

SPORTCHILARDA MILLIY MADANIYATNI SHAKILLANTIRISHDA
TARIXIY USLUBLARNING O'RNIРОЛЬ ИСТОРИЧЕСКИХ СТИЛЕЙ В ФОРМИРОВАНИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ
КУЛЬТУРЫ СПОРТСМЕНОВTHE ROLE OF HISTORICAL STYLES IN FORMING NATIONAL CULTURE
IN ATHLETES

Javliyev Fayzulla

Xalqaro Innavatsion Universiteti Psixologiya bo'limi 24-01 guruh 2-kurs magistranti

Annotatsiya: *Ushbu maqolada insoniyat uchun sportning naqadar muhim ekanligi, sportdagi psixologik uslublarning tarix bilan uzviy bog'langan ko'rinishlari tahlil qilinadi.*

Kalit so'zlar: *Sport psixologiyasi, tarbiya, jismoniy ma'daniyat, pedagogika, o'zbek milliy xalq harakatli o'yinlari.*

Аннотация: *В статье анализируется значение спорта для человечества и проявления психологических приемов в спорте, которые неразрывно связаны с историей.*

Ключевые слова: *Спортивная психология, образование, физическая культура, педагогика, узбекские национальные народные игры.*

Abstract: *This article analyzes the importance of sport for humanity and the manifestations of psychological techniques in sport that are inextricably linked to history.*

Keywords: *Sports psychology, education, physical culture, pedagogy, Uzbek national folk games.*

Sport inson hayotida doimo muhim vazifani bajargan va kishilarning turli avlodlari o'rtasidagi aloqa va vorislikni amalga oshirgan sportning o'z maqsadi va vazifalari, mazmuni, shakli va usullari bo'yicha davrlar osha o'zgarib borgan. Bu o'zgarishlar kishilar o'rtasidagi munosabatlar bilan chambarchas bog'liq. Shundan kelib chiqib, ommaviy sportda vatan himoyasiga tayyor, mehnatga ijtimoiy faoliyatga, hayotga har tomonlama rivojlangan komil insonni tarkib toptirishga e'tibor berish kerak. Xalqimiz qadimdan yosh avlodni ruhan faol, axloqli va ma'naviy yuksak, ishchan qilib tarbiyalashga alohida e'tibor berib kelgan.

Tarixdan ma'lumki, Pahlavon Mahmudning ichki ruhiy-ma'naviy barkamolligi uning jismoniy qudrati, iste'dodi va tafakkurida ko'rinib turadi. Pahlavon Mahmud jismoniy jihatdan juda baquvvat pahlavon bo'lishi bilan birga, o'z xalqini juda sevgan. Qadim Xorazmning bu zabardast, kuragi yerga tegmagan pahlavoni nafaqat mamlakatda, balki, qo'shni davlatlarda, jumladan, Hindistonda ham mashhur bo'lgan. Xorazm asirlarini ozod qilishi, Vatan uchun kurashda jon fido qilishi Pahlavon Mahmudning ichki ruhiyati va ma'naviy dunyoqarashining naqadar kuchli ekanligidan dalolat beradi. Demak, bu ulug' inson o'z ruhiyati va jismida yashirinib yotgan ichki imkoniyatlardan to'la foydalanish xususiyatiga ham ega bo'lgan. Qadimda jismoniy madaniyat va sportning insonga be'qiyos darajada ma'naviy, ruhiy madad berishini chuqur his qilgan ajdodlarimiz katta janglar va ulkan qurilishlardan oldin turli xil

