

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O‘RTA MAXSUS  
TA‘LIM VAZIRLIGI**

**G‘.M. SALIMOV, J.I. QURBONOV**

**JISMONIY MADANIYAT  
NAZARIYASI VA METODIKASI  
(o‘quv qo‘llanma)**

**5112000 – jismoniy madaniyat yo‘nalishi**

**Buxoro  
“Durdona” nashriyoti  
2019-yil**

**UO'K 796.01(075.8)**

**75.0**

**S 26**

Salimov, G'.M.

Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi [Matn] : o'quv  
qo'llanma / G'.M. Salimov, J.I. Qurbonov. - Buxoro : "Sadridin  
Salim Buxoriy" Durdoni nashriyoti, 2019. - 228 b.

**KBK 75.0ya73**

O'quv qo'llanma O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining o'quv rejasiga muvofiq o'quv dasturi asosida yaratildi. Unda jismoniy madaniyat tarixining fan sifatidagi mohiyati, paydo bo'lishi, shakllanishi va taraqqiyot tarixining o'ziga xos tamoyillari bosqichma-bosqich o'rganilib, umumlashtirilgan. Har bir mavzu reja, mavzuni mustahkamlovchi savollar, tayanch tushunchalar, test savollari va mustaqil o'qish uchun tavsiya etilgan adabiyotlar ro'yxati kabi metodik ko'rsatmalar bilan ta'minlangan.

O'quv qo'llanma universitetlar va pedagogika institutlari jismoniy tarbiya fakultetining talaba, magistr, tadqiqotchi, o'qituvchilarga mo'ljallangan.

**Mas'ul muharrir:**

G.Teshaeva

**Taqrizchilar:**

R.H. Qodirov, BuxDU dotsenti, pedagogika fanlari nomzodi  
F.F. Axmedov, Jizzax Davlat pedagogika universiteti dotsenti,  
pedagogika fanlari nomzodi

O'quv qo'llanma O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2019-yil 9-fevraldagi 133-sonli buyrug'iga asosan nashr etishga ruxsat berilgan.

ISBN 978-9943-5612-9-8

## ANNOTASIYA

O'quv qo'llanma Buxoro Davlat universiteti jismoniy madaniyat fakulteti "Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrası dotsenti, p.f.n. G'.M. Salimov va o'qituvchi J.I.Qurbonovlar tomonidan O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining o'quv rejasiga muvofiq o'quv dasturi asosida yaratildi. Unda jismoniy madaniyat tarixining fan sifatidagi mohiyati, paydo bo'lishi, shakllanishi va taraqqiyot tarixining o'ziga xos tamoyillari bosqichma-bosqich o'rganilib, umumlashtirilgan. Har bir mavzu reja, mavzuni mustahkamlovchi savollar, tayanch tushunchalar, test savollari va mustaqil o'qish uchun tavsiya etilgan adabiyotlar ro'yxati kabi metodik ko'rsatmalar bilan ta'minlangan.

Shu bilan birga O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishi va Milliy Olimpiya qo'mitasining tashkil etilishi, barkamol avlodni tarbiyalashda jismoniy tarbiyaning roli va o'rnini haqida ma'lumotlar berilgan. Davlat va jamoat tashkilotlari, ularning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi faoliyatlarini o'rganish, «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonun asosida jismoniy tarbiya va sport harakatini yuritish, unga rahbarlik qiluvchi davlat hamda jamoat idoralarining vazifalari, burchlari va huquqlarini belgilab berilgan. Bu jarayonlar fanni o'rganish va mutaxassislar tayyorlashda muhim ahamiyatga ega.

O'quv qo'llanmadan universitet va institutlarning jismoniy tarbiya fakulteti o'qituvchi va talabalari, shuningdek, olimpiya zaxiralari sport kollejlari va sport maktablari o'qituvchi va o'quvchilari, magistr, tadqiqotchilar foydalanishlari mumkin.

## АННОТАЦИЯ

Ассистент преподавателя, доцент кафедры теории и методов физической культуры, кандидат педагогических наук в Бухарском государственном университете, факультет физической культуры Г.М.Салимова и преподавателя Ж.И.Курбанова на основе учебной программы по учебному плану Министерства высшего и среднего специального образования Республики Узбекистан. Он постепенно изучал и обобщал сущность, возникновение, формирование и конкретные принципы истории развития истории физической культуры. Каждая тема снабжена методологическими рекомендациями, такими как план, вопросы укрепления темы, базовые концепции, тестовые вопросы и список рекомендуемых публикаций для самостоятельного изучения.

Учебная программа предназначена для студентов, магистров, исследователей, преподавателей и студентов всех факультетов физической культуры в университетах и педагогических институтах.

## ANNOTASION

*Teaching assistant, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture, PhD in Bukhara State University, Faculty of Physical Culture. G.M. Salimov and teacher J.I.Kurbanov on the basis of curriculum according to the curriculum of the Ministry of Higher and Secondary Special Education of the Republic of Uzbekistan. It has been gradually studied and summarized the essence, emergence, formation and specific principles of the history of development of the history of physical culture. Each topic is provided with methodological guidelines such as plan, theme strengthening questions, basic concepts, test questions, and list of recommended publications for independent study.*

*The curriculum is intended for Talabas, masters, researchers, teachers and Talabas of all faculties of physical culture at Universities and Pedagogical Institutes.*

## KIRISH

Respublikamiz mustaqillikka erishgandan so'ng jamiyatimiz turli sohalarda har tomonlama rivojlanib bormoqda. Shu qatori mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportga katta e'tibor berib kelinmoqda. O'zbekiston Respublikasi Birinchi Prezidenti tomonidan jismoniy tarbiya va sportga qaratilgan qator Qonun va farmonlar, O'zbekiston Respublikasining 1992-yil 14 yanvarda qabul qilingan «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi 513-XII-sonli Qonuniga (O'zbekiston Respublikasining 2000-yil 26 mayda qabul kilingan 76-11-sonli Qonuni tahririda) (O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisining Axborotnomasi, 2000-yil, № 5-6, 147-modda; O'zbekiston Respublikasi Oliy Majlisi palatalarining Axborotnomasi, 2005-yil, № 9, 309-modda) 2015-yil 4-sentabr № O'RQ—394 o'zgartish va qo'shimchalar kiritilib, uning Yangi tahriri tasdiqlanganligi fikrimizning isbotidir.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyevning «Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi (06.06.2017 y.N PQ-3031) qarori ham mazkur sohani rivojlantirishning istikbollarini ko'rsatib berdi.

O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish dasturiga muvofiq jismoniy tarbiya va sport sohasining moddiy-texnik bazasini mustahkamlash, zamonaviy sport komplekslarini qurish, ularni zamonaviy sport uskunalari bilan jihozlash, mazkur sohada xususiy sektorni rivojlantirish, jismoniy tarbiya va sport sohasida kadrlar tayyorlash, ularni qayta tayyorlash va malakasini oshirish muassasalarini ilmiy-uslubiy jihatdan qo'llab-quvvatlash, sport maktablarini yuqori malakali murabbiylar va tibbiyot xodimlari bilan ta'minlash yo'nalishlarida kompleks chora-tadbirlarni amalga oshirish ko'zda tutilgan.

Qarorda «Jamiyatimizda sog'lom turmush tarzini shakllantirish, aholining, ayniqsa, yosh avlodning jismoniy tarbiya va ommaviy sport bilan muntazam shug'ullanishi uchun zamon talablariga mos shart-sharoitlar yaratish, sport musobaqalari orqali yoshlarda o'z irodasi, kuchi va imkoniyatlariga bo'lgan ishonchni mustahkamlash, mardlik va vatanparvarlik, ona-Vatanga sadoqat tuyg'ularini kamol toptirish, shuningdek, yoshlar orasidan iqtidorli sportchilarni saralab olish

ishlarini tizimli tashkillashtirish hamda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirishga yo'naltirilgan keng ko'lamli ishlar» amalga oshirilayotganligi ta'kidlanadi.

Mazkur o'quv qo'llanma ham mana shu Qaror va farmonlar ijrosini ta'minlashga xizmat kiladi. Unda jismoniy tarbiya tarixining mustaqillikdan oldingi va keyingi holati, jismoniy tarbiyaning kelib chiqishi haqidagi masala jismoniy tarbiya tarixining eng muhim muammolaridan biri bo'lib, prinsipial metodologik ahamiyatga ega ekanligiga e'tibor qaratilgan.

Qo'llanmada milliy jismoniy tarbiya tarixi: qadimgi ajdodlarimiz yashagan davrlarda jismoniy tarbiya, Abu Ali Ibn Sinoning "Tib Qonuni" asarida sihat-salomatlik masalalari va badantarbiya haqida fikrlari, Amir Temurning harbiy qo'shinlari va ularning jismoniy tayyorgarligi, Zahiriddin Muxammad Bobur, Jaloliddin Manguberdining harbiy va jismoniy tayyorgarligi to'g'risida ma'lumotlar berish, M.Qoshg'ariy, Alisher Navoiy asarlarida jismoniy tarbiyaning yoritilishi va uning tarbiyaviy ahamiyati, qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi, qadimgi Yunoniston, Rim va Rusda jismoniy tarbiya, buyuk gumanistlar ta'limoti, chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya, Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning rivojlanishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish kabi masalalar yoritilgan.

Mualliflar xalqaro sport harakatining rivojlanishi va Xalqaro Olimpiya qo'mitasining tashkil topishi, xalqaro sport harakatining rivojlanishi va olimpiya kongressi, olimpiya ramzlari, haqida nazariy ma'lumotlar beriladi. Milliy Olimpiya qo'mitasining tashkil topishi, Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomi, uning tarkibiy tuzilishi, Bosh Assambleya, Kongress, O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy vazifalari, O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki haqida nazariy ma'lumotlar, O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishi, mustaqillikdan so'ng O'zbekistonda jismoniy tarbiya bo'yicha direktiv hujjatlar to'g'risida ilmiy-nazariy masalalarni yoritib berishga xarakteristik xarakteristik kilishgan.

Jismoniy tarbiya va sport sohasida mutaxassislar tayyorlash va ularning nazariy bilimlari, amaliy malakalarini oshirishda «Jismoniy tarbiya tarixi» fani asosiy mutaxassislik fanlaridan biri sifatida muhim rol o'ynaydi.

«Jismoniy tarbiya tarixi» ixtisoslikka oid maxsus fan sifatida, milliy qadriyatlar, ijtimoiy, tarbiya taraqqiyoti natijalari, mustaqillik-yillarida joriy etilgan Qonunlar, qarorlar, farmonlar, nizomlar hamda O'zbekiston Respublikasining Birinchi Prezidenti I.A.Karimov asarlarida va Prezident SH.Mirziyoyevning ma'ruza va qarorlarida asoslab berilgan g'oyalarga tayanadi. Ularni jismoniy tarbiya fani ijtimoiy-pedagogik jarayon sifatida o'ziga metodologik asos qilib oladi.

Jahon miqyosidagi va O'zbekiston sharoitidagi jismoniy tarbiya taraqqiyoti fanning mazmunini tashkil etadi. Bu fan sport turlari tarixi, pedagogika tarixi, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati hamda boshqa fanlar bilan uzviy bog'liq holda o'rganilmoqda va rivojlanmoqda.

Jismoniy tarbiya tarixi fanini o'rganishda mutaxassis olimlar R.Ismoilov, Yu.S.Sholomitskiy, R.Abdumalikov, P.Xo'jaev, Meliev, J. Eshnazarov, A.K.Akramov, H.A.Botirov, L. Djalilova va boshqalarning o'quv qo'llanmalari, ilmiy-ommabop risolalaridan foydalaniladi. Ularning asarlariga asosan insoniyat taraqqiyotining ilk davridan boshlab to hozirgi kungacha bo'lgan jismoniy tarbiya tarixining rivojlanish yo'llarini o'rganish mumkin.

O'zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonuni, «Ta'lim to'g'risida»gi Qonun, Kadrlar tayyorlash milliy dasturi, jismoniy tarbiya va sportga oid Prezident farmonlari, Vazirlar Mahkamasining qarorlari ushbu fanni o'rganishda eng asosiy manbalar hisoblanadi.

Bugungi kunda aholining salomatligini yaxshilash, barkamol avlodning ma'naviy va jismoniy rivojlanishini ta'minlashda jismoniy tarbiya va sportning nazariy asoslarini o'rganish muhim vazifalar qatoriga kiradi. Bu jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarining zimmasiga katta mas'uliyatni yuklamoqda. Shu sababdan jismoniy tarbiya va sport bo'yicha malakali kadrlar tayyorlashga alohida e'tibor berilmoqda.

Jismoniy tarbiya va sportning mohiyatini tushuntirish, ularni targ'ibot qilish, barcha sport turlari tarixi, xalq milliy o'yinlari tarixi bilan tanishtirish muhim ahamiyatga egadir.

O'zbekistonda jismoniy tarbiya tarixi fanining ilmiy-nazariy asoslarini chuqur o'rganish maqsadida ishlangan darslik va o'quv qo'llanmalari kam. Sobiq Ittifoq davrida R.Ismoilov va



Yu.Sholomitskiy ilk bor (1969) «O‘zbekistonda fizkultura tarixi» o‘quv qo‘llanmasini yaratganlar. Unda qadimgi Markaziy Osiyo, jumladan, O‘zbekiston hududida yashagan xalqlar jismoniy tarbiyasi haqida ma’lumotlar berilmagan.

O‘zbekiston Respublikasi mustaqillik-yillarida X.A.Botirov (1993) va A.K.Akramov (1997) «Jismoniy tarbiya va sport tarixi» o‘quv qo‘llanmalarida ajdodlarimiz jismoniy tarbiyasi tarixi qisqa va umumiy tarzda yoritildi. R.Abdumalikov, J. Eshnazarov «Ajdodlar jismoniy tarbiyasi tarixini o‘rganish masalalari» (1993) o‘quv qo‘llanmasida fanning ayrim mavzulari yoritilgan. J. Eshnazarov «Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish» (2008) darsligida jismoniy tarbiya tarixi hamda jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanlarining asoslari mujassam ravishda ilk bor keng va atroflicha bayon etilgan. E. Ernazarovning “Olimpiada – jahon sporti bayrami” (2008) nomli ilmiy-ommabop kitobida xalqaro olimpiya harakati va O‘zbekistonda zamonaviy sportning rivojlanish tarixiga doir ma’lumotlar olimpiya muzeyidagi ashyoviy dalillar asosida keng yoritilgan.

Mazkur “Jismoniy tarbiya tarixi” o‘quv qo‘llanmasi mazmunida mualliflar barcha o‘quv qo‘llanmalar va ilmiy-ommabop risolalardan tayanch manba sifatida foydalandilar. Mualliflar qo‘llanmani tayyorlashda yordam ko‘rsatib, ma’naviy qo‘llab-quvvatlaganlari uchun jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati kafedrası professori H.Botirov, taqrizchilar BuxDU dotsenti R.H.Qodirov, Jizzax Davlat pedagogika universiteti dotsenti F.Axmedovlarga va boshqa mutaxassislarğa minnatdorchilik bildiradilar.

