

MILLIY KURASH TARIXI VA BOSQICHLARI*Muratov Muzaffar Shermamatovich**Samarqand davlat tibbiyot universiteti, Samarqand, O'zbekiston.¹**Shermamatov Akobir Muzaffar ugli**Samarkand shaxar 43 IDUM jismoniy tarbiya ukituvchisi.²*

Anotatsiya: Milliy qadriyatdan umuminsoniy qadriyatga aylanib bugun jahon nigohini o'ziga mahliyo etgan kurash ma'naviy qadriyat va sport turi sifatida o'zining chuqur tarixiga ega. Tarixshunos, qadimshunos, elshunos va faylasuf olimlarning olib borgan tadqiqotlari, izlanishlari va arxeologik ilmiy qidiruvlari, kuzatishlari natijasida topilgan ashyoviy dalillar kurashning yoshi kamida 2,5-3 ming yildan ziyod ekanligini tasdiqlaydi. IV asrda O'rta Osiyoda yashagan xalqlar orasida epchil akrobatdorbozlar juda mashhur bo'lgan. Epchil, jismoniy jihatdan juda chiniqqan dorbozlar, chig'irich simbozlar Yunoniston, Vizantiya va Eron kabi mamlakatlarga borib, o'zlarining ajoyib va xatarli o'yinlarini qiziqchi va masxarabozlarning o'tkir satira va kulgi bilan sug'orilgan turli sirk sahnalari, o'qdek uchadigan muallaqchilar va kishi aqli bovar qilmaydigan pahlavonlarning o'yinlari, yog'och oyoqlarning jo'shqin raqslar va ot o'yinlarni chuqur ma'noli so'zlari va baytlarini sozandalarning bu o'yinlarga moslangan mashqlarini ko'z-ko'z qilganlar.

Kalit so'zlar: Shohnoma", "Qobusnoma", "Zafarnoma", "Boburnoma" "Chorgoh", "Segoh", "Panjgoh".

Kirish: Qadim zamonlarda jamoa jismoniy tarbiya sohasida o'z davrlari zimmasiga ma'lum majburiyatlar yuklagan. Yosh qiz va yigitlar hayotda kerak bo'ladigan epchilik, chidamlilik, chaqqonlik, qat'iylik va jasurlik kabi qobiliyatlarga ega bo'lishlari shart bo'lgan. "Oynoma"da berilgan ma'lumotlarga ko'ra, sosoniylar davrida zodagonlarning bolalari 6 yoshgacha ota-onalarining uyida yashagan, 7 yoshga yetgandan keyin davlat tarbiyasiga o'tkazilib, hukmdorlar ixtiyorida bo'lgan maxsus maktablarga joylashtirilgan va 19 yoshga yetgunga qadar ana shu maktabda tahsil ko'rgan. O'z bilimi va bahodirligi bilan mashhur bo'lgan kishilar shu maktablarda murabbiylik vazifasini o'taganlar. Eng muhimi ushbu maktablarda bolalarni jismoniy tarbiyalash masalasiga alohida e'tibor berilgan². Buyuk alloma Ibn Sino badantarbiyani ikkiga bo'ladi. Birinchi turi, bu odamning ish jarayonida qiladigan harakatlari, ikkinchisi esa maxsus badantarbiya harakatlari. Besh jilddan iborat "Al-qonun"da kishi tanasi tuzilishining tavsifi kasalliklar etimologiyasi sog'lom hayot kechirish haqida ta'limot, kasalliklarni tabiat kuchlari va dori-darmonlar bilan davolashga doir ko'rsatmalar berilgan. Ibn Sinoning profilaktikaga doir ko'rsatmalari haqidagi fikri alohida ahamiyatga ega. U odamlarning uzoq umr ko'rishlari haqida

