

¹Muratov Muzaffar Shermamatovich,

²Shermamatov Akobir Muzaffar ugli

Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti, Samarqand, O‘zbekiston.¹

Samarkand shaxar 43 IDUM jismoniy tarbiya ukituvchisi.²

Kirish: Kurash insoniyat tarixi davomida jismoniy tarbiya, kuch sinash va o‘zlikni namoyon etish vositasi sifatida keng tarqalgan. Bugungi kunda milliy kurash va jahon kurashlari global miqyosda mashhur bo‘lib, ularning o‘rtasida ko‘plab o‘xshashliklar mavjud. Ushbu maqolada milliy va jahon kurashining asosiy o‘xshashliklari ko‘rib chiqiladi.

Kalit so‘zlar: ‘zbekiston, Tojikiston, Qirg‘iziston va boshqa Markaziy Osiyo davlatlarida milliy qadriyat sifatida e‘tirof etiladi.

Jismoniy va ruhiy tayyorgarlikning ahamiyati Milliy va jahon kurashlarida sportchilarning jismoniy va ruhiy holati hal qiluvchi ahamiyatga ega. Har ikki kurash turida kuch, chidamlilik, tezkorlik va moslashuvchanlik talab qilinadi. Sportchi raqibning harakatlarini oldindan sezish va ularga moslashish mahoratini rivojlantirishi kerak.

- **Milliy kurash:** Asosan belbog‘ ushlar orqali amalga oshiriladi. Sportchi nafaqat kuchini, balki muvozanatini ham boshqarishi lozim.
- **Jahon kurashlari** (judo, sambo, erkin kurash): O‘xshash tarzda, sportchi nafaqat o‘zining, balki raqibining harakatlariga ham javob berishga tayyor bo‘lishi kerak.

Texnik usullarning umumiyliigi Milliy va jahon kurashlarida yiqitish, uloqtirish va barqarorlikni buzishga qaratilgan texnik usullar qo‘llaniladi. Garchi usullarning nomlanishi va bajarilishi biroz farqlansa-da, ularning maqsadi bir xil – raqibni yerga yiqitish.

- **Milliy kurash:** Belbog'dan ushlab uloqtirish va yiqitish asosiy texnikalardan biri. Bu o'ziga xos milliy elementlarni o'zida aks ettiradi.

- **Jahon kurashlari:** Judo, grek-rim kurashi va sambo kabi sport turlarida ham o'xshash usullar mavjud, ammo qo'llash texnikasi kengroq va murakkabroq.

Qoidalarining mavjudligi Har ikki kurash turida qat'iy qoidalar mavjud bo'lib, ular sportchilar o'rtasidagi adolatni ta'minlaydi. Bu qoidalar kurashning maqsadini saqlab qolish va sport etikasini yuqori darajada saqlashga xizmat qiladi.

- **Milliy kurash:** Musobaqalarda qoidalar o'zgarmas, milliy an'analar asosida belgilangan.

- **Jahon kurashlari:** Xalqaro federatsiyalar tomonidan qabul qilingan qoidalar asosida o'tkaziladi. Bu musobaqalarni global miqyosda tashkil qilishga imkon beradi.

Sport madaniyati va meros Kurash turli xalqlarning tarixiy merosining bir qismi hisoblanadi. Milliy kurash mahalliy an'ana va urf-odatlarini aks ettirsa, jahon kurashlari xalqlarni birlashtiradigan global sport madaniyatini shakllantiradi.

- **Milliy kurash:** O'zbekiston, Tojikiston, Qirg'iziston va boshqa Markaziy Osiyo davlatlarida milliy qadriyat sifatida e'tirof etiladi.

- **Jahon kurashlari:** Olimpiada va jahon chempionatlari orqali turli millat vakillarini birlashtiradi.

O'zaro hurmat va sport etikasi Har ikki kurash turida raqibga hurmat ko'rsatish, adolatli o'ynash va halollik sportning ajralmas qismi hisoblanadi. Bu tamoyillar nafaqat musobaqalarda, balki hayotda ham sportchilarning rivojlanishiga xizmat qiladi.

