UMUMTA’LIM MAKTABLARIDA MILLIY KURASHNI O‘QITISH METODIKASINI TAKOMILLASHTIRISHNING PEDAGOGIK ASOSLARI

Aitbayev Shuxrat Genjebayevichi
Chirchiq davlat pedagogika universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti 26/9-guruh talabasi
https://doi.org/10.5281/zenodo.24531972

Annotatsiya. *Maqolada umumta’lim maktablarida milliy kurashni o‘rgatishning pedagogik asoslari, o‘quvchilarning jismoniy sifatlarini rivojlantirish hamda milliy qadriyatlar va sport odobini shakllantirishdagi ahamiyati yoritilgan. Shuningdek, kurash mashg‘ulotlarini yosh xususiyatlariga mos tashkil etish bo‘yicha metodik tavsiyalar berilgan.*
Kalit so‘zlar: *milliy kurash, umumta’lim maktabi, jismoniy tarbiya, o‘quvchilar, o‘qitish metodikasi, jismoniy sifatlar, milliy qadriyatlar.*
Аннотация. *В статье рассматриваются педагогические основы обучения национальной борьбе в общеобразовательных школах, её значение для развития физических качеств учащихся, формирования национальных ценностей и спортивной этики. Представлены методические рекомендации по организации занятий с учётом возрастных особенностей школьников.*
Ключевые слова: *национальная борьба, общеобразовательная школа, физическое воспитание, учащиеся, методика обучения, физические качества, национальные ценности.*
Abstract. *The article examines the pedagogical foundations of teaching traditional Uzbek Kurash in general education schools. It highlights the role of Kurash in developing students’ physical abilities, promoting national values, and fostering sportsmanship. Methodological recommendations are provided for organizing age-appropriate lessons.*
Keywords: *traditional Kurash, general education school, physical education, students, teaching methodology, physical abilities, national values.*

Kirish. Jismoniy tarbiya yosh avlodni sog‘lom, jismonan barkamol va ma’naviy yetuk etib tarbiyalashning muhim vositalaridan biridir. Umumta’lim maktablarida jismoniy tarbiya darslarini mazmunan boyitish, o‘quvchilarning sportga qiziqishini oshirish va milliy qadriyatlarni targ‘ib qilishda o‘zbek milliy kurashining imkoniyatlari katta.

Milliy kurash xalqimizning tarixiy an’analari, jasorat, halollik, sabr-toqat va o‘zaro hurmat kabi fazilatlari bilan uzviy bog‘liq. Uni maktab ta’limiga pedagogik jihatdan to‘g‘ri integratsiya qilish o‘quvchilarning nafaqat jismoniy tayyorgarligini, balki intizomi, mas’uliyati va jamoada o‘zini tutish madaniyatini ham rivojlantirishga xizmat qiladi.

2026-yil 21-yanvardagi PQ-22-son qarorda sport kurashlarini rivojlantirish, umumta’lim maktablarida tegishli sport klublarini tashkil etish va 2026/2027-o‘quv yilidan boshlab zarur sharoitlarga ega maktablarda “Bolalar uchun kurash” dasturini joriy etish vazifalari belgilangan [1]. Bu esa milliy kurashni maktab yoshidagi bolalarga o‘rgatish metodikasini takomillashtirishning dolzarbligini ko‘rsatadi.

Milliy kurash o‘quvchilarning jismoniy faolligini oshirish bilan birga, ularda milliy merosga hurmatni shakllantirish imkonini beradi. Kurash mashqlarini muntazam va to‘g‘ri tashkil etish kuch, chaqqonlik, muvozanat, koordinatsiya va harakatlarni boshqarish qobiliyatlarini rivojlantirishga yordam beradi.

Kurashning tarbiyaviy imkoniyatlari ham muhimdir. Mashg‘ulot jarayonida o‘quvchilar raqibga hurmat bilan munosabatda bo‘lish, belgilangan qoidalarga rioya qilish, g‘alaba va mag‘lubiyatni munosib qabul qilish, o‘z harakatlari uchun javobgarlikni his etishga o‘rganadilar.

Shu bilan birga, milliy kurashni maktabda o‘rgatish professional sportchilarni tayyorlash bilan tenglashtirilmasligi kerak. Maktab mashg‘ulotlarining asosiy vazifasi o‘quvchilarning sog‘lig‘ini mustahkamlash, harakat ko‘nikmalarini rivojlantirish, sportga qiziqishini oshirish va xavfsiz jismoniy faollikni ta’minlashdan iborat.

Kurash mashg‘ulotlari o‘quvchilarning yoshi, jismoniy tayyorgarligi va individual imkoniyatlarini hisobga olgan holda bosqichma-bosqich tashkil etilishi lozim. Dastlab umumrivojlantiruvchi mashqlar, muvozanatni saqlash, gavdani boshqarish, to‘g‘ri turish va xavfsiz harakatlanish ko‘nikmalariga e’tibor qaratiladi.

Keyingi bosqichlarda kurashga xos boshlang‘ich holatlar, ushlashni bajarishga tayyorlovchi mashqlar va juftlikda bajariladigan sodda topshiriqlar o‘rgatilishi mumkin. Murakkab texnik elementlarga o‘tishdan oldin o‘quvchilarning tayyorgarligi hamda harakatni to‘g‘ri bajara olish darajasi baholanishi zarur.

Darslarda quyidagi metodlardan foydalanish maqsadga muvofiq:

• **Tushuntirish va namoyish etish metodi** — o‘qituvchi mashqning bajarilish tartibini tushuntiradi va xavfsiz bajarilishini ko‘rsatadi.