musobaqalar o'tkazishgan. Qadimgi Yunonistonda ham yangi shaharlar qurishga kirishishdan oldin olimpiada o'yinlariga o'xshash xilma-xil musobaqalar uyushtirilgan. Sharqning yetuk faylasufi, shoir, xalqparvar inson, ruhan yetuk tariqat murshidi Ahmad ibn Umar Xevaqqiy al-Xorazmiy edi. Bu zoti sharif Shayx Najmiddin Kubro nomi bilan olamga tanilgan. Zero, Najmiddin dinning yulduzi, Kubro ulug'lar (birligi Kabir), buyuklar degan ma'noni anglatadi. Hazrat Ahmad ibn Umarning Kubro (Kubro, Kabir) deyilishiga sabab shuki, Hazrat yigitlikda kim bilan ilm yuzasidan bahs-u munozara qilsa, albatta, yengarkan. Shu sabab Kubro, ya'ni buyuk degan nom olgan. Shayxning yana bir laqabi Shayx Valiytaroshdir. U kishining nazari kimga tushsa, ul zot valiylik darajasiga yetarkan. Xorazmshoh mo'g'ul bosqinchilaridan qo'rqib qochgan paytda Shayx xorazmliklarni dushmanga qarshi jangga boshladi. Hazrat jang maydonida yovning bayrog'ini tortib oladi va uni shu darajada mahkam ushlaydiki, hatto, bayroqni o'n kishilab ham uning qo'lidan tortib olisholmaydi. Yov oxir-oqibat bayroqni kesib olishga majbur bo'ladi. Najmiddin Kubro jangda shahid bo'ladi. Komil insonni tarbiyalash kubroviya tariqatining asosiy vazifasi bo'lgan. Shayx Najmiddin Kubroning hayoti katta saboq, ulkan maktabdir. Tariqat pirlarining tarbiyasi bois, o'tmish ajdodlarimiz xush-xislat, ulug' fazilat egasi bo'lganlar. Arab sayyohi Ibn Batuta o'z esdaliklarida dunyoni kezib, movarounnahrlik va xorazmliklardek, ezgu niyatli va ezgu xulqli kishilarni ko'rmaganligi, Sheroz va Isfahon aholisi garchi o'zlarini javonmardlarga o'xshatsalar-da, ammo Xorazm va Movarounnahr javonmardlari musofirlarni siylash va mehmondorchilikda ulardan baland turishlarini; ularni Iroqda shotlar, Xurosonda sarbadorlar, Mag'ribda sukra deb ulug'lashlari haqidagi ma'lumotlarni keltirgan. O'zbek xalqi, yuqorida ta'kidlaganimizdek, o'z madaniyatini, jumladan, jismoniy madaniyatini ham qadim zamonlardayoq vujudga keltirgan. Chunki tarixiy zarurat nihoyatda ongli, aqlli, bilimli, jismoniy va ruhiy jihatdan barkamol, matonatli, qo'rqmas, botir yigitlarni tarbiyalashni talab qilar edi. Xalq tarbiyalagan, Alalxusus tarixdan ma'lumki, bosqinchilarga qarshi kurashda toblangan qahramonlardan biri Jaloliddin Manguberdidir. U 300 kishilik suvorisi bilan vatani Xorazmdan Xurosonga ketishga majbur bo'ldi. O'zini ta'qib qilib borgan mo'g'ul askarlari bilan Niso shahrida jang qilib, ular ustidan g'alaba qozondi, ko'p ming sonli qo'shiniga qaqshatqich zarbalar berdi.

Shuningdek Sportning oddiy ko'rinoishi bo'lgan harakat usulidan olinishi mumkin bo'lgan ijobiy hislatlar juda ko'p, Masalan, agar odam ohista tebratilsa, uyquga kiradi va bu harakatdan atrofga yel tarqaladi. Bu harakat, Ibn Sino fikricha, miya kasalliklari natijasida kelib chiqqan parishonxotirlik holatidan xalos bo'lish hamda ishtahani ochish, tabiatini uyg'otish uchun foydalidir. So'rida yotqizib tebratish isitma, qorin ko'pchish, buyrak kasalliklariga duchor bo'lgan kishilar uchun foydali ekanligini ta'kidlaydi. "Tib qonunlari" birinchi kitobining yakuniy qismida Ibn Sino quyidagi yettita omildan to'g'ri foydalanish sog'liqni saqlaydi va mustahkamlaydi degan xulosaga keladi. Bular:

- 1) mizojni mo'tadil tutish;
- 2) yeyiladigan va ichiladigan ichimlik va ovqatlarni tanlay bilish (parhez saqlash)
- 3) burunga tortiladigan havoning tozaligi va yetarliligiga e'tibor berish;
- 4) qad-qomatni to'g'ri tutish;
- 5) qulay va ixcham kiyinish;
- 6) jismoniy va ruhiy harakatlarni me'yorida bajarish.

