

ISSN 2181-7138

МУҒАЛЛИМ ҲАМ ҮЗЛИКСИЗ БИЛИМЛЕНДИРИЎ



Илимий-методикалық журнал

2025

2/2-сан

*Ўзбекистан Республикасы Министрлер Кабинети жанындагы
Жоқарғы Аттестация Комиссиясы Президиумының
25.10.2007 жыл (№138) қарары менен дизимге алынды*

*Қарақалпақстан Баспа сөз хәм хабар агентлиги тәрепинен
2007-жылы 14-февральдан дизимге алынды.
№01-044-санлы гуўалық берилген.*

Нөкис

2/2-сан 2025

март - апрель

*Қарақалпақстан Республикасы мектепке шекемги хәм мектеп билимлендириуи
министрлиги, Қары Ниязий атындағы Тәрбия педагогикасы миллий институты
Қарақалпақстан филиалы*

Редактор:

А. Тилегенов

Редколлегия ағзалары:

Мақсет АЙЫМБЕТОВ	Сабит НУРЖАНОВ
Нағмет АЙЫМБЕТОВ	Захия НАРИМБЕТОВА
Айтмурат АЛЬНИЯЗОВ	Хушбоқ НОРБҰТАЕВ
Сапардурды АБАЕВ	Ойниса МУСУРМОНОВА
Адхамжон АБДУРАШИТОВ	Уролбой МИРСАНОВ
Хайрулла АЛЯМИНОВ	Сафо МАТЧОН
Мавлюда АЧИЛОВА	Шукурулло МАРДОНОВ
Азизжан АБДАЗИМОВ	Абдулхамид МИРЗАЕВ
Шухрат АБДУЛЛАЕВ	Абдимурат ЕСЕМУРАТОВ
Байрамбай ОТЕМУРАТОВ	Даулетназар СЕЙИТКАСЫМОВ
Злийха ОРАЗЫМБЕТОВА	Қалыбай ПРИМБЕТОВ
Мансурбек ОНГАРОВ	Раъно ОРИПОВА
Алишер АЛЛАМУРАТОВ	Бахтиёр РАХИМОВ
Дилшодхўжа АЙТБАЕВ	Норим РАХМАНОВ
Тўлқин АЛЛАЁРОВ	Муқаддас РАХМАНОВА
Марифжон АХМЕДОВ	Светлана СМЕРНОВА (Москва, Россия)
Гулзабира БАБАШЕВА	Тажибай САПАРБАЕВ
Умида БАҲАДИРОВА	Мухаббат САЛАЕВА
Фархад БАБАШЕВ	Гўзал СОДИҚОВА
Гулзода БОЙМУРОДОВА	Улбосын СЕЙТЖАНОВА
Гулбахар БЕКИМБЕТОВА	Амина ТЕМИРБЕКОВА
Комил ГУЛЯМОВ	Нурзода ТОШЕВА
Маманазар ДЖУМАЕВ	Куанишбек ТҮРЕКЕЕВ
Асқар ДЖУМАШЕВ	Тажибай УТЕБАЕВ
Дилдора ДАВРОНОВА	Амангелди УТЕПБЕРГЕНОВ
Мухтар ЕРМЕКБАЕВ (Шимкент, Қазақстан)	Мамбеткерим ҚУДАЙБЕРГЕНОВ
Алишер ЖУМАНОВ	Амангелди ҚАМАЛОВ
Гүлнара ЖУМАШЕВА	Тажикал КУДАЙБЕРГЕНОВА
Холбой ИБРАГИМОВ	Ойбахор ШАМИЕВА
Шохида ИСТАМОВА	Ризамат ШОДИЕВ
ВОХИД КАРАЕВ	Зафар ЧОРШАНБИЕВ
Алима КЕНЖЕБАЕВА (Тараз, Қазақстан)	Рустам ФАЙЗУЛЛАЕВ
Сарсенбай КАЗАХБАЕВ	Дўстназар ХИММАТАЛИЕВ
Мохира КУВВАТОВА	Тармиза ХУРВАЛИЕВА
Джавдод ПҰЛАТОВ	Умид ХОДЖАМҚУЛОВ
Ярмухаммат МАДАЛИЕВ (Шимкент, Қазақстан)	Жавлонбек ХУДОЙБЕРГЕНОВ
Меруерт ПАЗЫЛОВА	Гулрухсор ЭРҒАШЕВА
Пердебай НАЖИМОВ	Гавхар ЭШЧАНОВА
Асқарбай НИЯЗОВ	Қонысбай ЮСУПОВ
	Гулара ЮСУПОВА



