyalashgan holda o‘rgatish o‘quvchi-sportchilarning texnik arsenalini boyitadi. Milliy kurashdagi oyoq bilan bajariladigan harakatlarning cheklanganligi (halol qoidolari) dzyudoda qo‘llaniladigan usullar bilan boyitilsa, sportchi universal tayyorgarlikka ega bo‘ladi.

Olimpiya o‘yinlari va jahon chempionatlari tahlili shuni ko‘rsatadiki, o‘zbek dzyudo maktabi vakillari o‘zlarining “kurashcha” uslubi bilan ajralib turishadi. Bu uslub raqibni kutilmagan holatga solib qo‘yish va kuchli jismoniy bosim o‘tkazishga asoslangan.

Metodik uyg‘unlik: Oliy sport mahorati maktablarida dzyudo va kurash bo‘yicha mashg‘ulotlar rejasini o‘zaro muvofiqlashtirish.

Psixologik tayyorgarlik: Kurashdagi “g‘oliblik ruhi”ni dzyudo falsafasi bilan birlashtirish.

Hakamlar qoidolari: Har ikki sport turi qoidalaridagi farqlarni o‘rgangan holda, sportchini jarimalardan saqlanishga o‘rgatish.

Mashhur sportshunos olimlarning ta’kidlashicha, bolalikdan milliy kurash bilan shug‘ullangan bolalarda vestibulyar apparat va muvozanatni saqlash qobiliyati kuchli rivojlanadi. Bu esa dzyudoda “Uchi-komi” (usulga kirish) mashqlarini tezroq o‘zlashtirishga yordam beradi.

Bugungi kunda mamlakatimizda kurash va dzyudoni ommaviylashtirish maqsadida ko‘plab festival va musobaqalar o‘tkazilmoqda. Ayniqsa, qishloq joylarda kurashning ommaviyligi dzyudo uchun katta zaxira sportchilar bazasini shakllantirmoqda. Lekin bu jarayonda ilmiy yondashuv, ya’ni kurashdan dzyudoga o‘tish metodikasini ishlab chiqish hali ham yechilishi kerak bo‘lgan masalalardan biridir.

So‘nggi paleolit yoki antik davr o‘yinlaridan farqli o‘laroq, zamonaviy sport integratsiyasi yuqori texnologik va ilmiy asosga ega bo‘lishi kerak. Milliy kurashimizning “halol”, “yonbosh”, “chala” kabi baholash mezonlari dzyudodagi “Ippon”, “Waza-ari”

tizimi bilan taqqoslanganda, har ikkisida ham sof g'alabaga intilish asosiy maqsad ekanligi ko'rinadi.

Xulosa qilib aytganda, o'zbek milliy kurashi va dzyudo sport turlari bir-birini inkor etmaydi, aksincha, boyitadi. Xalqimizning ko'p asrlik merosi bo'lgan kurash zamonaviy olimpiya sporti bo'lgan dzyudo uchun kuchli "donor" vazifasini o'taydi.

Milliy kurash elementlarini dzyudo mashg'ulotlariga kiritish sportchilarning chidamliligi va chaqqonligini oshiradi.

Dzyudo darslarida milliy atamalardan foydalanish yoshlarda vatanparvarlik hissini shakllantiradi.

Integratsiyalashgan mashg'ulotlar natijasida sportchi ham milliy, ham xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli ishtirok etish imkoniyatiga ega bo'ladi.

Kelajak avlodni sog'lom va barkamol qilib tarbiyalashda ushbu ikki sport turining uyg'unligi ta'lim tizimida muhim innovatsion qadam bo'lib xizmat qiladi. Milliy kurashimiz dzyudo kabi jahonning har bir burchagida o'z muxlislariga ega bo'lishi uchun bunday ilmiy-amaliy integratsiya jarayonlarini davom ettirish zarur.

Foydalanilgan adabiyotlar:

Mirziyoyev Sh.M. Niyati ulug' xalqning ishi ham ulug', kelajagi ham yorug' bo'ladi. T.: O'zbekiston, 2019.

Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat — yengilmas kuch. T.: Ma'naviyat, 2008.

Kerimov F.A. Sport kurashi nazariyasi va uslubi. T.: 2005.

Yusupov K. Kurash qoidalari. T.: 2000.

Kano Jigoro. Kodokan Judo. Tokyo: Kodansha International, 1986.

<https://journalss.org> (257) 64-son_1-to'plam_Mart-2026