g'amxo'rlik qilib, ularga butun hayoti davomida sog'lom yashash va sog'liqni mustahkamlash uchun zarur bo'lgan tartibni o'rgatadi. U yosh va sog'liqqa mos keladigan ovqat tanlab iste'mol qilish, me'yori bilan ovqatlanish va suyuq narsalar iste'mol qilish, tanani toza tutish, shuningdek jismoniy mashqlarni bajarish uzoq umr ko'rish vositalari deb hisoblaydi. Ibn Sino turli mashqlar orasida me'yori bilan uzoq va tez yurish, kurash tushish va ot minishni alohida ta'kidlagan. Ibn Sinoning fikricha, mashqlardan ko'zda tutiladigan asosiy maqsad qon aylanishini, nafas olishni va organizmdagi moddalar almashinuvini yaxshilashdan iboratdir. Sharq adabiyoti durdonalari hisoblanmish "Shohnoma", "Qobusnoma", "Zafarnoma", "Boburnoma" singari asarlarda ham polvonlari siyrati-yu qiyofasiga oid yorqin chizgilar, ularni ma'naviy olamini bezovchi serjilo rangli tasvirlar va ta'riflar keltirilgan. Alisher Navoiy hazratlari ham kurashdan, uning dovrug'ini yetti iqlimga taratgan polvonlar bahsidan huzurlangan. Shu bois ko'plab asarlarda pahlavonlar hayoti va faoliyatiga oid ajoyib-g'aroyib voqealar, lavhalarni yozib qoldirgan. Polvonzodalarga bag'ishlangan maxsus "Holoti Pahlavon Muhammad" (tarjimayi hol asari)da daho ijodkor, o'z davrining tengsiz polvonzodasi Pahlavon Muhammad kurash san'atidan tashqari diniy va dunyoviy ilmlarni, jumladan, astronomiya va matematika, kimyo va falsafa, adabiyotshunoslik va san'atshunoslik, huquqshunoslik va boshqa bilimlarni mukammal egallaganini aytib o'tgan. "Chorgoh", "Segoh", "Panjgoh" singari mashhur kuylar shu'balarini yaratgani, xususan, sher san'ati bobida ham yuksak ta'b va bilimga ega ekanligini alohida ta'kidlagan. Kurash tushushni kanda qilmagan buyuk polvon va bahodir Pahlavon Muhammad she'rni nozik tushunganidan o'sha davr shoirlari yangi asarlarni avvalo, ul zotga ko'rsatib, maslahat olishga oshiqar ekanlar. Pahlavon Muhammad yetuktabib ham bo'lgan. Zamonasining mashhur tabiblari Mavlono Qutbiy, Mavlono A'loulmulk va Mavlono Abdusalomlar bilan tibbiyot masalalari yuzasida bahs yuritar va tabiblar polvonzodaning muolaja usullarini o'z asarlariga tabiiyki, amaliyotga kiritar ekanlar. Pahlavon Muhammadning odobi, saxiyliigi, bezorligi, sofdilligi, mardligi, mehmonnavozligi, halolligi polvonlarga xos bo'lgan ulug' xislatlar ekanligini qayd etganlar. O'z zamonasida qudratli saltanat qurgan Amir Temur buyuk davlat arbobi, ma'rifatparvar hukmdor, salohiyatli sarkarda bo'lib qolmasdan, ayni vaqtda kurash ilmi hadisini mukammal egallagan kuchli polvonsifat inson ham bo'lgan. Shuning uchun u mamlakatda yoshlarni chiniqtirish, vatanni sevuvchi, yurt xizmatiga kamarbasta, yetuk shaxslar qilib voyaga yetkazishda kurashning tutgan o'rniga katta ahamiyat bergan. Sharafiddin Ali Yazdiy "Zafarnoma"sida va Alisher Navoiyning "Nasoyim ul-muhabbat" asarida esa Sohibqiron Amir Temur davridagi pahlavon Bobohoki (asli Afg'oniston shimolidagi Shibirg'on viloyatidan) Uchqora Bahodir (asli Navoiy viloyatining Xatirchi tumanidan), Abbas Usmon Joloyir (asli Buxoro viloyatining Qorako'l tumanidan) singari yuzlab benazir o'zbek polvonlari haqida qiziqarli ma'lumotlar keltirilgan.