# «JISMONIY TARBIYA TARIXI» FANINING MAQSADI HAMDA VAZIFALARI

## REJA:

1. Jismoniy tarbiyaning tarixiy xususiyatlari.
2. “Jismoniy tarbiya tarixi” fanining maqsadi va vazifalari.
3. Fanning umumiy mazmuni va rivojlanish bosqichlari.

### 1. Jismoniy tarbiyaning tarixiy xususiyatlari.

Jismoniy tarbiya tarixi jahon xalqlari madaniy tarixining qismidir. Jismoniy tarbiya tarixi fani qadimgi zamondan to hozirgi kungacha bo‘lgan davrlarda jismoniy tarbiya va sportni kelib chiqishi, rivojlanishi va tarrafiy etishining umumiy qonuniyatlarini o‘rganadi.

–**jismoniy tarbiya** pedagogik jarayon sifatida inson kamolotini takomillashtiruvchi vosita va usuldir.

–**jismoniy tarbiya** umumtarbiyaning muhim tarkibiy qismi sifatida jismoniy mashqlar bilan shug‘ullanish, unda asbob-uskuna, kiyimbosh, inshootlardan foydalanish, tanish, tozalikka rioya etish, gavdaning to‘g‘ri hamda chiroyli o‘sishini ta‘minlovchi tarbiyaviy jarayondir.

Ko‘rinib turibdiki, bu ikki atama bir-birini to‘ldiradi. Jismoniy tarbiya va jismoniy tarbiya bilan uzluksiz hamda ommaviy shug‘ullanish esa jismoniy tarbiya harakati demakdir.

Jismoniy tarbiya tarixi fanning mustaqil sohasi, jismoniy tarbiya va sportga doir ilmiy bilimlarning muhim qismidir. Jismoniy tarbiya tarixi jamiyat tarbiyaning tarkibiy qismi sifatida vujudga kelishi va tarkib topishi haqida ma‘lumotlar beradi. Jismoniy tarbiya tarixi fani qadim zamonlardan boshlab, shu kungacha turli xalqlarda jismoniy tarbiya taraqqiyotining umumiy qonuniyatlarini aniqlash va o‘rganish bilan shug‘ullanadi.

«Jismoniy tarbiya tarixi» fanning mustaqil sohasi bo‘lib, jismoniy tarbiya va sportga doir ilmiy bilimlarning muhim tarkibiy qismidir.

Jismoniy tarbiyaning kelib chiqishi haqidagi masala jismoniy tarbiya tarixining eng muhim muammolaridan biri bo‘lib, prinsipial metodologik ahamiyatga egadir. Bu masalani ko‘pgina burjua olimlari hal etishga ko‘rinib ko‘rdilar. Ularning tadqiqotlari bu muammoni o‘rganish borasida ma‘lum rol o‘ynaydi. Biroq ular bu muammoni o‘z

sinf manfaatlari nuqtai nazaridan hal etib, tarixni buzib ko'rsatdilar, soxtalashtirdilar.

Jismoniy tarbiya unumli mehnat jarayonida paydo bo'lgan. Odamlarning toshni maydalashga va yorishga hamda yog'ochdan oddiy qurollar yasashga o'rganishlari uchun necha yuz ming-yillar kerak bo'ladi.

Inson asrlar davomida tabiat bilan kurashishda o'z kuchini oshirib borish bilan birga mehnat qurollarini takomillashtirib bordi. Mehnat jarayonida jismoniy va aqliy qobiliyatlarini to'xtovsiz rivojlanib bordi. Kishining mehnat qobiliyatida jismoniy mashqlar ham vujudga keldi va rivojlanib bordi.

Jismoniy tarbiya tarixining ildizlari jamiyat taraqqiyotining juda uzoq qa'riga tutashib ketadi, ya'ni insonning barcha aqliy va jismoniy faoliyati bevosita yashash sharoitini ta'minlash bilan chegaralangan davrga borib taqaladi.

Jismoniy tarbiyaning paydo bo'lishi haqidagi masala jismoniy tarbiya tarixining eng dolzarb muammolaridan biri bo'lib, bu masalani ko'pgina olimlar o'z tadqiqotlarida ochib berishga harakat qildilar. Ularning tadqiqotlari mazkur muammoni o'rganish borasida ma'lum darajada rol o'ynadi. Biroq, ular bu masalaga o'z nuqtayi nazarlaridan kelib chiqib, fikr bildirganlar. Jismoniy tarbiyaning ibtidoiy jamoa tuzumi davridan paydo bo'lganligi tan olingan bo'lsa-da, paydo bo'lish va uning taraqqiyoti masalalari hanuzgacha to'laqonli tadqiq qilinmagan. Binobarin, shu kungacha mavjud bo'lgan manbalarga tayangan holda, jismoniy tarbiyaning ilk paydo bo'lishi haqida mantiqiy fikr yuritib, ular to'g'risida muayyan tasavvur hosil, qilsa bo'ladi. Yuqorida zikr qilingan masalani ko'pgina olimlar turli xil talqin qilganlar:

- Shiller ruhidagi o'yinlar nazariyasi;
- Reynak tomonidan birinchi marta bayon qilingan afsungarlik nazariyasi;
- Spenser ifodalagan ortiqcha energiya nazariyasi.

Bundan tashqari, Leturno, Espinas, Gross kabi bir qator chet el olimlari, jismoniy tarbiya hayvonlarning o'yiniga kelib chiqqan, degan nazariyani olg'a surdilar. Freyd va uning izdoshlari, o'yin individualning to'la qimmatga ega bo'lmaganligidan dalolat beradi, deb isbotlashga urinib ko'rdilar, chunki o'yinda go'yo insonning turmush qiyinchiliklaridan xayolot olamiga ketishga urinishi

ifodalanar emish. Jismoniy tarbiya va diniy marosimlarning kelib chiqishi to'g'risidagi nazariyalar ham xuddi shu ta'limotga asoslanadi. Qator xorijlik tadqiqotchilar: Byuxer, Nering, Maksimov, Shternberg va boshqalar hayvonlarning qo'lga o'rgatilishi umuman, mehnat ibtidoiy o'yin hamda raqslardan kelib chiqqan, deb ta'kidlaganlar.

Xaksli va Fogtlar esa, jismoniy tarbiyani inson o'zining hayvon ajdodlaridan sof biologik yo'l bilan meros qilib olgan, deb isbotlashga urindilar. Bunday fikr tarafdorlari hayvonning ixtiyorsiz harakatlari bilan insonning ongli faoliyati o'rtasidagi asosiy farqni ko'rmaydilar.

G.V. Plexanov ibtidoiy o'yinlar va jismoniy mashqlar biologik omillardan emas, balki odamlarning mehnat faoliyatidan kelib chiqqanligini ilmiy jihatdan isbotlab berdi. N.Ponomaryov o'z tadqiqotlari davomida shunday xulosaga keldi, insonning inson bo'lishida nafaqat mehnat qurolining takomillashib borishi, balki doimiy ravishda o'z tanasini mukammallashtirish, inson zotini asosiy ishlab chiqarish kuchiga aylantirish muhim ahamiyat kasb etdi. Ov qilish maqsadida mehnatdan muhim vosita sifatida foydalana bilish Yangi sifatli harakat malakalarini talab qila boshladi, masalan, ishda avvalo ta'sir qilish kuchining oshishi, tezkorlik malakalari, chidamlilik va faollik singari. Inson cheksiz biologik hukmronlikdan qutildi lekin, endi uning taraqqiyotida ijtimoiy-tarixiy qonuniyatlar asosiy belgilovchi bo'lib keldi.

Jismoniy tarbiya tarixi fanini o'rganish manbalariga:

- qadimgi jismoniy tarbiyaga oid arxeologik va etnografik manbalar;
- jismoniy tarbiya va sportga doir arxiv materiallari, ilmiy kitoblar va boshqa yozma manbalar;
- jismoniy tarbiya va sportga oid tasviriy san'at asarlari, badiiy kitoblar, kino, foto, fonomateriallar;
- turli xalqlar jismoniy tarbiyasining rivojlanishi to'g'risidagi amaliy ma'lumotlar (sport yutuqlari, sport rekordlari);
- jismoniy tarbiya va sportga doir hukumat qonunlari, qaror va farmonlari, maxsus rasmiy xujjatlari kiradi.

Ashyoviy va yozma yodgorliklar, xalq doston va eposlari, jismoniy tarbiyaning taraqqiy etish amaliyotlari ham jismoniy tarbiya tarixini o'rganish manbalari bo'lib xizmat qiladi.

## **2. Jismoniy tarbiya tarixining maqsadi va vazifalari.**

Fanning asosiy maqsadi bo'lajak mutaxassislarni jismoniy tarbiya tarixi bilan tanishtirish va bu haqda ularga chuqur ma'lumot berishdan iboratdir. Ijtimoiy fanlardan biri hisoblangan "Jismoniy tarbiya tarixi" fanining eng muhim vazifasi – bo'lajak jismoniy tarbiya va sport mutaxassislarini yuksak g'oyaviylik, vatanga sadoqat, milliy iftixor va insonparvarlik ruhida tarbiyalashdir.

**"Jismoniy tarbiya tarixi" fanining maqsadi** – jismoniy tarbiya va sportning turli tarixiy davrlarda rivojlanish qonuniyatlari, g'oyalari, tizimlari, asosiy shakllari, usullari va vositalari to'g'risidagi ilmiy-nazariy bilimlarni shakllantirishdir.

**Fanning asosiy vazifalari** – talabalarga jismoniy tarbiya va sport tarixini ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilib berish, jismoniy tarbiya usullari, shakllari, vositalari, sport sohasida erishilgan yutuqlar va eng ilg'or tajribalardan foydalanishni hamda O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport tarixini o'rgatishdan iborat. Jismoniy tarbiya tarixining muhim vazifasi jahon xalqlari jismoniy tarbiyasining xususiyatlarini o'rganish va uning rivojlanish yo'llarini aniqlashdir. Uning vazifalari turlicha tarixiy davrlarda jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyoti, jismoniy tarbiya shakllari, usullari, vositalari va kishilarning sport sohasidagi faoliyatining tahlilini berishdan iborat.

Jismoniy tarbiya tarixi o'quv fanini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba:

- nazariy va amaliy mashg'ulotlarda jismoniy harakat, jismoniy tarbiyaning paydo bo'lish davrlari, rivojlanish tarixi,
- O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport harakatining rivojlantirish tarixi to'g'risidagi bilimlarni,
- jismoniy tarbiya va sport tarixining asosiy davrlarini, rivojlantirish qonuniyatlarini bilishi kerak;
- fanni o'rganishning tamoyillarini, xalqaro sport va olimpiya harakati tarixini, uning rivojlanish bosqichlari va asosiy xususiyatlarini to'g'ri aniqlash ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak;
- ilmiy nazariy jihatdan olingan bilimlarni tahlil qila olishi kerak;
- amaliy mashg'ulotlarda mustaqil fikr yuritishi, mavzularga ijodiy yondoshish malakalariga ega bo'lishi kerak;
- fan bo'yicha o'zining fikr-mulohazalarini to'liq bayon etishi kerak.

“Jismoniy tarbiya tarixi” fani o‘quv rejasiga kiritilgan pedagogika, O‘zbekiston tarixi, sotsiologiya, falsafa, tibbiy biologiya fanlar, tanlangan sport turi nazariyasi va uslubiyati fanlari bilan uzviy aloqada o‘qitiladi.

“Jismoniy tarbiya tarixi” ijtimoiy fandır. Bu fan jismoniy tarbiya va sport sohasiga doir hodisalarga davr talabi asosida yondoshadi, jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotining xilma-xil shakli, uslub va vositalarini turli bosqichlarda ochib beradi, ilg‘or fikr va qarashlar, amaliy tajribalar to‘g‘risida ma’lumotlar beradi.

«Jismoniy tarbiya tarixi» fani o‘quv rejasidagi «Jismoniy tarbiya va sport tarixi», «Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati», pedagogika, psixologiya, iqtisod nazariyasi hamda barcha mutaxassislik fanlari bilan chambarchas bog‘liqdir. Chunki jismoniy tarbiya tarixida doimiy ravishda ta’kidlanib turiladigan sport taraqqiyoti, aholini jismoniy tarbiya vositalari yordamida tarbiyalash usullari, sportchilarning ruhiy holatlari hamda barcha sport tadbirlarini uyushtirishda moddiy-texnik ta’minot sohasidagi bilimlar amaliy tajribalar bilan uzviy bog‘liqdir. Shu sababdan ham fanlar erishgan yutuqlardan foydalanish zaruriyati tug‘iladi.

Barcha o‘quv yurtlaridagi ta’lim-tarbiya jarayonida qo‘llanilayotgan fanlar kabi “Jismoniy tarbiya tarixi” fani, eng avvalo, O‘zbekiston Qonunlari, Prezident Farmonlari va O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining qarorlariga tayanadi. Shu bilan birga, sog‘lom avlodni tarbiyalashda xizmat qiluvchi milliy, manaviy-marifiy, madaniy qadriyatlar hamda xalq pedagogikasiga asoslanadi.

Bu fanning asosiy huquqiy tayanchi O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi hisoblanadi. Unda fuqarolarning o‘z sog‘liklarini yaxshilash, bilim va madaniy saviyalarini oshirish, jismoniy tarbiya va sport bilan shug‘ullanishlari kafolatlangan. O‘zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida»gi Qonuni jismoniy tarbiya va sport harakatini yuritish, unga rahbarlik qiluvchi davlat hamda jamoat idoralarining vazifalari, burchlari va huquqlarini belgilab bergan. Bu jarayonlar fanni o‘rganish va mutaxassislar tayyorlash faoliyatida muhim omil hisoblanadi.

O‘zbekiston Respublikasining «Ta’lim to‘g‘risida»gi Qonuni barcha turdagi o‘quv yurtlarida jismoniy tarbiya darslari, darsdan tashqari ommaviy-sog‘lomlashtirish sport tadbirlarini tashkil qilishga yo‘l ochib beradi.

1993-yilning mart oyida O‘zbekiston Respublikasining Birinchi Prezidenti Farmoniga asosan «Sog‘lom avlod uchun» ordeni ta’sis etildi. Uning Nizomiga ko‘ra sog‘lom avlodni tarbiyalab etishtirish masuliyati maktab, tarbiya muassasalari kabi sport tashkilotlari zimmasiga ham yuklangan. Bu yo‘lda qilinadigan ishlarning mazmuni va rahbarlik usullari jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fani tarkibining asoslaridan biriga aylandi.

