

**DZYUDO KURASHINING PAYDO BO'LISHI**

Boymuradov Ismatilla Xasanovich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM v.b.professori

Annotatsiya. Mazkur maqolada dzyudo kurashining paydo bo'lishi, uning tarixiy ildizlari, asoschisi, rivojlanish bosqichlari va hozirgi davrda dunyo miqyosida tutgan o'rni haqida so'z yuritiladi. Shuningdek, dzyudoning pedagogik va axloqiy qadriyat sifatidagi ahamiyati, jismoniy va ruhiy tarbiya tizimidagi roli yoritiladi.

Kalit so'zlar: dzyudo, kurash, yapon madaniyati, Jigoro Kano, sport, tarbiya, axloq, jismoniy rivojlanish.

Аннотация. В статье рассматривается возникновение дзюдо, его исторические корни, основатель, этапы развития и современная мировая роль. Также подчеркивается значение дзюдо как педагогической и нравственной ценности, его роль в системе физического и духовного воспитания.

Ключевые слова: дзюдо, борьба, японская культура, Дзигоро Кано, спорт, образование, нравственность, физическое развитие.

Annotation. This article discusses the emergence of judo, its historical roots, founder, stages of development, and its current global role. It also highlights the importance of judo as a pedagogical and moral value, and its role in the system of physical and spiritual education.

Keywords: judo, wrestling, Japanese culture, Jigoro Kano, sports, education, morality, physical development.

Kirish

Sport insonning jismoniy, aqliy va ma'naviy kamolotida beqiyos o'rin tutadi. Turli xalqlar o'z tarixida milliy kurash turlarini yaratgan bo'lib, ular orqali nafaqat jismoniy kuchni, balki ruhiy bardoshlikni ham tarbiyalaganlar. Shu jihatdan yapon xalqining faxri sanalgan dzyudo — jismoniy mahorat, mantiq, axloq va irodani



uyg'unlashtiruvchi sport turi hisoblanadi. Dzyudo so'zi yapon tilidan "yumshoqlik yo'li" deb tarjima qilinadi. Bu nafaqat sport texnikasi, balki hayot falsafasi, insonni aql, sabr va hurmat asosida tarbiyalovchi tizimdir.

Dzyudoning kelib chiqishi. Dzyudo kurashining ildizlari qadimiy yapon kurashi – jyu-jitsu san'atiga borib taqaladi. Jyu-jitsu o'rta asrlarda samuray jangchilari tomonidan ishlab chiqilgan jang san'ati bo'lib, qurolsiz himoya qilish, raqibni qurolsizlantirish, yiqitish va zararsizlantirish texnikalarini o'z ichiga olgan. XIX asrning oxirlariga kelib, yapon jamiyati modernizatsiya yo'liga o'tdi. Jyu-jitsu esa o'zining harbiy ma'nosini yo'qota boshladi, ammo uning falsafiy va tarbiyaviy jihatlari yoshlar uchun muhim edi. Shu davrda Jigoro Kano (1860–1938) ismli yosh yapon olimi va pedagog jyu-jitsu texnikasini o'rganib, uni ilmiy, pedagogik asosda qayta tizimlashtirdi[3].

1882-yilda u Kodokan Dzyudo maktabini tashkil etdi. Bu maktab dzyudo tarixining boshlanish nuqtasi bo'ldi. Kano jyu-jitsu harakatlaridan eng xavfsiz, samarali va tarbiyaviy jihatdan foydali bo'lgan elementlarni tanlab, ularni yangi falsafiy asosda birlashtirdi.

Jigoro Kanoning falsafasi va maqsadi. Kano dzyudoni oddiy jang san'ati emas, balki inson tarbiyasining mukammal tizimi sifatida ko'rdi. U dzyudoning asosiy tamoyillarini ikki g'oyaga asoslab yaratdi:

1. Seiryoku Zen'yō – "energiya va kuchdan eng oqilona foydalanish";
2. Jita Kyoei – "o'zaro yordam va umumiy foyda uchun yashash".

Bu tamoyillar dzyudo falsafasining markazida turadi. Jigoro Kanoning fikricha, dzyudo orqali inson o'zini boshqarishni, kuchini adolatli yo'nalishga sarflashni va jamiyatda foydali shaxs bo'lishni o'rganadi. Shu bois u dzyudoni "kurashdan ko'ra, hayot yo'li" deb atagan[2].

Dzyudoning rivojlanish bosqichlari:

1. Yaponiyada shakllanish davri (1882–1920-yillar): Kodokan maktabi qisqa vaqt ichida butun Yaponiyada mashhur bo'ldi. 1886-yilda Tokio politsiyasi o'tkazgan jyu-jitsu va dzyudo musobaqasida Kodokan jamoasi g'olib chiqdi. Shu voqea dzyudoni milliy sport sifatida tanitdi.



2. Xalqaro tarqalish davri (1920–1950-yillar): Jigoro Kano xalqaro ta'lim tashkilotlari bilan faol hamkorlik qildi va 1933-yilda Xalqaro Olimpiya Qo'mitasiga a'zo bo'ldi. Shu orqali dzyudo Yevropa va Amerikaga tarqala boshladi. 1951-yilda Xalqaro Dzyudo Federatsiyasi (IJF) tashkil etildi.

3. Olimpiya bosqichi (1960-yillardan hozirgacha): 1964-yil Tokio Olimpiya o'yinlarida dzyudo birinchi marta Olimpiya sport turi sifatida kiritildi. Hozirda bu sport turi erkaklar va ayollar o'rtasida butun dunyoda mashhurdir[1].