ТАСВИРИЙ САЪНАТ

Naimov M.U. “Chorqars” folklor-etnografik ansamblining serjilo ohanglari	315
Abdurasulova B.A. Chizmachilik fani o‘qituvchisining kelajak avlod ta’lim-tarbiyasidagi roli, burch va majburiyatlari	319
Yaqubova M.D. Bolalar ijodiy qobiliyatini rivojlantirishda pape-mashe texnologiyasining tutgan o‘rni	324

СОЦИАЛЛЫҚ ПЕДАГОГИКА

Allamuratov A.T., Mavlonberganova U. Huqiqiy kompetenciya tushinigi ham onin strukturaliq qurami	331
Mavlonberganova U. Talabalarnin huqiqiy kompetenciyasin rawajlantiridnin pedagogikalq printsipleri	336
Erejepov M. Talim menejmentine tiyisli teoriyalarnin rawajlaninw	340
Tursunov H.H. Kar va zaif eshituvchi yuqori sinf o‘quvchilarining axborot kompetensiyasini rivojlantirishda tashkiliy-metodik muammo sifatida	345
Aralova I. M. Nutq kamchiligiga ega bolalarni tafakkurini korreksiyalashda refleksiv yondashish	352
Jabborov E. E. Yoshlar infantilligi shakllari, sabablari va bartaraf etish usullari	358
Ikramova D. F. Duduqlanishni bartaraf etishga qaratilgan zamonaviy yondoshuvlar	364
Egamberdiyeva Sh.A. Eshitishda nuqsoni bo‘lgan bolalarni o‘qishga o‘rgatishning pedagogik konsepsiyasini o‘ziga xos xususiyatlari	370
Kadirova X.A. Neyrotexnologiya orqali samarali ta’lim berish	376
Sattorova M.A., Xonqulova Z. Inklyuziv ta’lim barcha bolalar ijtimoiylashuvining muhim shakli	379
Xosilova Z.B., Azizxonova R.N. Rang ajrata olmaslik yoki daltonizm	386
Tleumuratova N.M. Maktab ta’limida analitik fikrlashni rivojlantirish (Ijtimoiy fanlar misolida)	390
Бурнашева А.Д. Методы повышения мотивации молодежи к получению квалификационного образования	393
Axrorova M. N. Innovative assessment techniques for evaluating speaking and writing skills	396

ФИЗИКАЛЫҚ ТӘРБИЯ ҲАМ СПОРТ

Utegenov J.J., Otarbaeva G.S. Baslangish tayarlq basqishinda akademik eskek esiwshilerdin ten salmaqliliqtin orn ham koordinatsiyaliq qabiletin rawajlandirw metodikasi	401
Beknazarov R.A., Genjebekova Sh.P., Abdreymova H.Q. Jas sportchilar ushin badminton shinigiwlarin sholkemlestiriw	408
Xasanova N.R. Sportda kreatinli qo'shimchalarning qo'llanilishi	412
Usmonov Z.N., Sobirov S.J. Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy sifatlarini shakllantirishning innovatsion usullari	418
Gilijova A.M., Umarjanov A.A. Basketbolchilarning maxsus chidamliligini rivojlantirishda fiziologik xususiyatlar	425
Omarova A.M. Voleybolchilarning sakrovchanlik qobiliyatini texnik usullarga mos tartibda rivojlantirish	431
Одилов О. Н. Бўлажак ўқитувчиларида ташкилотчилик компетенциясини ривожлантиришнинг тузилмавий даражаси	435
Yunusov U. B. Talaba yoshlarga futbol texnikasi va taktikasini o'rgatish va takomillashtirish	439
Yusupov E. T. Kurashchilar umumiy va maxsus sport tayyorgarliklari	446
Raximberdiyev J.N. Mustaqillik yillarida kurash sport turiga berilgan e'tibor	450



MUSTAQILLIK YILLARIDA KURASH SPORT TURIGA BERILGAN E'TIBOR

Raximberdiyev J.N.