O‘zbekistonda barcha sohalaridagi yutuqlarni ta’minlash mutaxassis kadrlarga bog‘liq ekanligi e’tirof etildi. Shu sababdan «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi» qabul qilindi. Jismoniy tarbiya hamda sportni tashkil qilish va boshqarishda uning ahamiyati beqiyosdir.

### **3.Fanning umumiy mazmuni va rivojlanish bosqichlari.**

Fanning asosiy mazmunini quyidagi yo‘nalishlar tashkil etadi:

- jismoniy tarbiya va sportning yuzaga kelish va rivojlanish sababi, uning nazariy asoslari;
- jismoniy tarbiya tizimi ma’lum ijtimoiy tashkilot sifatida shakllanishi;
- jismoniy tarbiya va sport harakatidagi asosiy davrlar;
- xorijiy mamalakatlarda jismoniy tarbiya va sportni tashkil qilish,
- xalqaro sport va Olimpiya harakatlari tarixi.

Bularning negizida jismoniy tarbiya va sport sohasidagi bo‘lajak mutaxassislarni tayyorlab yetishtirishdagi barcha yo‘l-yo‘riqlar o‘z ifodasini topadi. Eng muhimi, O‘zbekistonda olib borilayotgan turli islohotlar, ularning ijobiy natijalari sifatida o‘tkazilayotgan turli xil sport tadbirlarini o‘tkazish va boshqalarning o‘z aksini topishi ifodalab beriladi.

Jismoniy tarbiya tarixining muhim vazifasi ibtidoiy jamoa tuzumida jismoniy mashqlarni mehnat orqali paydo bo‘lganligi, ikki davr, ya’ni onalik urug‘chilik va otalik urug‘chilik davrlarida jismoniy tarbiyani rivojlanish xususiyatlari, urug‘chilik davrining yyemirilishi va quldorlik munosabatlarni vujudga kelishida jismoniy tarbiya, quldorlik davrida jismoniy tarbiya shakllari, feodal tuzumida jismoniy tarbiyaning rivoji haqida ma’lumot berishdan iborat. Shu bilan birga fanning umumiy mazmuni feodalizmning yyemirilishi davrida buyuk gumanistlarning jismoniy tarbiya haqidagi fikrlari, Yangi davrning boshlarida chet mamlakatlarda sport o‘yinlari rivoji, Xalqaro olimpiya

qoʻmitasining tashkil etilishi va uning kongresslari, markaziy Osiyoga jismoniy tarbiyaning kirib kelishi va rivojlanishi, xalq qoʻshinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi hamda Oʻzbekistonda jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishi va milliy olimpiya qoʻmitasining tashkil etilishi, barkamol avlod tarbiyasida jismoniy tarbiyaning roli va oʻrni haqida batafsil fikr yuritishda koʻrinadi.

**Jismoniy tarbiya tarixi toʻrtta asosiy davrlarga boʻlinadi:**

1. Qadimgi dunyoda jismoniy tarbiya (mill.av. VIII ming.- mil. IV asr).
2. Oʻrta asrlar davrida jismoniy tarbiya va sport (V- XVII asrlar).
3. Yangi davrda jismoniy tarbiya va sport (XVIII – XIX asr oxiri).
4. Eng Yangi davrda jismoniy tarbiya va sport (XX asrning boshlari – hozirgi kungacha).

Jismoniy tarbiya tarixi qadimgi davrda jismoniy tarbiyaning vujudga kilish xususiyatlarini oʻrganishdan boshlanadi. Qadimgi dunyo jismoniy tarbiyasi deganda insoniyat bosib oʻtgan ikki tarixiy-ijtimoiy davr – ibtidoiy jamoa tuzumi va quldorlik tuzumi jismoniy tarbiyasi tushuniladi.

Insoniyatning eng qadimgi davr tarixi 3-3,5 million-yil avval boshlanib, milodiy IV asrgacha davom etgan. Olimlarning maʼlumotlariga koʻra, odamzod dastlab Afrika, janubiy va janubiy-sharqiy Osiyida paydo boʻlgan. Keyinroq esa Osiyo va YEvropaning boshqa hududlariga kirib borgan. Oʻrta Osiyoda ham eng qadimgi odamlarning yashashlari uchun qulay sharoitlar mavjud boʻlgan. Ilk davrlarda odamlar yashash uchun tabiat bilan kurashganlar va turli tabiiy ofatlardan (shamol, sel, sovuqlik, hayvonlarning hujumi va h.k.) saqlanish uchun harakat qilganlar.

Inson uchun kerakli hayotiy malaka va koʻnikmalar jismoniy sifatlar, malaka va qobiliyatlar ularning bevosita mehnat faoliyati jarayonlarida hosil qilingan. Yoshlar barcha mehnat va jismoniy harakat faoliyatlarini katta yoshdagilardan oʻrgangan hamda ularga taqlid qilib rivojlantirgan.

**Tayanch tushunchalar:**

Jismoniy tarbiya tarixi, jismoniy tarbiyaning rivojlanish bosqichlari, jismoniy tarbiyaning qadimiyligi, jismoniy tarbiyaning tarixiy xususiyatlari, ibtidoiy jismoniy tarbiya.

**Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:**

1. Jismoniy tarbiyaning tarixiy xususiyatlari nimalardan iborat?



2.“Jismoniy tarbiya tarixi” fanining maqsadi va vazifalarini tushuntirib bering.

3.Fanning umumiy mazmuni deganda nimani tushunsiz?

4.Jismoniy tarbiya tarixining rivojlanish bosqichlari qaysilar?

5.Fanning boshqa fanlar bilan aloqasi qanday?

#### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev P. Meliev P.Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar

2. Xo‘jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi.1993 y. 25 – 35 betlar.

3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y.

#### **Qo‘shimcha adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.

2.Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

3 . David C. Watt Sports management and administration  
© 1998 David C. Watt 11 pg.

#### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

6. [www.bilimm](http://www.bilimm)

7.[www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# **QADIMGI DUNYO XALQLARINING JISMONIY TARBIYASI**

## **REJA:**

1. Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi.
2. Onalik urug'chilik davrida jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari.
3. Patriarxat davrida jismoniy tarbiya xususiyatlari.
4. Patriarxat davrida jismoniy mashqlar.

### **1. Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi.**

Jismoniy tarbiya tarixi qadimgi davrda jismoniy tarbiyaning vujudga kelish xususiyatlarini o'rganishdan boshlanadi. Qadimgi dunyo jismoniy tarbiyasi deganda insoniyat bosib o'tgan ikki tarixiy-ijtimoiy davr – ibtidoiy jamoa tuzumi va quldorlik tuzumi jismoniy tarbiyasi tushuniladi.

Insoniyatning eng qadimgi davr tarixi 3-3,5 million-yil avval boshlanib, milodiy IV asrgacha davom etgan. Olimlarning ma'lumotlariga ko'ra, odamzod dastlab Afrika, janubiy va janubiy-sharqiy Osiyoda paydo bo'lgan. Keyinroq esa Osiyo va YEvropaning boshqa hududlariga kirib borgan. O'rta Osiyoda ham eng qadimgi odamlarning yashashlari uchun qulay sharoitlar majud bo'lgan. Ilk davrlarda odamlar yashash uchun tabiat bilan kurashganlar va turli tabiiy ofatlardan (shamol, sel, sovuqlik, hayvonlarning hujumi va h.k.) saqlanish uchun harakat qilganlar.

Inson uchun kerakli hayotiy malaka va ko'nikmalar jismoniy sifatlar, malaka va qobiliyatlar ularning bevosita mehnat faoliyati jarayonlarida hosil qilingan. Yoshlar barcha mehnat va jismoniy harakat faoliyatlarini katta yoshdagilardan o'rgangan hamda ularga taqlid qilib rivojlantirgan.

Qadimgi davr odamlari hali dehqonchilik va chorvachilikni bilmaganlar. Qadimgi odamlar mehnatining asosini ovchilik va termachilik tashkil etgan. Bu davrda odamlar yirik hayvonlarni – mamont, ulkan ayiq, bizon, zubr, yovvoyi ot, buqa qabi hayvonlarni ovlaganlar. Yirik hayvonlarni ovlash juda qiyin bo'lgan. Buning uchun bu davrda jamoa bo'lib, ovchilikning turli usullaridan foydalanganlar. Qadimgi odamlar mehnat va yashash uchun kurash jarayonida aqliy va jismoniy rivojlanishi tezlashgan. Ular ov

qurollarini yasash, olov yoqish, kiyinish, jismonan baquvvat bo'lish uchun bolalarni maxsus mashqlar bilan tayyorlash kabi juda ko'p ijtimoiy turmush tajribalariga ega bo'lganlar.

Turli mustahkam va o'tkir uchli yengil nayzalarning, o'q va kamonning paydo bo'lishi ovchilikning takomillashuvi va ovning rivojlanishiga olib kelgan. Buning natijasida oziq-ovqat topish uchun sarflanadigan vaqt ancha qisqargan. Natijada, o'troqlashib yashash, bolalarni tarbiyalash imkoniyatlari kengaygan. Ibtidoiy to'da davrida kashf etilgan oddiy yutuqlar urug' jamoasi va tarbiyasining vujudga kelishi uchun shart-sharoit yaratib bergan.

Odamlarning toshni maydalashga va yorishga hamda yog'ochdan oddiy qurollar yasashga o'rganishlari uchun necha yuz ming-yillar kerak bo'ladi.



Urug' jamoasi insoniyat tarixining alohida bosqichini tashkil etadi. Xo'jalikni idora qilishning Yangi shakllari yuzaga kelishi bilan kishilik jamiyatini uyushtirish holatlari ancha mustahkamlanib borgan. Ona urug'i jamoalari paydo bo'lgan, ularning a'zolari qarindosh-urug'chilik munosabatlari asosida birlashib, mehnat qilganlar. Bu o'z navbatida, jamoatchilikni yuzaga keltirgan. Tarbiya sohasida ham o'zgarishlar yuzaga kelgan: uy-joy qurish, hunarmandchilik, tasviriy san'at (qoya toshlariga rasm chizish, yog'och va loydan turli xil shakllarni yasash) paydo bo'lgan, ijod

qilingan (jamoada qo'shiq, o'yin va raqslar ijro etish, vujudga kelgan). Ana shu davrlarda ilohiy kuchlarga ishonish, ularga bo'ysunish, qurbonliklar keltirish kabi diniy tasavvurlar paydo bo'lgan. Mehnat bilan bog'liq bo'lgan turli musobaqalar, o'yinlar mustaqil tarbiyaviy ahamiyat kasb etdi va ulardan urug' jamoasining turli yoshdagi guruhlari foydalangan. Ilk bor mehnatning jins va yoshga qarab bo'linishi amalga oshirilgan.

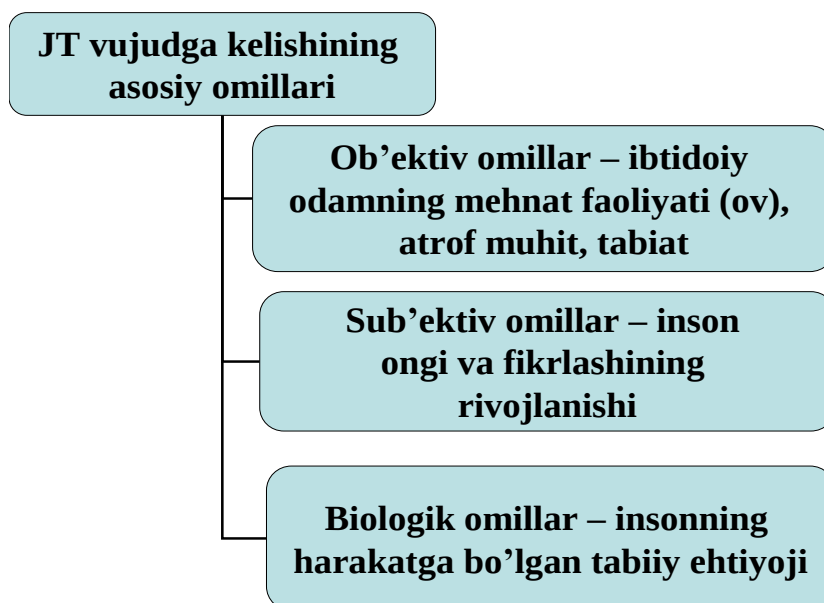
San'atning paydo bo'lishi kishilarning fikr va tasavvurlarini boyitib, ularning ma'naviy dunyosini takomillashtirgan. O'yin va raqslarda takrorlanadigan mehnat va mudofaa xususiyatidagi harakatlar faqat mehnat emas, balki jismoniy mashqlar sifatida rivoj topgan. Turli xil jismoniy mashqlarning (kurash, otda poyga, nayza uloqtirish, qilichbozlik va h.k.) o'yinlar tarzida vujudga kelishi ibtidoiy jamiyat tarbiyasida tubdan o'zgarishlar yasash uchun to'rtki bo'lgan. Ijtimoiy mehnat va tarbiya jarayonlari deyarli barcha qit'alarda turli darajada shakllanib, keyinchalik tobora rivoj topgan.

Urug'chilik jamoasi to'da davrining davomi bo'lib, bundan 40-35 ming-yillar ilgari boshlangan. Bu davrda mehnat qurollari takomillashgan, o'q-yoy kashf etilgan, dehqonchilik, chorvachilik, hunarmandchilik va savdo-sotiq vujudga kelgan. Urug'chilik jamoasi ona urug'i (matriarxat) va ota urug'i (patriarxat)ga bo'lingan. Ularning har biri o'ziga xos ijtimoiy taraqqiyot va jismoniy tarbiya xususiyatlariga ega bo'lgan. Matriarxat taraqqiy qilgan davrda o'yin uchun maxsus tayyorlangan uskunalar (jundan qilingan to'p, shar, nayzabozlik tayoqlari, uchi to'mtoq nayzalar, o'yinchoq, palaxmon, yoy, to'qmoq va h.k.) paydo bo'lgan. Yoshlarni gurzi, nayza irg'itishga, yoydan o'q otishga o'rgatish ibtidoiy jismoniy tarbiya yo'nalishlaridan hisoblanib, uning asosiy tarkibiy qismini tashkil etgan. Hindular qabilasida kauchuklardan koptoklar, maxsus chana yasaganlar. Ulardan xo'jalik yumushlari va turli musobaqalarda ham maqsadli foydalanganlar.

Sharqiy Afrikadagi ibtidoiy qabilalarda langarcho'p bilan sakrash va yugurib kelib balandlikka sakrash musobaqalari ham o'tkazilgan. Ularni turli bayramlarda namoyish etishgan.

