796.
A-92.

T.S.ACHILOV

KURASH TURLARI VA UNI O‘QITISH METODIKASI (MILLIY KURASH)

у

Ко

в

796.
A-92.

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

TOSHKENT VILOYATI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI

T.S.ACHILOV

KURASH TURLARI VA UNI O'QITISH METODIKASI (MILLIY KURASH)

Darslik

5112000 – Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishilari uchun

-7526-

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
TOSHKENT VILOYATI CHIRCHIQ
DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI
AXBOROT RESURS MARKAZI

TOSHKENT
«ISHONCHLI HAMKOR»
2021

UO'K 796.81(075)
KBK 75.715
A 92

Achilov T.S.
Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi (milliy kurash) [Matn]: darslik / T.S. Achilov. – Toshkent: «ISHONCHLI HAMKOR», 2021. - 164 b.

Tuzuvchi:
T.S.Achilov – Toshkent viloyati Chirchiq davlat pedagogika instituti "Sport va chaqiriqqacha harbiy ta'lim" fakulteti dekani, dotsent.

Taqrizchilar:
A.N.Abdiyev – O'ZDJTSU "Xalqaro kurash turlari nazariyasi va uslubiyoti" kafedrasi p.f.d. proff.
T.S.Usmonxodjayev – TVCHDPI proffesori, p.f.d.

Darslik 5112000 Jismoniy madaniyat yo'nalishlarida o'tiladighan "Kurash turlarini o'qitish metodikasi" fan dasturi asosida yaratildi.

Darslikda milliy kurashning paydo bo'lishi, uning sport turlari tizimida tutgan o'rni, tarixiy manbalari, milliy kurash turlari, atamalari, uning texnikasi hamda taktikasi, uni o'rgatishning pedagogik texnologiyalari xususida fikr yuritiladi. Shuningdek, milliy kurashning maxsus va umumiy tayyorgarliklari, bajaruvchi mashqlar hamda kurash tushishni amalda bajarish texnologiyalari "Ta'lim to'g'risida"gi Qonun va "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" talablari asosida yozilgan.

Darslik Oliy ta'lim muassasalari jismoniy tarbiya fakultetlarining talabalari va o'qituvchilari uchun mo'ljallangan. Shu munosabat bilan bu sohada yaratilgan sharoitlardan biri oliy o'quv yurtlarida «Milliy kurash turlari va uni o'qitish metodikasi" fanining o'quv rejasiga kiritilganligidir. Ushbu fanning maqsadi ta'lim muassasalarida malakali va jismonan baqquvat kurashchilarni tayorlashda bo'lajak jismoniy tarbiya o'qituvchilarini ilmiy-nazariy va amaliy-uslubiy jihatdan qurollantirishga xizmat qiladi va o'quv fani sifatida kurashning har xil turlaridan sportchini jismoniy tayyorlash usullari va ularni amalda qo'llash yo'llari haqida ma'lumot beradi. Shuningdek, darslik kurashchining jismoniy, texnik, taktik va ruhiy-irodaviy tayyorgarligini tashkil etish usullari va vositalari haqida ma'lumot berib, jismoniy tarbiya o'qituvchilari, sport murabbiylari va instruktorlari uchun milliy kurash bo'yicha zamonaviy bilimlarni bayon etadi.

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2020 yil 14 avgustdagi 418-sonli buyrug'iga asosan nashr etishga ruxsat berilgan.

ISBN 978-9943-7090-7-2

© Achilov T.S., 2021.
© «ISHONCHLI HAMKOR», 2021.