Chirchiq davlat pedagogika universiteti

Jismoniy madaniyat va sport kafedrasi o'qituvchisi

Tayanch so'zlar: kurash tarixi, tahlil qilish, polvon, harbiy tayyorgarlik, to'y kurashi, turmush-tarzi, milliy sport, milliy g'urur, yurt kelajagi, tarbiya, sport musobaqalari.

Ключевые слова: история борьбы, анализ, борец, военная подготовка, свадебная борьба, образ жизни, национальный спорт, национальная гордость, будущее страны, образование, спортивные соревнования.

Key words: history of kurash, analysis, wrestler, military training, wedding kurash, lifestyle, national sport, national pride, future of the country, education, sports competitions.

РЕЗЮМЕ:

Ushbu maqolada kurash millatning ko'p ming yillar sayqallanib kelgan, benazir va bebaho qadriyati bo'lgan Kurashning roli beqiyosligini ko'rsatadi va mustaqil dunyoqarash va erkin fikrlashni shakllantirishda asosiy omil bo'lmoqda.

РЕЗЮМЕ:

В данной статье показана ни с чем не сравнимая роль борьбы, которая оттачивалась многие тысячи лет, является уникальной и неоценимой ценностью нации, является главным фактором формирования независимого мировоззрения и свободомыслия.

SUMMARY:

This article demonstrates the incomparable role of Kurash, a unique and invaluable value of the nation that has been honed for thousands of years, and is a key factor in the formation of an independent worldview and free thinking.

Kirish. Kurash sporti Sovet davriga kelib ancha o'zini yo'qota boshladi bunga sabablardan biri uzoq yillar davomida shakllangan kurash sporti ma'lum davr davomida qat'iy ta'qiqlandi. Bu davr bevosita Chor Rossiyasining Turkiston o'lkasini bosib olishi bilan bog'liqdir. Chor Rossiyasining Turkistonga, hozirgi O'zbekiston hududiga bosqini mahalliy xalqning erkinligini chekladi. Mahalliy xalqning urf-odatlar va an'analari, turmush-tarzi va boshqa bir qator asrlar davomida shakllangan yashash tarziga ta'qiq qo'yildi. Shu jumladan uzoq yillar davomida shakllangan va kishilar xayotining ajralmas qismiga aylangan kurash bilan shug'ullanish, kurash musobaqalarini tashkil etish ham qat'iyan man



etilgan. Shu sababli uzoq yillar davomida Chor Rossiyasi tasarrufida bo'lgan O'zbekistonda kurash bilan shug'ullanish va kurashni rivojlantirish uchun hech qanday amaliy ishlar olib borilmagan.

Kurash qayta kashf bo'lish. 1991-yil 31-avgustda O'zbekiston Respublikasi mustaqillikni qo'lga kiritdi. Bu voqea nafaqat geografik jihatdan mustaqil davlat sifatida dunyoda o'z o'rniga ega bo'lish, balki milliy urf-odatlar va an'analarning, xalq ma'naviy tiklanishi bilan ham katta ahamiyat kasb etdi. Mustaqillikning qo'lga kiritilishi kurash sportining qayta kashf etilishiga sabab bo'ldi. Kurashni rivojlantirish bo'yicha bir qator ishlar amalga oshirildi.