Shimoliy va Janubiy Amerikada YYevropaliklarning istilosiga qadar katta rezina koptok, chavgon va raketkalaridan foydalanib, o'ynaladigan yozgi va qishki o'yinlar rasm bo'lganligi aniq manbalarda o'z ifodasini topgan. Ibtidoiy jamoa tuzumi davrida suvda

suzish, kanoye va baydarka xilidagi yyengil uzunchoq qayiqlarda eshkak eshish ham keng qo'llanilgan. Sharqiy Braziliya xalqlari orasida qiz va yigitlar hayotida kerak bo'lgan epchillik, chaqqonlik chidamlilik, jasurlik va qat'iyatlik kabi qobiliyatlar hamda sifatlarga ega bo'lishi lozim edi. Qabilalarda yigitlar ma'lum sinovlardan o'tmagunlaricha uylanishga ruxsat berilmagan.



Ibtidoiy jamoaning yyemirilishi va quldorlik tuzumining shakllanishi qadimiy Germaniya, Okeaniya, hindu qabilalari (astek, ink, mayya) va boshqa joylarda ham sodir bo'lib, ularda ham o'ziga xos jismoniy mashqlar va o'yinlarning rivojlanishiga olib kelgan. Masalan, mayya qabilasida kauchukdan yasalgan koptok bilan jamoa bo'lib o'yin o'ynash an'anaga aylangan, ya'ni uning shakli va mazmuni hozir mashhur bo'lgan sport o'yinlariga asos solgan bo'lishi mumkin. Qadimgi Peru mamlakatida jismoniy mashqlar yoshlardan iborat harbiy qismlarni tayyorlashda eng muhim vosita sifatida xizmat qilgan.

***Ibtidoiy jamoa tuzumida jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari.*** Ishlab chiqarish foyiatida bu aslida tabiat ehson qilgan narsalarni yig'ish davri edi. Yovvoyi hayvon ovi hali tasodifiy xarakterga ega edi. Kishilar uchun kerakli jismoniy siflatlar, malaka va qobiliyatlar ularning bevosita mehnat foyiatida jarayonida hosil qilinardi. Faqat yoshlar o'sha vaqtlarda mavjud bo'lgan oddiy mehnat qurollarini qanday yasash va ishlashni hamda yovvoyi hayvonlardan

qanday saqlash kerakligini katta yoshdagi kishilardan ma'lum darajada o'rganar edilar.

Ishlab chiqarish kuchlarining rivojlanishi keyinchalik irg'atiladigan turli qurollarning takomillashuviga olib keldi. Turli mustahkam va o'tkir uchli yengil nayzalarning, so'ngra esa o'q va yoyning paydo bo'lishi ovchilik kishining asosiy kasbiga aylantirdi. O'sha davrdagi kishilarning qazilmalar davrida topilgan manzilgohlari odamning ancha yaxshiroq hayot kechira boshlaganidan va o'z ehtiyojlarini qondirish uchun ancha katta imkonyatlarga ega bo'lganidan dalolat beradi. Chunonchi, o'sha davrdagi odamda yosh avlodning tarbiyalashish imkoniyati tug'ildi; bunda jismoniy tarbiya asosiy rol o'ynadi. Odamlarining bir yerga yig'ilishi va tasodifiy ov yo'li bilan ovqat topish hamda birlashgan dastlabki jamoasi ham mustahkam ijtimoiy organizm emas edi. Shuning uchun ham kishilar jamoasining boshlang'ich, ijtimoiy shaklini "ijtimoiy poda" deb atalardi.



## **2. Onalik urug'chilik davrida jismoniy tarbiyani rivojlanish xususiyatlari.**

Xo'jalikning idrok qilishning Yangi shakllari paydo bo'lishi bilan kishilik jamiyatini uyushtirish ishlari ancha mustahkamlana bordi. Onalik urug'chilik jamoasi paydo bo'ldi, uning a'zolari

birgalikda qilinadigan doimiy kollektiv mehnat va qon-qarindoshlik bilan boshlangan edi. Jamoalarining paydo bo'lishi va taraqqiyot etishi bilan asta-sekin tarbiya sohasida ham o'zgarishlar sodir bo'ladi. endi odam o'ziga doimiy turar joy quradi, kiyim-kechak paydo bo'ladi, tasviriy san'at bunyod etiladi. Qo'shiq, o'yin va raqslar ijro etiladigan turli bayramlar keng tarqaldi. Jismoniy tarbiya elementlarining paydo bo'lishi ham xuddi shu davrga to'g'ri keladi. Bevosita mehnat bilan bog'liq bo'lgan ko'pgina musobaqa o'yinlari mustaqil tarbiyaviy ahamiyat kasb etadi va ulardan urug' jamoaning turli yoshdagi guruhlari foydalana boshlaydi. Mehnatning jins va yoshga qarab tibbiy ravishda bo'linishi endigina tug'ilib kelayotgan ibtidoiy jismoniy tarbiyada ham o'z ifodasini topdi. Jismoniy tarbiyaning yanada rivojlanishida ibtidoiy san'at ham katta rol o'ynaydi. San'at kishilarning fikr va tuyg'ularini boyitdi, ularning manaviy dunyosini takomilashtirdi. O'yin va raqslarda taqdirlanadigan mehnat va mudofa xarakteridagi ko'pgina harakatlar endi bevosita mehnat predmetiga yo'naltirilgan edi. Bu harakatlar jismoniy mashqlar sifatida nisbatan mustaqillik kasb etdi.

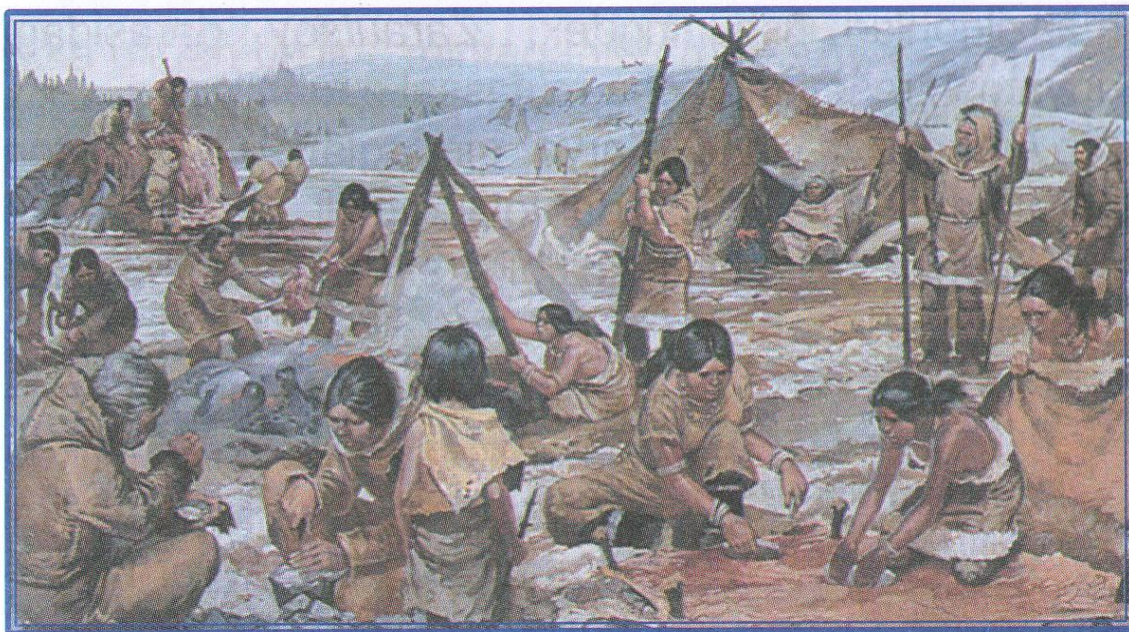
Jismoniy mashqlarning musobaqa o'yinlari shaklida vujudga kelishi ibtidoiy jamiyat kishisining tarbiyalashishida tubdan o'zgarish yasadi. Odamlar kishini hayotiga, ayniqsa mehnat foliyatiga tayyorlashining Yangi vositasiga ega bo'ladilar.

Jahonga mashhur rus etnografi va sayohatchisi N. Mikluxa-Maklay, masalan, papuaslarning ota-onalari o'z bolalarini mehnatga juda barvaqt o'rgatganliklarini shu maqasdda o'yinlardan ham foydalanganlarini hikoya qiladi. "O'g'il bolalarning o'yini",- deb yozgan edi. Mikluxa-Maklay – tayoqlarni nayzaga o'xshatib irg'itishdan, kamalak otishdan iborat edi; ular bu o'yinlarda salgina yutuqqa erishishlari bilan ularni amaliyotga tadbqiq etadilar. Men soatlab dengiz bo'yida, o'tirib, yoy o'qini biror baliqqa tegizishga harakat qilgan juda kichkina o'g'il bolalarni ko'rganman. Qiz bolalar bilan ham xuddi shunday hol yuz beradi, chunki ular xo'jalik ishlari bilan juda erta shug'ullana boshlaydilar va o'z onalarning noibalariga aylanadilar"<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Кўчирма “Жисмоний тарбия тарихи” ўқув қўлланмасидан олинди. Т. “Ўқитувчи”, 1968. 20-бет.





**Urug'chilik jamoasi**

Yuqoridagi rasm ham ibtidoiy musobaqa o'yinlarining mehnatni ifodalab, kishilarni mehnatga tayyorlaydigan eng muhim vositalaridan biri bo'lganini ko'rsatadi. Etnograflarning ta'kidlashicha, XIX asrning 60-yillaridayoq Avstraliyaning bir qancha qabilalarida ovga chiqish oldidan yirtqich hayvonning shaklini qumga chizib, unga nayza otish rasm bo'lgan; bunda har bir ovchi o'z nayzasini mumkin qadar aniqroq va kuchliroq otishiga harakat qilgan. Bunga mashq va musobaqaning ayrim elementlari qo'shilgan. Shunday qilib, odamlar nayza otishni mashq qilish bilan o'zlarining mehnat malakalari va mahoratlarini takomilashtirib borganlar. O'sha vaqtda mehnat va o'yin bir-biriga chambarchas bog'liq bo'lgan va diniy aqidalar bilan bog'langan. Kishilik o'yinlari odamlarning dahshatli tabiat kuchlariga qarshi kurashda birgalikda harakat qilishga bo'lgan hayotiy ehtiyojlaridan kelib chiqqan.

Urug'lik tuzumi onalik urug'chilik tuzumi (matriarxat) va otalik urug'chilik tuzumi (patriaraxat)ga bo'lingan. Bu urug'chilik tuzumining har biri o'ziga xos taraqqiyot va jismoniy tarbiya xususiyatlariga ega bo'lgan.

Onalik urug'chilik tuzumining gullab-yashnagan davrida o'yin uchun maxsus tayyorlangan narsalar (jundan qilingan koptok shar, nayzabozlik tayoqlari, uchi to'ntoq nayzalar, o'yinchoq, paloxmon, o'yinchoq yoy, bosh egri, hassa va boshqa narsalar) paydo bo'lgan.



Yoshlarni, masalan, nayza, tayoq, suyil irgʻitishga yoydan otishga oʻrgatish ibtidoiy jismoniy tarbiya tarkibiga kirib, uning eng muhim tarkibiy qismini tashkil etgan. Yoy otishga va bumerang irgʻitishga oʻrgatish, ayniqsa, murakkab boʻlgan.

Onalik urugʻchilik davrida bir qancha oʻyin asboblari ham ixtiro etilgan edi. Masalan: hindularda otalik urugʻchiligi davriga (ularni yEvropaliklar kashf etgan davrda) oʻtish bosqichidayoq ichi kovak va yaxlit kauchukli koptoklar, maxsus chana (“tabogʻgan”) lar bor edi; ular bu koptok va chanalardan faqat xoʻjaliklardagina emas, balki musobaqalarda ham foydalanganlar. Kolumb davridayoq yEvropaliklar hindularning koptoklari – Kostilyaliklari (Ispaniya)ning koptoklaridan yaxshi ekanligini tan olishga majbur boʻlgan edilar. Hindular tomonidan rezina koptokning kashf etilishi koʻpgina boshqa Yevropa xalqlarida ham koptok oʻyinining yanada ravnaq topishida muhim rol oʻynadi. Ibtidoiy odamlarga suyakdan qilingan changʻilar, konkilar koptok bilan oʻynashga moʻljallangan raketkalar maʼlum boʻlgan.

Onalik urugʻchiligi sharoitida ayollar mudofaa faoliyatida erkak bilan baravar qatnashar edi. Mavjud etnografik materallardan maʼlum boʻlishicha oʻsha vaqtlarda mushtlashish, kurashish, yugurish, tayoqbozlik, nayza irgʻitish, yoy otish yuzasida va boshqa shu kabi sohalarda ayollarning maxsus musobaqasi, ayollar bilan erkaklar musobaqasi oʻtkazilar edi. Baʼzi bir maʼlumolarga qaraganda, ayollarning bunday mashqlari masalan; skiflarda, oʻzbek xalqining qadimiy ajdodlarida, shuningdek patriarxat tuzumi sharoitidagi ayrim boshqa urugʻlar orasida saqlanib qolgan.

Ibtidoiy jamoa jismoniy tarbiya sohasida oʻz aʼzolari zimmasiga maʼlum majburiyatlar yukladi. Yosh qiz va yigitlar hayotda kerak boʻladigan epchilik, chidamlilik, chaqqonlik, jasurlik va qatʼiyatlik kabi qobiliyatlarga ega boʻlishi lozim edi. Baʼzi qabilalarda masalan, baroro va qonella (sharqiy Braziliya)larda yigitlar maʼlum sinovlardan oʻtmagunlarcha hatto uylanishlari ham mumkin emas edilar. Kurash va yugurish eng asosiy sinovlardan edi. Braziliya tadqiqotchilaridan biri Bushan, bu badan mashqlarining qiyinligi shundaki, yugurayotgan kishi elkasida ogʻir bir yogʻoch boʻlagini koʻtarib borishi va yugurib borib, nishonga tegizish lozim, deb yozgan edi. Meksikalik hindularda yugurish musobaqasi 20 kmlik masofani aylanib oʻtishdan iborat edi. Etnograf Sobel hindularning qaragumar qabilasidagi ayollardan

ba'zilarining ancha katta masofani erkaklar bilan aniq bir vaqtda yugurib o'tganligini kuzatgan. Sharqiy Afrikadagi ko'pgina ibtidoiy qabilalarda langar cho'p bilan sakrash va yugurib kelib balandlikka sakrash musobaqalari ham bo'lganligi ma'lum. Chunonchi, vatusi qabilasida yugurib kelib balandlikka sakrash va langarcho'p bilan sakrash turli bayramlar vaqtidagi oddiy hodisa bo'lgan.

Ibtidoiy jamoa sharoitlaridayoq suzishning turli usullari, elementlari (masalan; krol usuli bilan suzish) ma'lum bo'lgan, kanoye va baydarka - xilidagi yyengil uzunchoq qayiqda eshkak eshish qo'llanilgan. etnografik materiallar Janubiy Amerikadagi ba'zi bir qabilalarda (YYevropaning mustamlaka qilib olishgacha bo'lgan davrda) turli mashq qilish elementlari mavjud bo'lganligi to'g'risida dalolat beradi. Shimoliy Amerika hindularining ayrim qabilalarida (bu qabilalar kashf etilgan vaqtida onalik huquqi asosida urug'i birlashtirilgan edi) katta rezina koptok, chovgonlardan foydalanib o'ynaladigan xokkey to'pidagi yozgi va qishki o'yinlar rasm bo'lgan.