Xulosa Milliy va jahon kurashlari o'ziga xosliklari bilan ajralib turadi, ammo ular orasidagi o'xshashliklar kurashni universal sport turi sifatida belgilaydi. Har ikki kurash turi insonni jismonan baquvvat, ruhan bardoshli qilish bilan birga, madaniyatlararo muloqotni kuchaytiradi. Shu bois, milliy kurashning

xalqaro miqyosda tan olinishiga xizmat qiluvchi sa'y-harakatlar bugungi kunda katta ahamiyatga ega.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Shermamatovich M. M. The Role of Physical Education in Our Life //International Journal of Formal Education. – 2024. – T. 3. – №. 3. – С. 63-65.
2. Muratov M. The northern Black Sea: the case of the Bosporan kingdom. – 2015.
3. Хусайинов Ш. Ҳа. и др. ПРЕИМУЩЕСТВА КОМАНДНЫХ ВИДОВ СПОРТА ДЛЯ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ: Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari //Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari. – 2024. – Т. 6. – №. 1. – С. 47-55.
4. Shermamatovich M. M., Yalgashevich X. S., Muzaffar o'g'li S. A. SPORT KURASHIDA SARALASH: Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari //Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari. – 2024. – Т. 6. – №. 1. – С. 69-75.
5. Yalgashevich K. S., Shermamatovich M. M., Zayniddinovich N. I. The role of physical culture in the life of students //Int J Sci Technol Res. – 2021. – Т. 10. – №. 03. – С. 1-4.
6. Shermamatovich M. M. OZBEKISTONDA MILLIY KURASHNING RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI //TADQIQOTLAR. UZ. – 2024. – Т. 39. – №. 5. – С. 36-41.
7. Муратов М. Ш. ИЗУЧЕНИЕ СТЕПЕНИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ //TADQIQOTLAR. UZ. – 2024. – Т. 38. – №. 5. – С. 22-27.
8. Муратов М. Ш., о'ғ'ли Шермаатов А. М. ИСПОЛЗОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МЕТОДОВ В ОБУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ //Modern Scientific Research International Scientific Journal. – 2024. – Т. 2. – №. 3. – С. 186-192.
9. Shermatovich M. M. JISMONIY TARBIYA VA SPORT DARSLARIDA ZAMONAVIY PEDAGOGIK TEXNOLOGIYALARDAN

- FOYDALANISHNING JIHATLARI //Journal of new century innovations. – 2024. – T. 48. – №. 1. – C. 130-132.
10. Shermamatovich M. M. DEVELOPMENT OF WRESTLING SPORTS IN UZBEKISTAN AND AWAKENING OF THE CONCEPT OF PATRIOTISM IN STUDENTS //JOURNAL OF SCIENCE, RESEARCH AND TEACHING. – 2023. – T. 2. – №. 5. – C. 36-39.
11. Shermamatovich M. M. THE SPORT OF WRESTLING AND THE LAWS OF THE FIELD OF WRESTLING //TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI. – 2023. – T. 3. – №. 5. – C. 84-88.
12. Shermamatovich M. M. et al. Proposals On Innovative Solutions Of Organizing The Architecture Of Multifunctional Sports Facilities //Journal of Advanced Zoology. – 2024. – T. 45.
13. Shermamatovich M. M., Aybxonovich T. M. O'QUVCHILARNING FUTBOL BO'YICHA TEXNIK-TAKTIK TAYYORGARLIK TOMONLARINI O'RGANISH MUAMMOLARI //Journal of new century innovations. – 2024. – T. 44. – №. 1. – C. 84-87.
14. Shermamatovich M. M. et al. Endurance Formation in General Physical Training Students //International Journal on Integrated Education. – 2021. – T. 4. – №. 3. – C. 356-359.
15. Shermamatovich M. M., Latif T. DEVELOPMENT OF SPORTS IN THE REPUBLIC OF UZBEKISTAN //Galaxy International Interdisciplinary Research Journal. – 2023. – T. 11. – №. 3. – C. 374-377.
16. Shermamatovich M. M., Norkulovich S. K., Tursunovna H. U. PLACE AND ROLE OF PSYCHOLOGICAL AND VOLITIONAL TRAINING IN THE TRAINING PROCESS OF STUDENTS-BOXERS //World Bulletin of Management and Law. – 2022. – T. 8. – C. 141-144.
17. Shermamatovich M. M. Psychological Description Of Sport And Psychological Development Of Sportsmen //Eurasian Research Bulletin. – 2023. – T. 17. – C. 7-9.

18. Yalgashevich X. S., Shermamatovich M. M. Enhancing Athletes' Regained Performance Through Rational Nutrition //International Journal of Innovations in Engineering Research and Technology. – 2020. – №. 1. – C. 1-6.
19. Shermamatovich M., Yalgashevich K., Narkulovich S. The development of physical preparedness of student young people //Psychology and Education Journal. – 2021. – T. 58. – №. 1. – C. 2699-2704.
20. Shermamatovich, M. M., Tursunovna, H. U., Zayniddinovich, N. I., Boltayevich, A. S., & Yalgashevich, K. S. (2021). Physical education of student youth in modern conditions. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*, 11(2), 1589-1593.