O'zbekiston Respublikasining birinchi Prezidenti Islom Karimovning milliy sportimiz kurashni rivojlantirishga doir amaliy ishlari alohida diqqatga sazovordir. Shu bilan birga, Komil Yusupovning tashabbusi bilan kurash qoidalari ishlab chiqildi va u sport turi sifatida tan olindi. Kurash o'tmish ajdodlarimizning ibratli hayot yo'li va serqirra faoliyatini milliy qadriyatlarimizni chinakam boyitgan bebaho xazinadir.

Kurash azal-azaldan oliyjanoblik, mardlik va halollik timsoli, xalqimizning bir necha ming yillik tarixga ega milliy-madaniy me'rosning qismi va bebaho boyligi hisoblanadi. 1998 yil 6 sentyabrda kurash xalqaro sport turi sifatida tan olindi va Xalqaro Kurash Assosiyasi - XKA tashkil etildi. Shundan so'ng kurash bo'yicha bir qator rasmiy musobaqalar tashkil etildi va bosqichma bosqichli ishlar rejalashtirildi.

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.

Ikkinchi bosqich 1998 – 2005 yillarni o'z ichiga olib, maqsadi jahon chempionatlari, xalqaro musobaqalar tashkil etish, jahonda kurash sportining o'z tizimini yaratishdan iborat. Uchinchi bosqich 2005 yil va undan keyingi yillarni o'z ichiga oladi. Asosiy maqsad XKAning xalqaro va qit'aviy sport tashkilotlari bilan aloqalarni mustahkamlash va rivojlantirish, kurashni ommaviy sport turi sifatida Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritishdan iborat. Ishonch bilan shuni aytish mumkinki, irodani toblaydigan, kishini xalollik sari intilishga undaydigan, kiyinchiliklarni bardosh va chidam bilan yengib o'tishga o'rgatadigan, inson kalbida g'alabaga ishonch, g'urur va iftixor tuyg'ularini shakllantirishga xizmat qiladigan Kurash shiddatkor xayot talablariga javob bera oladigan shaxslarga, bunyodkor yoshlarning barkamol bo'lishida o'zining benazir xissasini qo'shadi. Zero, polvonlik falsafasi kishini komillik sari yetaklaydi.



O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining qarori, 20.12.2024 yildagi PQ-450-son Kurash milliy sport turini rivojlantirish va ommalashtirishni yangi bosqichga olib chiqish chora-tadbirlari to‘g‘risida. Kurash milliy sport turini rivojlantirishni yangi bosqichga olib chiqish, uning xalqaro miqyosdagi nufuzini oshirish va xorijiy mamlakatlarda yanada keng targ‘ib qilish, shuningdek, kurashni rivojlantirish va ommalashtirish bo‘yicha faoliyatni tizimli qo‘llab-quvvatlashni tashkil qilish maqsadida: kurash milliy sport turining yangi yo‘nalishlarini joriy qilishda ishtirok etish, ularni ommalashtirish choralari ko‘rish;

kurash milliy sport turi trenerlari va hakamlarini xorijiy davlatlarga “eksport” qilishni yo‘lga qo‘yish; bir qator ishlar olib borilyapti.

Adabiyotlar tahlili va metodologiyasi. Asrlar davomida mardlik, bag‘rikenglik, oliyjanoblik va halollikning timsoli sifatida e‘zozlanib kelingan Kurash millatimizning bebaho qadriyati g‘ururi va iftixoridir! (K.Yusupov tasnifi) Kurashning ko‘p ming yillik tarixi polvonlarning jismoniy, ma‘naviy va ruhiy olamining yetukligini ta‘riflaydi.