Ba'zi bir manbalar ibtidoiy jamoa odamlarida disk uloqtirish mashqi ham bo'lganligini ko'rsatadi. To'g'ri, hali bu musobaqa turi har tomonlama mustaqil bo'lmagan balki kompleks xarakterdagi o'yinlar tarkibiga kirgan. "Disk" kaktus o'simligidan tayyorlangan va yumaloq shaklda bo'lgan. Oldin kaktusdan tikanlar tozalangan. Disk ham o'ng, ham chap qo'l bilan uloqtirilgan. O'ynovchilar ikki to'daga bo'lingan. Birinchi to'dadagi o'yinchilar navbat bilan diskni uloqtiradigan paytda ikkinchi to'dadagi o'yinchilar (navbat bilan) uchib kelayotgan diskga yoy o'qi bilan tekkizishga harakat qilganlar. O'qi nishonga tegmagan o'yinchilar o'yindan chiqarilgan.

Yuqorida aytilgan mulohazalar hozirgi zamon sporti va jismoniy mashqlarning qator elementlari onalik urug'chiligi sharoitidayoq paydo bo'lganligidan dalolat beradi.

### **3.Patriarxat davrida jismoniy tarbiya xususiyatlari.**

Patriarxat davrida ishlab chiqarish jarayonlari takomillashib, yanada rivojlandi. Bunda erkaklarning mehnati, yaratuvchilik fikr-mulohazalari oldingi o'rinda turgan. Temir qurollarning paydo bo'lishi, omoch, bolta bilan ishlash, dehqonchilik va chorvachilikning rivojlanishi ovning xo'jalik ahamiyatini kamaytirgan. Chorva mollarini boqish, qo'lga o'rgatish, xonakilashtirish va dehqonchilik

qilishdagi tajribalar jamoada erkaklarning hukmron bo'lishini ta'minlagan. Patriarxat oilalar vujudga kelgan.

Patriarxat taraqqiyotining dastlabki bosqichida qabilalar o'rtasida nizolar, janjallar, ko'pincha bir-biriga qarama-qarshi bo'lgan qabila vakillarining yakkama-yakka kurashi bilan hal etilgan. Ba'zi hollarda janjalli masalalar birgalikda bayramlar tashkil etish, bir-biriga sovg'alar berish va h.k. bilan yakunlangan. Qabilalar o'rtasidagi do'stlik munosabatlarining rivojlanishi va mustahkamlanishida muhim ahamiyatga ega bo'lgan. Qabilalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalar jarayonida jamoa shon-sharafi, o'zaro bir-birini quvvatlash, zaiflarga yordam qilish tushunchalari rivoj topgan.

Avvalgi majmuaviy mashqlar (kurash, mushtlashish, og'irlik ko'tarish, yugurish, sakrash va h.k.) asta-sekin mustaqil tur sifatida o'rganilib, an'analar, marosimlarda namoyish etilgan va musobaqa tarzida tashkil etilib, g'oliblarni olqishlash, taqdirlash kabi odatlar amalga oshirilgan. Dehqonchilik, chorvachilik va boshqa kasb-hunar bilan shug'ullanuvchilar o'z sohalari bo'yicha turli o'yinlar, mashqlarni ixtiro qila borganlar. Masalan, bug'uchilik bilan shug'ullanuvchilar, bug'uchilar musobaqalarini uyushtirganlar.

Ibtidoiy jamoaning yyemirilishi va quldorlik tuzumining shakllanishi qadimiy Germaniya, Okeaniya, hindu qabilalari (astek, ink, mayya) va boshqa joylarda ham sodir bo'lib, ularda ham o'ziga xos jismoniy mashqlar va o'yinlarning rivojlanishiga olib kelgan. Masalan, mayya qabilasida kauchukdan yasalgan koptok bilan jamoa bo'lib basketbolga juda o'xshab ketadigan o'yin o'ynash an'anaga aylangan. ya'ni uning shakli va mazmuni hozir mashhur bo'lgan sport o'yiniga asos solgan bo'lishi mumkin. Qadimgi Peru mamlakatida jismoniy mashqlar yoshlardan iborat harbiy qismlarni tayyorlashda eng muhim vosita sifatida xizmat qilgan.

Turli qabilachilik holatlari o'zaro jang, nizo va urushlarni keltirib chiqargan. Shu sababdan himoya qal'alari, qurol-yaroqlar yasash kabi Yangi faoliyatlar tarkib topib, ular yanada rivojlangan. Natijada, maxsus jangchilarni tayyorlash ishlariga alohida e'tibor qaratiladi. Jangchilarning jismoniy tayyorgarligida boshqa qabila va elatlarni bosib olish, ezish, ko'pchilikni hukmron ozchilikka bo'ysundirish uchun foydalanishni ko'zda tutadigan jismoniy tarbiyaning Yangi tizimi namunalari tug'ila boshladi. Bunday jarayonlar esa quldorlik tuzumini vujudga keltirgan.

Quldorlikning dastlabki davrida qabilachilik munosabatlarining xalq hokimligi an'anasi saqlanib, qabila zodagonlari hokimiyatini cheklab turgan. Lekin qabilalar o'rtasida to'qnashuvlar jiddiy harbiy xususiyatlarga ega bo'lgan. Ularning asosiy sababi boylik orttirish va o'z hukmronligini o'rnatishdan iborat bo'lgan. Harbiy dohiylar rahbarligida maxsus posbonlar paydo bo'lgan. Dohiylar ko'pincha qabilalarning yo'l boshchisi ham hisoblangan. Xalq kengashlari yuzaga kela boshlagan. Ularning vazifalari jamoaning barcha a'zolarini himoya qilishdan iborat bo'lgan. Qishloq istehkomlari paydo bo'lib, chet el posbonlari hujumidan harbiy mudofaa qilish tarbiyasi rivojlangan.

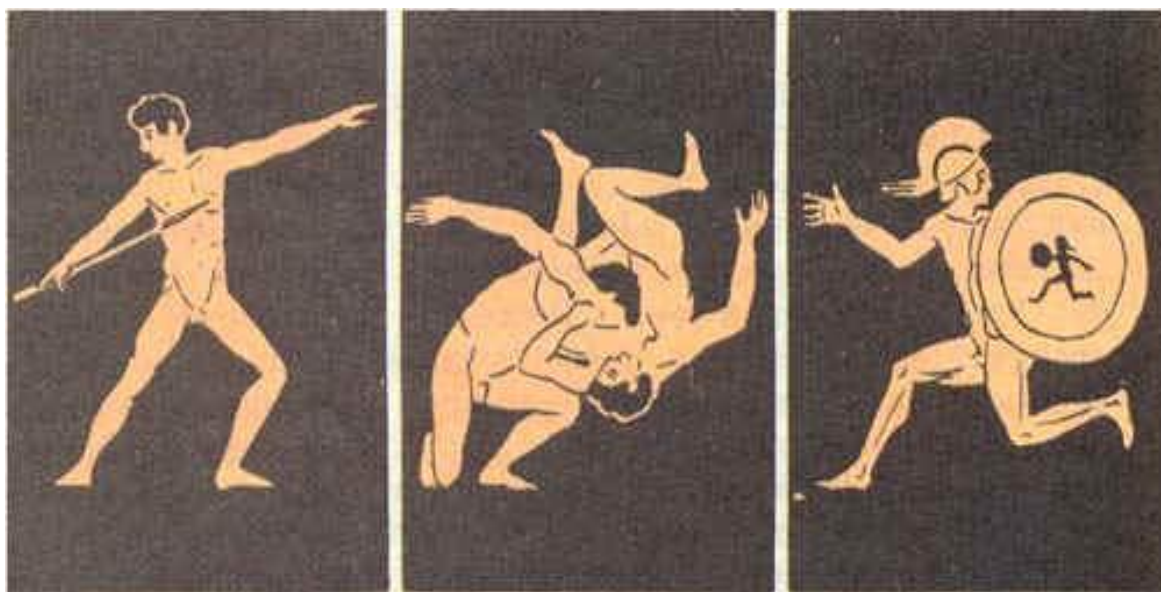
Temir plug va boltaning paydo bo'lishi, plug bilan ishlash dehqonchilik va chorvachilikning rivojlanishi ovning xo'jalik ahamiyatini barbad qildi. Chorva mollari tutish va dehqonchilik qilish uyda erkak kishining hukumron bo'lishini ta'minladi. Oila katta patriarxat oilaga aylana boshlaydi. Monogamiyaga-yagona nikohga o'tila boshlanadi. Patriarxat oilalar yig'indisi patriarhal, urug'ini yoki urug'chilik jamoasini tashkil etadi, urug'lar yig'indisi va umum qabila yerlariga ega bo'lish qabilalarni hosil qiladi.

Qabilalararo munosabatlarning rivojlanishi bilan o'zaro madaniy ta'siri kuchayadi, jismoniy tarbiya tajribasi ham boyib boradi. Ko'pgina qabila o'yinlari va jismoniy mashqlardan endi bir qancha qabilalar bahramand bo'ldi. Onalik urug'chiligi sharoitida ma'lum bo'lmagan, jangovar musobaqa o'yinlari paydo bo'ladi. Jangovar shon-shavkat va shuhrat tushunchalari tug'uladi.

Patriarxat taraqqiyotining ilk bosqichida qabilalar o'rtasida tug'iladigan janjallar ko'pincha bir-biriga qarama-qarshi bo'lgan qabila vakillarining kurashi (yakkama-yakka kurashi) bilan hal etilar edi. Bazan janjallar birgalikda shodiyona mehmondorchiliklar tashkil etish, bir-biriga sovg'alar berish, aka-uka tutinish va hokazolar bilan tugar edi.

Jismoniy mashqlar qabilalar o'rtasidagi do'stlik munosabatlarining rivojlanishi va mustahkamlanishida katta rol o'ynar edi. Qabilalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalar jarayonida jamoa shon-sharaf, o'zaro bir-birini quvvatlash ancha zaif raqibga rioyagarchilik qilish tushunchalari va boshqa tushunchalar rivojlanib borar edi. Kelishmovchiliklarni musobaqa yo'li bilan hal etish patriarxat sharoitida yashagan ko'pgina qabila va elatlarda ko'rilgan.

Masalan, eskimoslarda (XIX asrning boshlarida) turli guruhlarning to‘qnashuvi vaqtida har bir guruhdan jangchilar tanlab olishgan. Ular tayoqbozlikda musobaqalashib, ulardan biri yyengildim, demaguncha musobaqa davom etgan. Qoryaklar, to‘nguslar va chukchalar orasida sport kurashi shaklidagi yakkama-yakka olishuv keng tarqalgan edi. Yangi Gvineyadagi ko‘pgina G‘arbiy Yevropa tadqiqotchilari musobaqa o‘yinlarining bolalar va kattalar o‘rtasidagi o‘zaro musobaqalarni doimiy urushlar shaklida, musobaqa o‘yinlarini esa “bu urushlarning nusxasi” shaklida tasvirlashga harakat qilgan olimlarning uydirmalarini rad etadi.



#### **4.Patriarxat davrida jismoniy mashqlar.**

Ishlab chiqarish va ijtimoiy hayot sohasidagi o‘zgarishlar oqibati-natijada jismoniy tarbiya sohasida ham bir qancha Yangi xodisalarning sodir bo‘lishligi sabab bo‘ldi. eski o‘yinlar ko‘pincha ilgari ovchilik terminlarini saqlagan holda harakatlar xarakteriga ko‘ra, jamoa ovchilik mashqlarining ilgari usullari va uslubiyatlariga endi bevosita munosabatda bo‘lmas edi. Masalan; ilgari, odatda, jamoa ovchilik o‘yinlari majmuasiga kirgan mushtlashish, kurashish, og‘irlik ko‘tarish va hokozalar asta-sekin erkaklarning individual mustaqil musobaqa turiga aylandi. Ovchilik o‘yinlari ovchilar turmush an‘analarini aks etirib kelgan eski mazmunini yo‘qotdi. Ayni vaqtda dehqonlar va chorvadorlarning mehnati va turmushini aks etiradigan Yangi musobaqa o‘yinlari paydo bo‘ldi. “Zog‘ar”, “Tariq”, “Sichqon va mushuk”, “Kalxat” va boshqa

shu singari xalq o'yinlari aftidan, o'z ildizlari bilan ibtidoiy jamoa tuzish davridagi musobaqa o'yinlariga borib taqalsa kerak. Bu o'yinlarda XIX asrdayoq ibtidoiy dehqonlar va chorvadorlarning o'yinlari uchun xarakterli bo'lgan marosim va musobaqa elementlari ancha aniq saqlangan edi. Ko'pgina xalqlarda ho'kiz bilan olishuv o'yini keng tarqalgan edi. Bu o'yinlarga yovvoyi hayvonlarni qo'lga o'rgatish hamda usullarini aks ettiruvchi jismoniy mashqlar kirar edi.

Patriarxat davrida ibtidoiy jamoa odamlarining o'yin ijodini tarkibiy elementlariga ajratish, ixtisoslashtirish jarayoni kuchayadi. Masalan, bug'uchilik bilan shug'ulanadigan qabilalarda bug'u bilan olishuv o'yini asosan bolalar o'rtasida saqlanib qolgan. Qatnashganlar o'rtasida esa bu o'yinlardan faqat ayrim mashqlargina foydalanilgan: bu mashqlar sportning mustaqil elementlari sifatida tarkib topdi (bu usullarda tezlikda kim o'zarcha poyga qilish, katta yuklarni tashishda poyga qilish, yugurib kelayotgan bug'uning shoxiga arqon tashlab, bir joyda turgan buyumga va havoda aylanib turgan buyumga arqon tashlash, keng chang'ilarda kim o'zarga poyga qilish va hakoza). Kurash singari musobaqa turi ham shaklan o'zgardi. Agar ilgari hayvon terisiga o'ralib raqs harakatlari va sakrashlari bilan kurashga tushilgan bo'lsa, endi raqs mustaqil mashq sifatida ajralib chiqdi, kurash esa sport xarakteriga ega bo'ldi. Hayvon terisiga o'ralib sakrash musobaqaning mustaqil turi sifatida bajarila boshlandi. O'yinlar va jismoniy mashqlarning bunday evolyuatsiyasi Kamchatkadagi bir qancha qabilalar va boshqa xalqlarda kuzatilardi.