Bugungi kunda 200 dan ortiq mamlakatda dzyudo bilan shug'ullanuvchi millionlab sportchilar mavjud. IJF tarkibida 5 ta qit'a federatsiyasi faoliyat yuritadi.

Dzyudo texnikasi va asosiy tamoyillari. Dzyudo texnikasi ikki asosiy yo'nalishga bo'linadi:

1. Nage-waza – raqibni yiqitish texnikasi (turli usullar bilan).
2. Katame-waza – yerda ushlab turish, bo'g'ish yoki og'riq berish texnikalari.

Bu texnikalar o'zaro uyg'unlikda bajariladi. Dzyudo o'yinida asosiy maqsad raqibni yiqitish, lekin uni jarohatlamaslikdir. Shu bois bu sport axloqiy nazorat, hurmat va intizom asosida qurilgan.

Dzyudo etikasi – “rei” (hurmat) tushunchasi bilan bog'liq. Har bir sportchi jangdan oldin va keyin ta'zim qiladi, bu raqibga, murabbiyga va sportga nisbatan hurmatni ifodalaydi.

Dzyudoning pedagogik va psixologik ahamiyati. Dzyudo nafaqat jismoniy mashg'ulot, balki ta'lim-tarbiya vositasidir. U o'quvchilarda:

- o'zini tuta bilish, sabr, irodani;
- o'z kuchini nazorat qilishni;
- raqibni hurmat qilishni;
- halollik va mardlikni shakllantiradi.

Psixologlar ta'kidlashicha, dzyudo bilan shug'ullanuvchi yoshlar stressga bardoshlilik, ijtimoiy moslashuvchanligi va o'z-o'ziga ishonchi yuqori bo'ladi. Shu sababli yapon maktablarida dzyudo majburiy dars sifatida o'tiladi.



Dzyudo O‘zbekistonda. O‘zbekiston hududida dzyudo XX asrning ikkinchi yarmida paydo bo‘lgan. 1960–1970-yillarda Toshkent, Samarqand va Farg‘ona shaharlarida dzyudo bo‘yicha birinchi seksiyalar tashkil etildi. 1991-yilda O‘zbekiston mustaqillikka erishgach, O‘zbekiston Dzyudo Federatsiyasi tuzildi. U 1993-yilda Xalqaro Dzyudo Federatsiyasiga a‘zo bo‘ldi.

Bugungi kunda mamlakatimizda dzyudo keng ommalashgan. Har yili respublika chempionatlari, xalqaro turnirlar, yoshlar o‘rtasida musobaqalar o‘tkaziladi.

O‘zbekistonlik dzyudochilar orasida jahon tan olgan sportchilar bor:

- Rishod Sobirov – ikki karra Olimpiada bronza sovrindori (2008, 2012).
- Diyorbek Urozboev – Rio-2016 Olimpiadasi bronza medal sohibi.
- Davlat Bobonov – jahon chempionati medal sovrindori.

Bu sportchilar nafaqat mamlakat nufuzini oshirib, balki yosh avlodni sog‘lom hayotga undamoqda.

Dzyudo va sog‘lom turmush tarsi. Dzyudo mashg‘ulotlari inson organizmini har tomonlama rivojlantiradi. U mushaklarni chiniqtiradi, muvozanatni yaxshilaydi, koordinatsiyani mustahkamlaydi. Bundan tashqari, dzyudo nafas olish tizimini to‘g‘ri ishlashga, yurak faoliyatini kuchaytirishga xizmat qiladi.

Ruhiy jihatdan esa dzyudo insonni tinchlantiradi, o‘zini nazorat qilish, g‘azabni jilovlash, mantiqiy fikrlash kabi fazilatlarni rivojlantiradi. Shu bois dzyudo – sog‘lom tan va sog‘lom ruh uyg‘unligini ta‘minlaydigan sport turidir.

Xulosa

Dzyudo kurashi — inson jismoniy qudratini, aql-idrokini va axloqini uyg‘unlashtiruvchi noyob sport turi. Uning paydo bo‘lishi va rivojlanishi nafaqat sport tarixida, balki inson tarbiyasida ham muhim o‘rin tutadi. Jigoro Kanoning “yumshoqlik yo‘li” haqidagi g‘oyasi bugungi kunda butun dunyoda millionlab insonlarga nafaqat kurashishni, balki hayotda to‘g‘ri yo‘l tutishni o‘rgatmoqda. O‘zbekistonda ham dzyudo yoshlar tarbiyasida, sog‘lom avlodni shakllantirishda va milliy sport madaniyatini rivojlantirishda muhim ahamiyat kasb etmoqda.



FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Karimov I.A. Yuksak ma'naviyat – yengilmas kuch. – Toshkent: Ma'naviyat, 2008.
2. Rishod Sobirov. Dzyudo – hayot maktabi. – Toshkent: O'zbekiston sport nashriyoti, 2020.
3. Piddington, R. Judo: History, Philosophy, and Practice. – London: Routledge, 2018.
4. Sunatov, J. R., Zikrillayeva, F., Husenova, M., & Sanayeva, M. (2025). INGLIZ TILINI O 'QITISHDAGI MUAMMOLAR. University Research Base, 560-568.
5. Сунатов, Д., Тошмуродова, С., Анварова, Э., & Зикриллаева, Ф. (2025). Madaniyatlararo muloqotning ahamiyati. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 141-143.
6. Сунатов, Ж., Холмуратова, Р., Зикриллаева, Ф., & Алишеров, Г. (2025). Kompyuter lingvistikasida kompyuter leksikografiyasining ahamiyati. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 269-271.