- ▶ Kurashchi polvonlar qasam ichmaydilar, hech qachon o‘z yurtiga xiyonat qilmaydilar;
- ▶ Kurashchi polvonlar zinodan, giyohvandlik, makrdan hazar kiladilar, bu illatlarga qarshi kurashadilar;
- ▶ Kurashchi polvonlar irodasi kuchli, yod g‘oyalarga ergashmaydilar;
- ▶ Kurashchi polvonlar zaif va nochorlarni himoya qiladilar, muhtojlarga yordam ko‘rsatadilar;
- ▶ Kurashchi polvonlar mardlik va halollik, raqibiga nisbatan hurmat tuyg‘ulari bilan ajralib turadilar;
- ▶ Kurashchi polvonlar ja‘sur va kat‘iyatlik bo‘ladilar; Yuqoridagi ta‘riflarda asrlar davomida shakllangan Kurash falsafasi mujassamligini ko‘rish mumkin:
- ▶ Mustaqil dunyoqarash va erkin fikrlashni shakllantirishda;
- ▶ O‘z bilimi va kuchiga ishonib yashaydigan qat‘iyatli insonni tarbiyalashda;
- ▶ O‘zlikni anglash, muqaddas qadriyatlarni asrab - avaylashda;
- ▶ Oliyjanoblik, iymon-e‘tiqod, saxovat va halollik kabi insoniylik fazilatlarni yuksaltirishda - Millatning ko‘p ming yillar sayqallanib kelgan, benazir va bebaho qadriyati bo‘lgan Kurashning roli beqiyosligini ko‘rsatadi. Zero, polvonlik falsafasi insonni komillik sari yetaklaydi. Bo‘lajak jismoniy tarbiya va kurash o‘qituvchilari, murabbiylari kurash musabqalarida vazn o‘lchash bayonini, kurash bayonnomasi,



kurashchilar kiyib kurashadigan yaktak, kurash gilamlari haqida to'liq ma'lumotlarga ega bo'lishlari kerak.

Kurash kiyimi paxtadan tayyorlangan bo'lishi, mato o'ta qattiq bo'lmasligi shart. Quydagicha belgilarga ruhsat beriladi: Yaktakning uzunligi tizzadan 10 x 15 sm. balandda bo'lishi kerak. Yaktak ustidan bel atrofida ikki marta o'ralib bog'langan belbog'ning tugundan uchigacha bo'lgan qismi 20 sm. dan kam bo'lmasligi, yaktak yenglari uzunligi ko'pi bilan qo'l tirsagidan 20 x 25 sm. pastda bo'lishi, qo'l va yeng orasi 5 sm. bo'lishi, ishton uzunligi bo'yicha 10 x 15 sm. Kurashchi ayollar yaktak ichidan oq rangli, mahkam futbolka yoki kalta yengli yoqasiz ko'ylak kiyishi kerak. Xar ikkala jinsdagi kurashchilar xam yalang oyoq kurashadilar.

Kurash qoidalaridagi yana bir muhim ko'rsatkichlardan biri raqibga nisbatan qo'pollik ishlatmaslik, qoidaga zid hatti-harakatlar qilmaslikdir. «To'xta» ishorasidan so'ng kurashchi harakatni to'xtatishi xamda usullarni davom ettirmasligi qat'iy talab etiladi. Mazkur jixatlar qoidalarda o'z aksini topgan bo'lib, agar kurashchi qoidalarni buzsa hakam tomonidan ogohlantiriladi. Bundan ko'rinadiki, kurash eng avvalo tarbiya vositasi sifatida inson va uning shanini qadrlaydi. Kurashning qadriyat sifatidagi ahamiyati va o'rni faqatgina musobaqalarda emas, mashg'ulotlar jarayonida ham aks etadi. Murabbiylar mashg'ulotlar jarayonida kurashchilarni faqatgina jismoniy tayyorgarligini oshiribgina qolmay, ularni ma'naviy, axloqiy, va estetik tarbiyalab boradi. Tozalikka rioya qilish, kurash kiyimlarini, gilamni ozoda saqlash, mashg'ulotlar jarayonida tartib-intizomga rioya qilish, o'zaro hurmat ruhini shakllantirish va albatta, ustozlarga hurmatda bo'lish kerakligi kurashchilarga doimiy ravishda singdirib boriladi. Yoshlarni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash masalasi xalq pedagogikasi oldida turuvchi doimiy dolzarb vazifa hisoblangan. Ayniqsa, bugungi globallashtirish sharoiti yoshlar tarbiyasiga alohida yondashuv va talablar qo'yimoqda.