Jismoniy tarbiya mehnat ehtiyoji tufayli vujudga kelgan. Jismoniy tarbiya dastlab mehnat jarayonida taqlid qiladigan va unga tayyorlaydigan mashq hamda o'yinlardan iborat bo'lgan. Jamiyat urug'chilik tashkilotlarining tushumini va rivojlanishi bilan o'ynovchilarning o'yinlari va harakatlari asta-sekin takomillashtirib borgan. O'yin uchun suniy buyumlar snaryadlar, koptoklar, sharlar, chovgonlar, raketkalar, qoziqchalar va hakoza paydo bo'lgan. Bu hol kishilar ijtimoiy foydali faoliyatining nisbatan mustaqil sohasi bo'lgan jismoniy tarbiya elementlari tartib topish bosqichining boshlanganligidan dalolat beradi. Jismoniy mashqlar, raqslar, jamoa musobaqa o'yinlari va yakkama-yakka kurashlar diniy marosim bayramlaridagi urf-odatlarining ajralmas qismi bo'lib qolgan.

Ibtidoiy jismoniy tarbiya barcha urug' a'zolarining erkin jamoa mehnati negizida paydo bo'ldi va ibtidoiy jamoa tuzumining ishlab

chiqarish usuliga batamom muvofiq keladi. Ibtidoiy jismoniy tarbiya barcha urug' a'zolari boyligi bo'lib, urug'- qabila mehnat turmushi bilan chambarchas bog'langan edi. Ibtidoiy jamoa tuzumining yemirilishi davrida jismoniy tarbiya urug'-qabila aslzodalari tomonidan o'zini va o'z drujinalarini harbiy jihatdan tayyorlash uchun foydalanildi, bu drujinalar boshqa qabilalarni har biri yo'l bilan tanlash uchun mo'ljallangan edi. Bu bilan jismoniy tarbiya urug'-qabila aslzodalarning bundan keyingi boyishiga va sinfiy ajralishiga, sinfiy quldorchilik jamiyatining paydo bo'lishiga imkon yaratdi.

Ibtidoiy jamoaning yemirilishi va quldorlik tuzumining shakllanishi qadimiy Germaniya, Okeaniya, hindu qabilalari (astek, ink, mayya) va boshqa joylarda ham sodir bo'lib, ularda ham o'ziga xos jismoniy mashqlar va o'yinlarning rivojlanishiga olib kelgan. Masalan, mayya qabilasida kauchukdan yasalgan koptok bilan jamoa bo'lib basketbolga juda o'xshab ketadigan o'yin o'ynash an'anaga aylangan. Ya'ni uning shakli va mazmuni hozir mashhur bo'lgan sport o'yiniga asos solgan bo'lishi mumkin. Qadimgi Peru mamlakatida jismoniy mashqlar yoshlardan iborat harbiy qismlarni tayyorlashda eng muhim vosita sifatida xizmat qilgan. Turli qabilachilik holatlari o'zaro jang, nizo va urushlarni keltirib chiqargan. Shu sababdan himoya qal'alari, qurol-yaroqlar yasash kabi Yangi faoliyatlar tarkib topib, ular yanada rivojlangan. Natijada, maxsus jangchilarni tayyorlash ishlariga alohida e'tibor qaratiladi. Jangchilarning jismoniy tayyorgarligida boshqa qabila va elatlarni bosib olish, ezish, ko'pchilikni hukmron ozchilikka bo'ysundirish uchun foydalanishni ko'zda tutadigan jismoniy tarbiyaning Yangi tizimi namunalari tug'ila boshladi. Bunday jarayonlar esa quldorlik tuzumini vujudga keltirgan. Quldorlikning dastlabki davrida qabilachilik munosabatlarining xalq hokimligi an'anasi saqlanib, qabila zodagonlari hokimiyatini cheklab turgan. Lekin qabilalar o'rtasida to'qnashuvlar jiddiy harbiy xususiyatlarga ega bo'lgan. Ularning asosiy sababi boylik orttirish va o'z hukmronligini o'rnatishdan iborat bo'lgan. Harbiy dohiylar rahbarligida maxsus posbonlar paydo bo'lgan. Dohiylar ko'pincha qabilalarning yo'l boshchisi ham hisoblangan. Xalq kengashlari yuzaga kela boshlagan. Ularning vazifalari jamoaning barcha a'zolarini himoya qilishdan iborat bo'lgan. Qishloq istehkomlari paydo bo'lib, chet el posbonlari hujumidan harbiy mudofaa qilish tarbiyasi rivojlangan.

### **Tayanch tushunchalar:**

Qabilalar o'rtasida o'tkaziladigan musobaqalar, ibtidoiy jismoniy tarbiya, onalik urug'chilik tuzumi, otalik urug'chilik tuzumi, chang'i, arqon tashlash, kauuchukli koptok.

### **Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:**

1. Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi haqida gapiring.
2. Onalik urug'chilik davrida jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari nimalardan iborat?
3. Patriarxat davrida jismoniy tarbiya xususiyatlari qaysilar?
4. Jismoniy mashqlarni paydo bo'lish xususiyati haqida fikringiz?
5. Qadimgi xalqlar jismoniy tarbiyasining shakllarini izohlab bering?

## **QADIMGI YUNONISTON, RIM VA RUSDA JISMONIY TARBIYA**

### **REJA:**

1. Qadimgi Yunonistonda Gomer davrida jismoniy tarbiya
2. Sparta tizimi.
3. Afina tizimi .
4. Antik gimnastika, qadimgi olimpiya o'yinlari haqida.
5. Qadimgi Rimda gladiator maktabi .
6. Qadimgi Rusda jismoniy tarbiya haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **1. Qadimgi Yunonistonda Gomer davrida jismoniy tarbiya**

Urug'chilik tuzumining yemirilishi jarayonida Yangi ishlab chiqarish munosabatlarining asoslari qurila bordi, bu Yangi ishlab chiqarish munosabati bilan vujudga kelgan Yangi mulkchilik shakllarining paydo bo'lishiga sabab bo'ldi. Quldorchilik jamiyatining paydo bo'lishi yoki vujudga kelishi bu jarayonining oqibat natijasi bo'ladi.

Qadimgi Sharq quldorlik davlatlari: Misr, Suriya, Eron, Hindiston va Xitoy kishilik tarixidagi eng qadimgi sinfiy jamiyatlari edi. Qadimgi Sharq davlatlarida, qadimgi dunyo davlatlari Gretsiya va Rim quldorlari davlatlaridan farqli o'laroq, quldorchilik ham oila qulchiligi doirasidan tashqarisiga chiqmagan bo'lib, ko'pgina jamoa hayoti shakllari saqlangan holda davom etdi. Bu davlatlarda quldorlar



va qullar sinfi bilan birga ozod jamoatchilar ommasi dehqonlar ko'plab saqlangan edi. Quldorlar sinfi o'z iqtisodiy va siyosiy qudratini mustahkamlash maqsadida xalqlar tomonidan tarixning oldingi davrlarida yaratilgan tarbiyadan keng foydalanilgan.

Ibtidoiy jamoa tuzumi sharoitlaridayoq vujudga kelgan din va kohinlar toifasi hukmron sinf xokimiyatini mustahkamlashda katta rol o'ynaydi.

Mehnat faoliyati bilan bog'liq bo'lgan va ko'pincha sehrgarlik harakatlar xarakteriga ega bo'lgan turli-tuman o'yinlar, raqslar, xorovodlar va musobaqalar barchasi Qadimgi Sharq davlatlarining ozod aholisi o'rtasida tarqalgan edi. Xalq orasidagi harbiy mashqlarning ko'pgina turlari ham qo'llanar edi, chunki ozod jamoachilar hali ham sharqiy dispotiya ko'rshinlarining asosini tashkil etar edi. Qadimgi Misrning ko'p sonli yodgorliklari Misr falloqlari o'rtasida kurashga, qilichbozlikka doir mashqlar, ko'p sonli akrobatika mashqlari, raqs mashqlar, koptok o'ynash mashqlari va hakazolarning tarqalganligidan dalolat beradi. Suriya, Vavilion, Qadimgi Eron yodgorliklari ham xalq orasida mavjud bo'lgan ko'pgina o'yinlar va musobaqalar to'g'risida xabar beradi. Qadimgi Xitoy kurashi va qilichbozlikning, oyoq to'pi o'ynashining o'ziga xos usullari bo'lgan. Xitoyda saqlanib qolgan "Ushu" jismoniy tarbiya tizimi juda qadimgi zamonda tug'ilgan va bu tizimning ba'zi bir mashqlari quldorchilik jimiyati sharoitlarida vujudga kelgan, deb taxmin qilishga asos bor.

Hukmdor quldor boshliqlar hokimiyatning kuchayib borishi bilan xalqning jismoniy tarbiya elementlaridan borgan sari ko'proq darajada hokimiyatning sinfiy maqsadlari yo'lida foydalangan. Armiyadagi rahbarlik roliga mansub bo'lgan aslzoda quldorlar mashqlarning xalq orasidagi turlaridan o'zlariga jangchi uchun zarur bo'ladigan sifatlarni kamol topshirish uchun foydalanilganlar. Ular maxsus uyushtirilgan jismoniy tarbiya oddiy xalq ommasidan ajratib ko'rsatadigan va bu bilan o'zlarini yuqori tutadigan jismoniy fazilatlarni kamol topshirishga intilar edilar.

Qadimgi Eronda maxsus tashkil qilingan maktablarda zodagon yoshlar tarbiyalashish tizimi mavjud edi; bu maktablarda otda yurishga va kamalak otishga o'rgatishga alohida e'tibor berilar edi. Qadimgi Misrda harbiy zodagon doiralarni maxsus harbiy jismoniy jihatdan tayyorlash, nayza irg'itishga doir mashqlardangina

foydalanganligi haqida ba'zi bir ma'lumotlar bor. Jamiyatning toifalarga ajralishi rasm bo'lgan. Qadimgi Hindistonda hukmron sinflar o'rtasida jangchilarning alohida toifasi paydo bo'lgan. Bu toifa a'zolari yoshlik chog'laridanoq o'zlarining barcha vaqtini va o'zini harbiy mashqlarda kamol topshirishga sarflab, jangchi bo'lishga o'rgatilgan.

Ayni bir vaqtda qadimgi Sharqning mustabid quldor boshliqlari o'zlarining xalq ommasiga bo'lgan hukmdorligi va ta'sirini kengaytirishga intilib, ko'pgina xalq bayramlari an'analaridan keng foydalanilganlar ko'p sonli musobaqa o'yinlari, raqslar va xorovodlar bu xalq bayramlarining tarkibiy qismini tashkil qiladi. Qadimgi sharq davlatlarning ko'plarida kohinlar toifasi bu ham an'anaviy xalq bayramlarning dastlabki kunlaridanoq quldorlarning sinfiy hukmronligini mustahkamlash quroli bo'lib qolgan. Yangi rasmiy dinga mohirlik bilan muvofiqlashtira bordilar. Bu hol Qadimgi Misrda, ayniqsa, yaqqol ko'zga tashlanadi. Qadimgi Misrda rasmiy dinni ko'p sonli xudolarning urf-odatiga bag'ishlangan ko'pgina, bayramlar, an'anaviy xalq musobaqalar o'yinlari va raqslari bilan birga qo'shib olib borilgan. Jismoniy tarbiyaning xalq elementlari asta-sekin Yangi diniy marosimlarining tarkibiy qismi bo'la borib, bu urf-odatlar yordamida xalq ommasi borgan sari ko'proq ideologik asoratga solinar edi.

Hukmron quldorlar doirasi xalq mashqlari turlaridan o'z kamoloti va ko'ngil ochishi yo'lidan ham keng foydalangan. Quldorlar, bir tomonidan, o'zlarining bo'sh vaqtini ko'pincha o'yin, ov turli mashqlar bilan o'tkazar, ikkinchi tomonidan o'zlari uchun tomoshalar tashkil qilib, ulardan ancha chaqqon, kuchli va epchil ozod jamoachilarni ishtirok ettirar edilar. Qadimgi Misr, Eron, Hindiston va Xitoy yodgorliklari o'sha vaqtlarda aslzodalarga qarashli saroylarda tomosha ko'rsatgan dorbozlar, jangchilar, o'yinchi va raqqosalar bo'lganligidan dalolat beradi.

Shunday qilib, Qadimgi Sharq quldorlik davlatlarida jismoniy tarbiya elementlarining rivojlanishidagi xarakterli xususiyati shundan iboratki, ozod dehqonlar orasida rasm bo'lib kelgan xalq jismoniy tarbiyasi shakllari va xalq mashqlarning turlari bilan birga, quldorlarning bu jismoniy tarbiya elementlarini o'z obro'yi va hukmronligini kuchaytirish uchun o'zlashtirish va foydalanishga bo'lgan intilishi yaqqol ko'zga tashlanadi.

Ibtidoiy jamoaning mehnat faoliyatida tugʻilgan xalq jismoniy tarbiyasi elementlarining quldorlarning ehtiyojlari sinfiy maqsadlariga moslashib borish jarayonini qadimgi Gretsiya misolida ham koʻrish mumkin.

Urugʻchilik tuzumining yemirilishi va quldorlik munosabatlarining tugʻilib kelishi Gretsiya tarixining Gomer davri deb ataladigan eng qadimgi davriga toʻgʻri keladi; bu davr eramizdan avvalgi XII-VIII asrlarini oʻz ichiga oladi.

Bu sinfiy quldorlik jamiyatiga oʻtiladigan davr harbiy demokratiya deb atalgan. Urugʻchilik tuzumida hukmronlik mavqeyini egallashga harakat qilgan urugʻ-zodagonlarining ajralishi va yuqori darajaga koʻtarilishi bu davr uchun xarakterlidir.

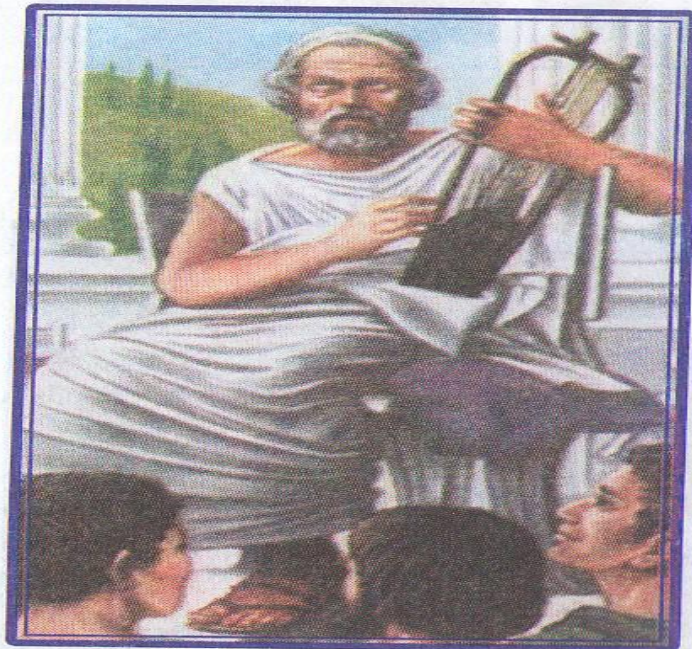
Odatda, aslzodalar muhitidan urugʻ oqsoqollari-bosileylar ajralib chiqar edi. Shu bilan birga, urugʻ aslzodalarini xalq ommasi bilan hisoblashishga majbur qiladigan eski urugʻchilik muassasalari ham saqlanib qolgan edi. Bu davrda ibtidoiy urugʻchilik jamoasi uchun xarakterli boʻlgan tartiblar hali-ham saqlanib qolgan, bu tartiblarga koʻra, har bir katta yoshdagi erkak ayol bir vaqtda jangchi ham boʻlar edi. Lekin bu davrga kelib, xalq ichidan chiqqan jangchi bilan urugʻ zodagonlari ichidan chiqqan jangchi orasida farq mavjud boʻladi. Zodagon jangchilar oʻz qurollarining zebi-ziynatlari va oʻzining yaxshi tayyorgarlik darajasi bilan farq qilib turar edi. Ular qoʻshinda rahbarlik rolini oʻynashga harakat qilar va harbiy oʻljaning katta ulushini oʻzlashtirib olar edilar.