Ibn Sinoning jismoniy madaniyat sohasidagi fikrlarining xarakterli tomoni shundaki, bu masalani u kishi faoliyatining boshqa tomonlaridan ajralgan holda emas, balki insonning barcha faoliyati bilan chambarchas bog'liq holda olib qaradi. Chunki Ibn Sino jismoniy madaniyatni bolaning yoshi, kuchi va hayotiy tajribasiga yarasha olib borish kerakligini, jismoniy mashqlar kishi organizmini mustahkamlash bilan bir qatorda, kishining ruhini tetiklashtirishga, aqliy qobiliyatining o'sishiga ham katta yordam berishini uqtirdi. Shu nuqtayi nazardan Ibn Sinoning kishilar kundalik jismoniy hayoti masalalariga qiziqqanligi va unga o'z vaqtida bergan ilmiy va amaliy ja-voblari «Sport psixologiyasi» fanining vujudga kelishida muhim o'rin tutdi. O'rta asr sharoitida buyuk mutafakkirning jismoniy madaniyat sohasidagi qarashlarni tabiiy-ilmiy jihatdan asoslab berishi o'sha davrga nisbatan juda katta ijobiy ahamiyatga ega bo'lib, uning jismoniy madaniyat to'g'risidagi ko'pgina fikrlari hozirgi psixologik tadqiqotlar orqali o'z isbotini topmoqda.

Sportchilarda milliy bilim va malakalarni shakllantirish borasida O'zbekiston hududida yashagan xalqlar qadim zamonlardayoq yoshlarning ruhiy, aqliy, axloqiy va jismoniy madaniyatiga alohida e'tibor berishgan. Ular farzandlariga bolalik chog'laridayoq jismoniy tarbiyaning kurash, o'q-yoy otish, chavandozlik singari turlarini muntazam ravishda o'rgatib kelishgan. Yunon tarixchisi Gerodot (eramizdan avvalgi 484-425-yillar) xorazmiylar bilan yonma-yon yashagan saklar qabilasidagi mohir merganlar haqida bunday deb yozgan: «Saklar... dunyodagi barcha merganlar orasida o'qni zoye ketkazmaydigan juda mohir merganlar sifatida shuhrat qozongan edi». Saklar va xorazmliklarning ayollari ham harbiy yurishlar va janglarda qatnashar, mardlik va matonatda erkak jangchilardan qolishmas edilar. Eramizdan oldingi I asrda yashagan yunon tarixchisi Diodor ular haqida bunday deb yozgan edi: «Umuman, bu qabilaning ayollari mard bo'ladilar va urush xatarlarini erkaklar bilan birga baham ko'radilar»[2]

Xorazm va Farg'ona hududlarida otda uzoq masofaga yurish ko'nikmalarini tarbiyalash maqsadida o'tkaziladigan ot poygasi oldidan, shuningdek, Navro'z va boshqa xalq bayramlarida uyushtiriladigan kurash va yakka olishuvlardan avval maxsus psixologik tayyorgarlik ko'rilgan. Bunday psixologik tadbirlar polvonda o'z kuchiga to'la ishonch hosil qilishda, Vatanga bo'lgan muhabbat hissini yanada oshirishda muhim o'rin tutgan. O'sha davrlarda jangchilarning ko'ngil ochish va kayfiyatini ko'tarish vositalaridan biri «chavgon» o'yini bo'lgan. Jangchilarning jismoniy va ruhiy sifatlarini o'stirish maqsadida yirtqich parrandalar yordamida ov qilish kabi musobaqalar o'tkazilgan. Shuning ushuni ham o'zbeklar va ularning ota-bobolari qadim zamonlardanoq ruhan va jismonan baquvvat, chidamli, mard va matonatli kishilar sifatida tanilganlar. Xalq pahlavonlari haqida qanchadan qancha afsona va qo'shiqlar to'qilgan. Masalan, Alpomish dostonida o'zbek xalqi hayotidagi uzoq o'tmish voqealari aks ettirilgan. Asar qahramoni Alpomish, uning do'sti Qorajon, o'zbek qizi go'zal Barchinoylarning ko'plab ijobiy fazilatlarini qatori ularning kuch-quvvati, aqlan barkamolligi, jismoniy va ruhiy mukammalligi ham o'z ifodasini topgan.