• **Takrorlash metodi** — o‘quvchilar oddiy harakatlarni bir necha marta bajarish orqali ko‘nikmalarini mustahkamlaydilar.

• **O‘yin metodi** — muvozanat, tezkor reaksiya va harakatlarni muvofiqlashtirishga qaratilgan xavfsiz o‘yinlar orqali mashg‘ulotga qiziqish oshiriladi.

• **Juftlikda ishlash metodi** — o‘quvchilar o‘zaro hamkorlik qilish, sherigining harakatini hisobga olish va qoidalarga rioya etishni o‘rganadilar.

• **Individual yondashuv** — topshiriqlar o‘quvchining jismoniy imkoniyatlari va tayyorgarlik darajasiga qarab moslashtiriladi.

Mazkur metodlarni uyg‘unlashtirish darsning samaradorligini oshirish, o‘quvchilar faolligini ta’minlash va harakat ko‘nikmalarini izchil shakllantirishga yordam beradi.

Milliy kurashni o‘qitishda xavfsizlik ustuvor talab hisoblanadi. Mashg‘ulotdan oldin sport maydoni yoki gilamning holati, jihozlarning sozligi va atrofning xavfsizligi tekshirilishi lozim. Dars umumiy badan qizdirish mashqlari bilan boshlanib, yuklama bosqichma-bosqich oshiriladi.

O‘quvchilarga sherigini itarish, nazoratsiz yiqitish, og‘riq keltiruvchi harakatlar va ruxsat etilmagan usullarni bajarish mumkin emasligi tushuntiriladi. Yiqilish bilan bog‘liq harakatlar faqat tegishli sharoitda, o‘qituvchi nazorati ostida va zarur tayyorgarlikdan so‘ng o‘rgatilishi kerak.

Boshlang‘ich sinflarda harakatli o‘yinlar, muvozanat va koordinatsiyani rivojlantiruvchi mashqlarga ko‘proq e’tibor berish maqsadga muvofiq. Yuqori sinflarda esa o‘quvchilarning tayyorgarligiga qarab texnik harakatlar, vaziyatni baholash va qoidalar asosida sheriklik mashqlarini murakkablashtirish mumkin. Bunda jismoniy yuklamani o‘quvchilarning salomatligi va individual imkoniyatlariga moslashtirish zarur.

Milliy kurash darslarida jismoniy va ma’naviy tarbiyani birgalikda olib borish muhim. O‘qituvchi har bir mashg‘ulotda halollik, intizom, sherikka hurmat, o‘zini tuta bilish va mas’uliyat kabi fazilatlarni amaliy vaziyatlar orqali mustahkamlashi mumkin.

Mashg‘ulot yakunida o‘quvchilarning mashqlarni bajarish sifati, faolligi, qoidalarga rioya qilishi, o‘zaro hamkorligi va xavfsiz harakatlanishi baholanadi. Baholash faqat kuch yoki g‘alabaga asoslanmasdan, individual rivojlanish va ijobiy xulq-atvorni ham qamrab olishi lozim.

Milliy kurashni maktabning sport to‘garaklari, sog‘lomlashtirish tadbirlari va sport bayramlari bilan bog‘lash o‘quvchilarning milliy sportga bo‘lgan qiziqishini oshirishi mumkin. Bunda barcha o‘quvchilar, jumladan, jismoniy tayyorgarligi turlicha bo‘lgan bolalar uchun ham mos ishtirok etish imkoniyatlari yaratilishi zarur.

Xulosa. Umumta’lim maktablarida milliy kurashni o‘qitish o‘quvchilarning jismoniy rivojlanishi, harakat ko‘nikmalarini shakllantirish va milliy qadriyatlarga hurmat ruhida

tarbiyalanishida muhim pedagogik imkoniyatlarga ega. Mashg‘ulotlar samaradorligi o‘quvchilarning yosh xususiyatlarini hisobga olish, oddiydan murakkabga tamoyiliga rioya etish, turli o‘qitish metodlarini uyg‘unlashtirish va xavfsizlik talablarini ta’minlashga bog‘liq.

Maktablarda milliy kurashni rivojlantirish uchun o‘qituvchilarning metodik tayyorgarligini oshirish, tegishli sport jihozlari va xavfsiz mashg‘ulot sharoitlarini yaratish, yoshga mos o‘quv-uslubiy materiallardan foydalanish hamda sport to‘garaklari faoliyatini takomillashtirish tavsiya etiladi. Ushbu yondashuv milliy kurashning ta’limiy, sog‘lomlashtiruvchi va tarbiyaviy imkoniyatlaridan samarali foydalanishga xizmat qiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2026-yil 21-yanvardagi PQ-22-son “Sport kurashlarini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi qarori. https://lex.uz/uz/acts/-8012304
2. Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi (milliy kurash). Darslik. IIAU raqamli kutubxonasi. https://book.iiau.uz/books/kurash-turlari-va-uni-oqitish-metodikasi-milliy-kurash-13448
3. Raxmonov D. Kurash texnikasi va taktikasini bolalarga o‘rgatish yo‘llari // Maktabgacha va maktab ta’limi jurnali. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.15791183
4. Jabborov A.A. Kurashni umumta’lim maktablari jismoniy tarbiya darslariga integratsiya qilishning pedagogik asoslari // Modern Educational System and Innovative Teaching Solutions. https://esiconf.org/index.php/MESAS/article/view/3756