Qadimiy Sug'diyona markazi bo'lgan Samarqandda Navro'z bayrami har doim xalq tomoshalari bilan o'tgan. Bular da xalq, san'at vakillari, baxshilar, xonandalar, hofizlar, dorbozlar, raqqoslar o'z san'atini namoyon qilishgan. Bu bayramlarda xalq, dorbozlarning chiqishi va ayniqsa, poygani zo'r qiziqish bilan tomosha qilishgan. Lekin har bir bayram kurahsiz o'tmagan. Musobaqalar natijasida har yili kurashchilardan biri Sug'diyona polvoni nomini olgan. Bayramlarda ushbu polvon obro'li joyda o'tirgan va kurash tushishni istagan har kishini bellashuvga chaqirgan. Odatda talabgorlar ko'p bo'lgan. Ba'zi vaqtlarda asosiy polvon va kuchiga ko'ra unga munosib raqiblar o'rtasidagi kurash, hatto, bir necha kun davom etgan. Kurashda o'z raqibini yenggan polvon kelgusi yil g'olibi hisoblangan. Bundan tashqari Samarqandda Qurbon hayit bayrami kunlarida doimo kurashbellashuvlari o'tkazilgan va u ko'p tomoshabinlarni o'ziga jalb qilganligi haqida ko'plab ma'lumotlar mavjud. Xalq og'zaki ijodida ham kurash sporti to'g'risida qimmatli ma'lumotlar berilgan. Ushbu turdagi manbalardan o'tmishda kurashning mavjudligini emas, balki uning xususiyatlari, kurash sharti va texnikasi to'g'risida ham ma'lumotlarni olishimiz mumkin. Milliy kurash ertaklarda ham aks ettirilgan. Masalan, Xirs polvon "qoqma" deb nomlangan usulni qo'llagan. Hozirgi vaqtda ham kurashchilar bu usuldan foydalanadilar. Faqatgina bu usul bugungi kunda "supurma" usuli deb nomlanadi. Xalq og'zaki ijodi asarlari orasida "Alpomish" dostoni alohida o'rin egallaydi. Dostonda polvonlarning bellashuvi, ularning kuchlilik, chaqqonlik, chidamlilik, botirlik kurashish usullarini qo'llay bilish sohasida musobaqalashuvi badiiy shaklda tasvirlangan. Alpomishda tasvirlangan kurash manzarasidan kurashchilar maxsus kiyim va belbog'iga ega bo'lganligini, kurash vaqt jihatidan cheklanmaganini, raqibini belbog'idan ushlab olish asosiy usul hisoblanganligini ko'rish mumkin. Mo'minjon Muhammadjonovning "Turmush urinishlari" nomli kitobida yerli xalq kurashni qanday sevganligi haqida shunday ma'lumot berilgan: Toshkentning Chaqar mahallasida yashab o'tgan Ahmad pahlavon Tolipboy o'g'lining O'rta Osiyoda kurashib, yiqitmagan pahlavoni qolmagan edi. Shu vaqtlarda 1895-yillarda butun jahonga mashhur bo'lgan nemis pahlavoni Reppel Toshkentga kelib, sirkda o'z pahlavonligini ko'rsatib hamma tomoshabinlarni qoyil qilib yurgan. Uning og'irligi 8.5 funt 133 kg bo'lib, 8 pudlik cho'yanni ikki qo'li bilan, olti pudlik cho'yanni kifti bilan ko'tarar edi. Shu pahlavon Ahmad pahlavonning dovrug'ini eshitib, u bilan kurash tushmoqqa jazm qilgan. Yigirma sakkiz yoshli Ahmad pahlavon kim yiqilib mayib bo'lsa, o'z gardaniga degan shart bilan kurashga rozi bo'lgan.

Xulosa: Besh jilddan iborat "Al-qonun"da kishi tanasi tuzilishining tavsifi kasalliklar etimologiyasi sog'lom hayot kechirish haqida ta'limot, kasalliklarni tabiat kuchlari va dori-darmonlar bilan davolashga doir ko'rsatmalar berilagan. Ibn Sinoning profilaktikaga doir ko'rsatmalari haqidagi fikri alohida ahamiyatga ega. U odamlarning uzoq umr ko'rishlari haqida g'amxo'rlik qilib, ularga butun hayoti davomida sog'lom

yashash va sog'liqni mustahkamlash uchun zarur bo'lgan tartibni o'rgatadi. U yosh va sog'liqqa mos keladigan ovqat tanlab iste'mol qilish, me'yori bilan ovqatlanish va suyuq narsalar iste'mol qilish, tanani toza tutish, shuningdek jismoniy mashqlarni bajarish uzoq umr ko'rish vositalari deb hisoblaydi. Ibn Sino turli mashqlar orasida me'yori bilan uzoq va tez yurish, kurash tushish va ot minishni alohida ta'kidlagan.

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. Уа. 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. – T. 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. – T. 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. – T. 10. – №. 03. – С. 1-4.
6. Shermamatovich M. M. OZBEKISTONDA MILLIY KURASHNING RIVOJLANISH ISTIQBOLLARI //TADQIQOTLAR. UZ. – 2024. – T. 39. – №. 5. – С. 36-41.
7. Муратов М. Ш. ИЗУЧЕНИЕ СТЕПЕНИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ //TADQIQOTLAR. UZ. – 2024. – T. 38. – №. 5. – С. 22-27.
8. Муратов М. Ш., о'гли Шермаатов А. М. ИСПОЛЗОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МЕТОДОВ В ОБУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ //Modern Scientific Research International Scientific Journal. – 2024. – T. 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. – С. 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. – С. 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.