Bobur zamonida shaxmat o'yini ham keng rivojlangan. Zunnun degan bir shaxs shatranjga shunday qiziqar ekan: «Agar odamlar bir qo'l bilan o'ynasalar, u ikki qo'li bilan o'ynar edi», deydi Bobur. Mir Murtoz ismli boshqa bir odam esa shaxmatga shu darajada qiziqar ekanki, agar u ikki muxolif bilan uchrashgudek bo'lsa, biri bilan o'ynab, ikkinchisining ketib qolmasligi uchun etagidan ushlab turar ekan. Yoshligidan merganlik, mushtlashish,

qilichbozlikni ko'p mashq qilgan, uchar qushning ko'zidan uradigan darajada mergan bo'lib yetishgan Bobur otasi vafotidan keyin, o'n ikki yoshida taxtga o'tiradi. U yosh bo'lishiga qaramasdan turli harbiy va jismoniy mashqlar bilan bek atkalari rahbarligida muntazam shug'ullangan. Masalan, chavandozlikka juda qiziqqan yosh podshohning chorbog ichida chavandozlikni mashq qilishi P. Qodirovning «Bobur» romanida quyidagicha tasvirlanadi: «Otni choptirib borib birdan jilovini qo'yib yuborar, kamonga chapdastlik bilan o'q o'rnatib, chopib borayotgan ot ustidan nishonga olar edi. Mazidbek sopiga sadaf qadalgan yoy o'qini nishondan avaylab sug'urib oldi-da, qanchalik chuqur botganini barmog'i bilan o'lchab ko'rdi: «Bilagingizda kuch ko'p, amirzodam! Sherpanjasiz...»³. Dovyurakligi va jasurligi uchun u yoshligidan «Bobur» («Sher») laqabini olgan Bobur maqto'vni o'ziga olgisi kelmadi: «Sherpanja deb otamni aytsinlar. Men ko'rganmen, zarblari bundan o'n hissa ortiq. Musht ursalar, eng zo'r yigitni ham yiqiturlar»...

Xulosa o'rnida atish joizki, hozirgi kunda yoshlarda milliy ong, milliy mafkura, o'ziga xos milliy g'urur, milliy tafakkur va iftixorni tarbiyalash borasida respublikamizda juda ko'plab ishlar amalga oshirilmoqda. O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisining IX sessiyasida ta'lim va tarbiya tizimini tubdan o'zgartirish, uni yangi zamon talablari darajasiga ko'tarish, barkamol avlodni tarbiyalash yo'nalishlari belgilab berildi. Bu bizning bugungi kunda oldimizga qo'yan buyuk maqsadlarimizga, ezgu niyatlarimizga, jamiyatimizning yangilanishi, hayotimizning taraqqiyoti va istiqboli uchun amalga oshirayotgan islohot-larimizga, zamon talablariga javob beradigan yuqori malakali, ongli, mustaqil fikrlovchi irodali mutaxassis kadrlar tayyorlash muammolarini bartaraf etishga qaratilgan ishlarimizga yanada rag'bat berdi. Jumladan «Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida» gi Prezident Farmoniga ko'ra mamlakatimizda professional, ommaviy sportni, shu jumladan sport o'yinlari va qishki sport turlarini rivojlantirishni rag'batlantirish va qo'llab-quvvatlash, ilg'or xalqaro tajribani hisobga olgan holda, sport tayyorgarligi jarayoniga zamonaviy texnologiyalarni joriy etish, barcha sport turlari bo'yicha milliy chempionatlar darajasi va sifatini oshirish, xalqaro va mintaqaviy musobaqalar tashkil etish, nosog'lom sport raqobatiga va taqiqlangan preparatlar ishlatilishiga qarshi tizimli choralar ko'rishni rag'batlantirish masalalari ilgari surilmoqda.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO'YXATI:

1. I.A. Karimov. Yuksak ma'naviyat yengilmas kuch. Toshkent: Ma'naviyat, 2008. - 452 b.
2. I.A. Karimov. O'quv qo'llanma / Jahon moliyaviy-iqtisodiy inqirozi: O'zbekiston sharoitida uni bartaraf etishning yo'llari va choralari; nomli asarini o'rganish bo'yicha o'quv qo'llanma Toshkent: Iqtisodiyot, 2009. - 346 b.
3. Sh. M. Mirziyoyev. Milliy tiklanishdan milliy yuksalish sari. Toshkent: O'zbekiston, 2019. - 468 b.
4. Sh. M. Mirziyoyev. Yangi O'zbekiston taraqqiyot strategiyasi. Toshkent: O'zbekiston, 2022.- 440 b.
5. Alimov X. Milliy va ijtimoiy ruhiyat.-Toshkent: O'zbekiston, 2019.-428 b.
6. Boymurodov N. Amaliy psixologiya.- Toshkent: Yangi asr avlodi, 2018. - 256 b.

7. Eshnazarov J.E. o'quv qo'llanma / Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish.-
Toshkent: Fan va texnologiya, 2008. - 286 b.