Gomerning “Iliada” va “Odisseya” dostonida oʻsha davrdagi yunon hayotining yorqin manzaralari aks ettiriladi, qahramonlar deb ataladigan zodagon jangchilar obrazi chizilib, ularni oddiy xalqdan ajratuvchi jismoniy fazilatlar taʼkidlanadi. Gomer poemalarining qahramonlari halok boʻlgan, qahramonlar sharafiga yoki qabila hayotidagi biror muhim vaqtni nishonlash sharafiga tashkil etiladigan koʻpdan-koʻp musobaqa oʻyinlarida oʻzlarining jismoniy fazilatlarini namoyish etadilar. Bu oʻyinlarda yugurish, nayza, disk uloqtirish, sakrash, kurashish va boshqa mashqlar yuzasidan musobaqalar oʻtkazilar edi.

Shubha, yoʻqki, bu oʻyinlar oʻz ildizlari bilan uzoq oʻtmishiga borib tarqaladi, anʼanaviy urugʻchilik yoki qabilachilik bayramlari bilan bogʻlangan. Urugʻchilik tuzumining yemirilishi sharoitlarida bu oʻyinlar asta-sekin oʻzining umumurugʻchilik yoki umumqabilachilik

ahamiyatini yo‘qota borib, ulug‘ zodagonlarning bayramiga aylana borgan. Musobaqalarda faqat zodagon jangchilar ishtirok eta boshladi. Musobaqa o‘yinlarida ko‘rsatiladigan tomoshalar zodagon jangchilarning jismoniy kuchayishi fazilatlarini tekshirish va namoyish qilishining o‘ziga xos bir usuli bo‘lib, bu tomoshalar ularni go‘yo xalqdan yuqori

darajaga ko‘targanday bo‘lar edi. “Odisseya” poemasida talqin etilishiga, “antlyot” so‘zi o‘sha vaqtda “olijanob qahramon izidan” tushunchalari bilan bog‘langan va “xalq ichida chiqqan odam” tushunchasiga qarama-qarashi qo‘yilgan. Gomer poemalarida qabilaning oddiy a‘zolari zodagon jangchilarning o‘yinlarida ishtirok etmaydilar, ular faqat tomoshabin bo‘lib ko‘rinadilar.



**Gomer – qadimgi  
yunon shoiri**

Eramizdan avvalgi IX-VII asrlarga kelib Gretsiya hududida urug‘chilik tuzumining yemirilishi va quldorlik munosabatlarining rivojlanishi jarayoni dastlabki davlatlarning to‘zilishiga olib keladi. Kuchayib borayotgan quldorlar sinfining hukmronligini mustahkamlashga qaratilgan birinchi davlatlar paydo bo‘la boshladi.

**Qadimgi stadion.** Urug‘chilik tuzumi davrida taraqqiy etgan yunon quldorlik davlatlari harbiy jihatdan uyushgan polislar

(shaharlar) xarakteriga ega edi. Davlatlarning bunday xarakterga ega bo'lishi qullarni qurolli kuch yordamida itoatda saqlash ehtiyojidan kelib chiqqan edi. O'sha vaqtlarda harbiy tayyorgarlik darajasi belgilanar edi. Shuning uchun yunon harbiy-quldorlik polislarida quldorlarning jismoniy jihatidan tarbiyalashishiga katta e'tibor berilar edi. Erkin bo'lib tug'ilgan har bir erkak quldor harbiy xizmatni o'tash majbur edi. Armiya faqat quldorlardan tarkib topib, ular eng muhim qurollaridan biriga aylanar edi. Shuning uchun harbiy tayyorgarlik masalalari va u bilan bog'liq bo'lgan quldorlarning jismoniy jihatidan tarbiyalashish masalasi bu davlatlarning diqqat markazida turar edi.

Turli davlatlarda bo'lajak jangchilarni tayyorlash uchun maxsus tarbiya tizimlari yaratila boshlanadi. Bu tizimlar asosini jismoniy tarbiya tashkil etar edi. Sparta va Afrinada vujudga kelgan tarbiya tizimlari eng xarakterli tizimlardan edi. Bu davlatlarning o'ziga xos ijtimoiy, iqtisodiy va siyosiy hayoti o'ziga xos tarbiya tizimining vujudga kelishiga sabab bo'ladi.

## **2. Sparta tizimi**

Miloddan avvalgi IX asrda Sparta shahri vujudga kelib, uning aholisini 9 mingga yaqin quldorlar oilasi, shuningdek, 30 ming hunarmandlar, savdogarlar va yer egalari, 200 ming qul tashkil etgan. Quldorlar (spaitiatlar) qullardan saqlanish va o'zlarini himoya qilishga tayyorlanish maqsadida o'ta qattiq tarbiyaviy tizimdan foydalangan. Bolalar 7 yoshgacha oilada tarbiyalangan. Bu davrda ularni qorong'ulikdan qo'rqmaslik, sovuqqa, tashnalikka ochlikka chidashga o'rgatganlar va chiniqtirishga katta ahamiyat berganlar. 7 yoshdan 14 yoshgacha bolalar va o'smirlar davlat tizimidagi tarbiya muassasalarida asosan jismoniy tarbiya bilan shug'ullanganlar. Ularni sovuq va ochlikka bardosh berish, chaqqonlik va og'riqlarga chidash kabi faoliyatlarga o'rgatib, chiniqtirganlar. Yoshlarni nayza va disk uloqtirish, yugurish, sakrash, kurash va harbiy o'yinlar, yovvoyi hayvonlarni ovlashga orgatganlar. Qo'shiq aytish, musiqa va raqs kabi sohalarga ham ko'p vaqt ajratilgan. Davlat tomonidan belgilangan rahbarlar (pedonom) yosh spartiatlarni mardlik, jasorat, qullarga nisbatan nafrat ruhida tarbiyalaganlar. Shu maqsadda kechalari qullarga qarshi hujumlar, bosqinlar uyushtirganlar, shubhali qullarni o'ldirishgan.

18-20 yoshli tarbiyalanuvchilar efebiya qatoriga qabul qilinib, ular jismoniy va harbiy tayyorgarlikni o'taganlar. Keyinchalik esa ularni harbiy darajalarga ajratib, qariguncha harbiy xizmatda ushlab turishgan.

Sparta tizimida qizlarning jismoniy tarbiyasiga ham katta e'tibor qaratilgan. Sog'lom bolalarni dunyoga keltirib, ularni sog'lom qilib o'stirish uchun oilalar ham o'ta sog'lom bo'lishi ko'zda tutilgan. Shu sababli ham qiz bolalarni yugurish, kurash, nayza va lappak uloqtirish kabi mashqlar bilan muntazam ravishda shug'ullantirishgan. Sparta xotin-qizlari ko'proq qullarni saqlashda xizmat qilganlar.

Sparta davlati tarbiya tizimini va harbiy sohadagi eng kuchli qismi Gretsiyada tashkil etilgan. Ular uzoq-yillar davomida yyengilmas deb nom qozondi. Sparta atletikachilari ko'pgina olimpiya, pif va boshqa o'yinlarda qatnashib, g'alabalarni qo'lga kiritgan.

Doriylklarning Lakoniyani bosib olish natijasida eramizdan avvalgi IX asrning o'rtalarida vujudga kelgan Sparta davlati dastlab harbiy jihatdan uyushgan urug'chilik ittifoqi xarakterga ega edi. Sparta bu ittifoqning ko'pgina xususiyatlarini deyarli butun tarixi davomida saqlab kelgan. Bosib olingan mahalliy aholi bosqinchilar-doriylklr tamonidan juda qattiq ekspluatsiya qilish obyektiga aylanadi. Mahalliy aholi bosqinchilarni barcha qishloq xo'jaligi va hunarmandchilik mahsulotlari bilan ta'minlashga majbur edi; harbiy jamoalarga uyushgan bosqichlarning o'zlari esa faqat harbiy ish bilan band edilar. O'z zamonlariga qarshi tez-tez qo'zg'olon ko'tarib turadigan pedonomlar va ilotlar ommasidan hokimlikni qo'llab-quvvatlash zarurligi spartaliklarni doim jangovar holatda turishga majbur qiladi va jamoaning shunga muvofiq harbiy lager uyushmasining yuzagi kelishiga sabab bo'ladi. Spartaning 20 yoshidan 60 yoshigacha bo'lgan har bir fuqarosi armiya safida bo'lar, buning ustiga ko'p vaqtning oilasidan uzoqda, har kuni biror ma'lum bo'linmaning jangchilari yig'iladigan jamoat oshxonalarida (sissitiyalarda) o'tkazishiga majbur bo'lar edi. Harbiylar lager hayoti sharoitlarida o'ziga xos tarbiya tizimi ham rivojlanib borar edi.

Spartaliklar tarbiya sohasida o'z e'tiborini asosan kuchlilik, chidamlilik va epchillikning o'sishiga qaratar edilar, chunki spartaliklarning qurollanishi xarakteri va taktikasi shuni talab qilar edi. Tarbiya maqsadi bo'lajak jangchilar hamjihatligini, kuchini va chidamliligini ta'minlaydigan jismoniy fazilatlarini kamol toptirishdan

iboratdir. Spartada tarbiya masalalariga katta e'tibor berilar edi. Go'dakning tug'ilgan kunidan boshlab uning hayoti davlat nazorat ostida bo'lar edi. Maxsus tashkil qilingan ijtimoiy internat uylarida o'qitganlar. Plutarxning aytishiga qaraganda, biror jismoniy kamchilik bilan tug'ilgan barcha bolalarni o'ldirganlar,

Ular jismoniy mashqlar (yugurish, kurashish, irg'itish, sakrash va boshqalar) yordamida har qanday qiyinchiliklarni engishga o'rgatar, o'z kuchlari va chidamliklarini o'stirar edi. Ularning murabbiylari va rahbarlari davlat tomonidan belgilanadigan pedonomlar edi. Har-yili shu yoshdagi guruhga turuvchi bolalar uchun sinov (uy) lar tashkil etilib, bu sinovlarda o'g'il bolalar o'zlarining jismoniy fazilatlarini rivojlantirish borasida bir-yil ichida erishgan natijalarni namoyish qilar edilar. 14 yoshga etgan o'smirlar uchun sinov-yili deb ataluvchi alohida-yil belgilanar edi; bu o'smirlar qurol olar, maxsus otryadlarga guruhlashtirilar va o'z murabbiylari rahbarligida politsiya xizmati va harbiy xizmatni o'tar edilar. Bu sinov-yili davomida ular tungi yugurishlar uyushtirar edilar, bunday tungi yugurishlar vaqtida ularga yo'lda uchragan har bir ilotni o'ldirishga, ilotlarning qishloqlariga hujum qilishga, bu qishloqlarni vayron qilib tashlashga huquq berilgan edi. Bu yurishlar ilotlarni qo'rqitish va yosh spartaliklarni yurish vaqtidagi jangovor holatiga, ilotlarning qo'zg'olonlarini bostirishga o'rgatish maqsadida uyushtirilar edi.

Sinov-yilni tugashi bilan o'smirlar eyrenlar razryadiga o'tkazilar edi. Eyrenlar (15 yoshdan 20yoshgacha bo'lgan yigitlar) tizimli jismoniy tayyorgarlik bilan shug'ullanar va ayni bir vaqtda kichik yoshdagi sinfdagi o'g'il bolalarning tarbiyalashishida pedonomlarga amaliy yordam ko'rsatar edilar.

Yosh spartalik 20 yoshga to'lishi bilan yana sinovdan o'tar va ediblar razryadiga o'tkazilib, ular qatorida 30 yoshgacha bo'lar edi. ediblar qo'yishlar sostaviga kiritirar, yugurishlarda qatnashar edilar. Ular muntazam ravishda jismoniy mashqlar bilan shug'ullanar o'zlariga uchun zarur bo'lgan fazilatlarini tarkib toptirar edilar.

Sparta yoshlarning yerlar jinsi jismoniy tarbiyasining qattiqligi spartalik qizlarning ham qattiq tarbiyasiga muvofiq kelar edi. Qizlar yigitlar bilan bir qatorda jamoat bayramlarida ishtirok etib, musobaqa va raqslarga qatnashar edilar: yugurish, sakrash, irg'itish va hatto kurashishga doir mashqlar ko'proq shug'ullanar edilar. Qadimga

manbalarning ko'rsatishicha, qizlarni bunday tarbiyalashdan maqsad "bu qizlardan tug'iladigan bolalardan baquvvat va kuchli bo'lishi uchun ularning tanasini kuchli baquvvat qilishidan iboratdir".

Quldorlarning Afinada vujudga kelgan tarbiya tizimi Spartadagi qattiq, bir tomonlama tarbiya tizimidan (bu yyerda aqliy ta'limga e'tibor berishar edi) farq qiladi.

### **3. Afina tizimi**

Afinada quldorlik tizimi o'ziga xos xususiyatlarga egadir. Miloddan avvalgi V-IV asrlarda sinfiy tafovutlar kuchli bo'lgan. Afina Gretsiyaning markazi hisoblanib, bu yerda hunarnandchilik va savdo, fan va tarbiya rivojlangan edi. Nar bir quldor jamiyat ishlarida faol qatnashish imkoniyatlariga ega bo'lgan. Ta'lim va tarbiya tizimida Afina fuqarolarining qatnashish huquqi bo'lgan. Afina tizimi Sparta tizimidan farqli o'laroq harbiy-jismoniy ta'lim bilan birgalikda olib borilgan. Afina tarbiya tizimi bo'yicha inson har tomonlama uyg'un kamol topishi lozim edi. Bunda aqliy, ma'naviy, estetik va jismoniy tarbiya asosiy vosita bo'lishi talab etilgan. Bunday talab va ehtiyoj bora-bora takomillashtirilib borilgan.