Hususan, ularni milliy va umuminsoniy qadriyatlar ruhida tarbiyalash muhim masalalardan hisoblanadi.

Natija va muhokamalar. Adabiyotlarni o'rganish va ilmiy-pedagogik kuzatishlar shuni ko'rsatadiki kurash o'ziga xos sport turi. U faqatgina jismoniy bellashuv manzarasi bo'libgina qolmay, ma'naviy va axloqiy tarbiya vositasi hamdir. Shu sababdan kurash bilan shug'ullanuvchilar o'ziga xos ruhiy, ma'naviy va axloqiy sifatlarga ega bo'ladi. Kurashning yana bir o'ziga xos jihati uning tomoshabopligidir. Kurash musobaqalari jarayonida sportchilar tomonidan murakkab va jozibali usullar qo'llaniladi. Usullarning bajarilishi qanchalik murakkab bo'lasin, u sportchiga jismoniy va ma'naviy



zarar yetkazmaydi. Mutaxassislarning fikricha, kurash sport turlari ichida eng xavfsiz sport turi hisoblanadi. Kurash bellashuvlarining boshlanishidan to yakunigacha sportchilar o'zlarining ham jismoniy ham ma'naviy tayyorgarlik darajasini namoyish qilishadi.

Kurash sportining ijtimoiy-tarbiyaviy ahamiyatini o'rganish, uning milliy va umuminsoniy qadriyat sifatidagi o'rnini o'rganish natijasida quyidagi xulosalarni beramiz:

- kurash inson jismoniy, ma'naviy va axloqiy tarbiyasi vositasi;
- kurash o'zining tarixiy rivojlanish xususiyatiga ko'ra uzoq davrni bosib o'tgan va xalq irodasi va intilishlari namunasi;
- qadimdan xalqimiz yoshlar tarbiyasida va ijtimoiy turmushtarzida kurashdan keng foydalangan va uni asrab-avaylab kelgan;
- kurash o'zbek xalqi xayotida muhim o'rin tutib, milliy qadriyat darajasiga ko'tarilgan;
- kurash barcha xalqlar va mamlakatlar e'tiqodi, intilishlari va xususiyatlari mosligi sababli umuminsoniy qadriyat darajasida e'tirof etiladi;
- gumanizm, vatanparvarlik va halollik kurashning eng asosiy tayanch ustunlaridan hisoblanadi hozirgi kunga kelib yoshlarimizda kurashga bo'lgan qiziqish ortib bormoqda

Xulosa. Kurash o'zining yuksak falsafiy, tarbiyaviy va gumanizm g'oyalariga ko'ra uzoq yillar davomida kishilar uchun tarbiya vositasi sifatida muhim rol o'ynaganli uchun, bugungi kunda yoshlarni jismonan sog'lom, ma'nan kuchli, aqlan yetuk, sog'lom va barkamol bo'lib yetishishlari judayam muximdir. Shu bois, kurashning jahon maydonlarida, uning nufuzini oshirishda yoshlarga insoniy fazilatlarini o'rgatish biz pedagoglardan juda katta mehnat va talabni e'tibor qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PQ-4881 «Kurash Milliy sport turini rivojlantirish va uning xalqaro nufuzini yanada oshirish chora-tadbirlari to'g'risi»da Qarori. 2020-yil 4-noyabr.
2. Yusupov K. Kurash xalqaro qoidalari, texnikasi va taktikasi. Toshkent. G'ofur G'ulom . 2005.132 bet.
3. Axmedov F.Q., Abdulaxatov A.R., Xayitov O.T. Kurash sportqadriyat-ma'naviyat va tarbiya vositasi. –Toshkent, 2020
4. Achilov T.S. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi (Milliy kurash). Darslik. Toshkent. 2020.
5. Achilov T.S, Xudoyberganov J.S Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma. Toshkent 2023.
6. Xudoyberganov J.S Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. Darslik. Toshkent. 2024
7. Parmonov Sh.Sh., Qilichev Sh.Sh. Amir Temurning harbiy san'ati.