Afinada bola etti yoshgacha oilada, qullar nazorati ostida tarbiyalangan. Bu yoshda ko'proq o'yinlarga e'tibor berilgan. Keyin o'g'il bolalarni maktabga yuborishgan. Qiz bolalar esa uyda tarbiyalangan.

7 yoshdan 15 yoshgacha bo'lganlar davlat maktabi yoki xususiy maktablarda ta'lim olishgan. Ular musiqa va gimnastika maktablari deyilgan. Ya'ni musiqa mashg'ulotlarida musiqa, raqs, o'qish-yozish bilan, gimnastika mashg'ulotlarida esa kurash bilan palestralarda shug'ullanganlar.

Afinaning yuksak iqtisodiy va madaniy rivojlanishi sharoitlarida jangchini tayyorlash maqsadiga jismoniy tarbiyadagina emas, balki ham aqlan ham estetik tarbiyadan keng foydalanish yo'li bilan erishgan edi, afinaliklarini o'zlari guvohlik berishga, jangchini tayyorlash "tashqi va ichki go'zallikka" erishishdan dalolat edi. Bu o'rinda ichki go'zallik tushunchasi quldorlik davlati fuqarosi zimasiiga yuklanadigan majburiyatlarni bajarish mahorati va qobiliyati anglanadi.

Afinadagi o'g'il bolalar 7 yoshgacha uyda tarbiyalanar edi. Uy tarbiyasining asosiy vazifasi turli o'yinlar yordamida bolani jismoniy



jihatidan chiniqtirishdan iborat edi. Bolalar 7 yoshdan 14-16 yoshgacha hususiy maktablarda o'qitilar edi. Musiqiy maktablarda bolalarga savod, musiqa va ashula, gimnastika maktablarida (polestrada) jismoniy mashqlar o'rganar edi. Polestrada jismoniy tarbiyaning asosiy vositasi sifatida yunonlarning besh kurash musobaqasi: yugurish, sakrash, disk va nayza uloqtirish hamda kurashishdan foydalanar edi. Polestralarning asosiy maqsadi jismoniy jihatdan tayyorlashdan, jangchiga zarur bo'lgan, mardlik va qatiy irodani tarbiyalashdan iboratdir; shu bilan ayni bir vaqtda polestralar o'z oldiga hushbichim gavdani tarkib toptirish, epchil va chiroyli harakatlarni hosil qilish vazifasini ham quyar edi.

Lukianning so'ziga ko'ra, gimnastika mashqlari natijasida "yigitlar o'z bilimlarini jangda qo'llashga majbur bo'lganlarida, kutilmaganda zarur bo'ladigan kunikmalarni hosil qiladilar", polestralar esa shu maqsadda "eng yaxshi mashqlardan foydalanshib, yalang'och a'zoyu badanlarini chiniqtirar uni sog'lom, baquvvat, chaqqon, xushbichim va dushman zarbiga chidamli qilar" edilar.

12-16 yoshdan boshlab birinchi o'ringa gimnastika mashg'ulotlari qo'yilgan. 16 yoshgan yaxshi ta'minlangan ota-onalar o'z farzandlarini gimnasiylarga berishgan.

Quldor yigitlar 14-16 yoshidan 18 yoshgacha gimnasiyalarda ta'lim olar edi. Bu masalalar birinchi navbatda yoshlarni gimnastika sohasida kamol toptirishga mo'ljallangan edi. Bu yerda ta'lim oluvchilarga ancha malakali rahbarlar boshchilik qilar edi. Har bir pedotrib mashqlarning barcha turlari yuzasidan mashg'ulotlar o'tkazadigan polestralardan farqli ravishda gimnasiyalardagi pedotriblar mashqlarning ayrim turlari yuzasidan mutaxassislar edi. Pedotriblarning ishiga meditsinaga doir ayrim bilimlardan xabardor bo'lgan gimnastikachilar rahbarlik qilardilar. Aristotelning so'ziga ko'ra, gimnastikachilar o'g'il bolalar organizmini tegishli holatga keltirishlari, pedotriblar esa ularni gimnastika mashg'ulotlari bilan rivojlantirishi lozim bo'lgan.

Afinada davlat hisobida uch xil gimnasiy: akademiya, litsey va kinosarg mavjud bo'lgan. Bu o'quv yurtlarida yoshlar jismoniy tarbiya bilan bir qatorda siyosatshunoslik, falsafa va adabiyot fanlari bo'yicha ham ta'lim olgan. Afinada 18 yoshli yigitlar davlat harbiy tashkiloti - efebiyaga jalb etilgan. Ular ikki-yil davomida harbiy xizmatni o'tagan. Efeblar birinchi-yili, jismoniy tarbiya va harbiy

tayyorgarlikdan o'tishgan. Ikkinchi-yili esa qalqon va nayza bilan qurollanib, davlat chegarasini qo'riqlaganlar.

Bu davrda jismoniy tarbiyaning pedagogik va ilmiy nazariyasi paydo bo'lgan. Qadimgi faylasuf olimlar - Platon, Aristotel va boshqalarning asarlarida ta'lim-tarbiya tizimidagi jismoniy tarbiyaga yuksak baho berildi.

Platon (miloddan avvalgi 427-347 y.y.) Afina zodagonlari vakili, faylasuf-idealist, insonning ma'naviy va jismoniy sifatlari haqidagi nazariyaning asoschisidir. U Sparta tizimiga moyillik bildirib, harbiy-jismoniy tarbiyani aqliy tarbiya va ta'lim bilan qo'shib olib borishni ko'zda tutdi. Platon o'zining asarida shunday degan: «Yaxshi gimnastika ham oddiy bo'ladi, lekin eng avvalo, harbiy gimnastika bo'lishi lozim».

Aristotel (miloddan avvalgi 384-322 y.y.). Yirik olim va faylasuf, Platonning o'quvchisi va Aleksandr Makedonskiyning ustози bo'lgan. Aristotel shakl va mazmun birligi haqidagi g'oyani ilgari surgan. Shu bilan birga borliqning rivojlanishini isbotlagan. Insonning ruhi va tanasi ajralmas holda bog'liq ekanligini tushuntirib bergan. Jismoniy tarbiyaning aqliy tarbiya bilan hamohangligini ta'kidlagan.

Aristotel o'g'il bolalarni jismoniy jihatdan mustahkam qilib tarbiyalash tarafdori bo'lgan. U Platondan farqli o'laroq tarbiyada ko'proq ta'lim-tarbiyaga o'rin berishni, gimnastika mashqlari hajmini kamaytirishni tavsiya etgan. Chunki gimnastikada ko'proq harbiy jismoniy tarbiya va ta'lim ko'zda tutilgan va u bolalar uchun juda murakkab jarayon, deb hisoblagan.

Demokrit (miloddan avvalgi 460-370 y.y.) jismoniy mashqlar insonning shakllanishida muhim o'rin tutadi, ya'ni tabiiy holatni rivojlantirishda ustunroqdir, deb ta'lim bergan.

Sokrat (miloddan avvalgi 469-399 y.y.) aytishicha, mustahkam sog'liq ko'pgina illatlardan saqlashga kafolatdir.

Qadimgi grek shifokori Gippokrat (miloddan avvalgi 460-375 y.y.) ta'biri va ta'limi bo'yicha, jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish turli xil kasalliklarni oldini olish va davolashda muhim ahamiyatga egadir.

Afinadagi quldorlar yoshlarni tarbiyalashishining oxirgi bosqichi efebiya-o'ziga xos harbiy tashkilot bo'lib, bu tashkilotga birinchi (ancha badavlat) uch sinflardan ikki-yil muddat bilan (18 yoshdan-20yoshgacha) yigitlar kiritilar edi. Efebiyada qilichbozlikka,

yoydan otishga, nayzabozlikni, nayza va disk uloqtirishiga va manjaniqdan otishga o'rgatadigan o'qituvchilar ta'lim berar edi. Birinchi-yil davomida efeblar gimnasiya bilan aloqasini uzmaguncha qatnashib turar va o'zining umumiy jismoniy tayyorgarligining takomillashtirib borar edi. Shu bilan aynan bir vaqtda ular odatda yurishni, qo'sh g'ildirarli aravada yurishni, suvda suzishni va hokazolarni mashq qilar edilar. Efebiyada ta'lim olishning ikkinchi-yilni boshlarida yosh jangchilar o'zlarining bir-yillik harbiy tayyorgarlik sohasida olgan bilimlarini xalq oldida namoyish qilar edilar; shundan keyin ularga qalqon va nayza berib, harbiy xizmatini o'tish uchun chegaradosh gornizonlarga jo'nashar edilar. Yosh afinalikni tarbiyalash shu bilan tugallanar edi. Lekin keyinchalik ham, katta yoshga kirib qolgan chog'larida ham afinaliklar o'z jismoniy tayyorgarligining saqlanib turishi va rivojlanib borishi to'g'risida g'amxo'rlik qilganlar. Ular odatda ertalabdan kechgacha ochiq bo'lgan gimnasiyalarga tez-tez kelib turishar va bu yerda yoshlarning mashg'ulotlarini tomosha qilib qolmasdan, mashqlarda o'zlari ham qatnashar edi.

Qadimgi greklarda jismoniy tarbiya asosan gimnastika va agonistikadan iborat bo'lgan. Gimnastika umumiy jismoniy tarbiyada qo'llanilgan. Agonistika tizimida esa maxsus tayyorgarlik va boshqa musobaqalarda qatnashish ko'zda tutilgan. Gimnastika maxsus tizim sifatida palestrika (kurash), orxestrika (raqs) va o'ynlarni o'z ichiga olgan. Palestrika pentatlon (besh kurash: yugurish, uzunlikka sakrash, nayza va lappak uloqtirish, kurash) va pankration (kurash va qo'l jangi)dan iborat bo'lgan. Shuningdek, suzish, mushtlashish, otda yurish, kamondan o'q otish va boshqalar mashqlar ham kiritilgan. Orxestrika asosan musiqa jo'rligidagi raqslardan tashkil topgan. O'yinlar esa tayoqlar, g'ildiraklar, chavgon, shar, to'plar bilan gimnastika qilishdan iborat bo'lgan. Bu turlardan Olimpiya bayramlarida (agonlarda) ko'proq foydalanilgan. Olimpiya bayramlari va boshqa gimnastika o'yinlari - agonlar. Qadimgi Gretsiyaning shon-shuhratini ko'tarishda Olimpiya va gimnastika agonlari alohida o'ringa ega bo'lgan.

#### **4. Antik gimnastika, qadimgi olimpiya o'yinlari haqida.**

Qadimgi Gretsiyaning jismoniy tarbiyasi tizimida "gimnastika" degan umumiylangan bilan birlashtirilgan jismoniy mashqlar

shaklidagi juda ko'p vositalardan foydalanilgan. Qadimgi yunon gimnastikasi o'z mazmuniga ko'ra uch qismga: polestrina, orxestrika va o'yinlarga ajratilgan.

Polestrina asosan yugurish, sakrash, nayza va disk uloqtirish hamda kurashishdan iborat bo'lgan besh kurash musobaqasi tashkil etar edi. Yugurishning turli turlaridan foydalanilar edi: stadiodrom-birinchi bosqichdagi masofaga yugurish (192m); diaul- ikkinchi bosqichdagi masofaga yugurshi (qariyb 384m); dolixodrom-chidamli bo'lish uchun uzoq masofalarga yugurish; odatda, ikkinchi bosqichda o'tkaziladigan qurollangan holda (nayza va qalqonlarni qo'lga olib, shlyom va sovutni kiygan holda) yugurishi; mash'ala ko'tarib yugurish. Lukianning ko'rsatishicha, mashqlar "qattiq yerda emas, balki chuqur qumlik joyda" o'tkazilgan yugurishda g'oyat chidamli bo'lishi yunon yuguruvchilari uchun xarakterli bo'lgan. Buning yorqin misoli shuki, eramizdan avvalgi 490-yil Marafon ostonasida eronliklar bilan bo'lgan qattiq jangda keyin bir jangchi g'alaba xabarini etkazganligi uchun jang maydonidan Afinagacha (42kmdan ziyodroq yo'l bosib) yugurib kelgan.

Sakrash mashqlaridan uzunlikka sakrash ko'proq qo'llanilgan. Xandaqlardan va boshqa to'siqlardan sakrash katta amaliy ahamiyatga ega edi. Musobaqalarda ko'pincha qo'lga gontellar ushlab sakrash mashqlari ko'proq bajarilgan.

Nayza uloqtirish mashqi harbiy ish bilan bevosita aloqador bo'lgan. Nayzani ma'lum nishonga va masofaga uloqtirganlar.

Disk uloqtirish tosh otishdan kelib chiqqan qadimgi mashq bo'lib, u harbiy amaliy ahamiyatiga ega bo'lgan. Toshdan yoki metaldan diskalarning og'irligi 1.7 kg dan 4.7 kg gacha, dinometri esa 14 sm dan 21 sm gacha bo'lgan.

Kurash mashqlari ikki xil variantda bo'lgan. Birinchi variant shundan iboratki, unda qaysi kurashchi o'z oyoqlarini yerdan uzmaganda holda raqibini uch marta erga ko'tarib ursin, u g'olib hisoblangan. Kurashning ikkinchi variantida raqibning elkasini erga tekkizishi maqsadida turli holatlarda kurashilgan.

Bu asosiy mashqlardan tashqari polestrina tarkibiga mushtlashish va pankration ham kiritilgan. Pankrition murakkab mashq bo'lib, unda kurash va mushtlashish elementlari qo'shilgan. Suzish, qilichbozlik, otda yurish, yoydan otish ham polestrina tarkibiga kirgan.

Orxestrika nafis-harakatlarni rivojlantirish uchun bajariladigan turli mashqlardan iborat bo'lgan. Bu mashqlardan foydalanilgan. Gretsiyada diniy-urf-odatlar va ommaviy takomillar vaqtida katta rol o'ynab kelgan. Ko'p sonli raqslar ham orxestrini tarkibiga kirgan.

O'yinlar ko'pincha bolalar bilan o'tkaziladigan mashqlar vaqtida foydalanilgan gimnastika qismini tashkil qilgan. Koptok bilan o'ynaladigan juda ko'p o'yinlar, bir-biri bilan arqon tortishuv o'yinlari, muvozanat saqlash o'yinlari, yugurib o'ynaladigan, o'yinlar (tutmachiq o'yini singari va hokazolar) ana shunday o'yinlar jumlasiga kirgan.

### **5. Qadimgi olimpiya o'yinlari haqida.**

Olimpiada o'yinlari qadimgi yunon jismoniy tarbiyasi taraqqiyotini xarakterlovchi yorqin palla bo'lgan. Bu o'yinlar Olimpiyada Zevsi sharafiga o'tkaziladigan bayramlar bilan bog'liq bo'lgan. Hujjatlarga asoslangan ma'lumotlar bu bayramlarning boshlanishi eramizdan avvalgi 776-yilga to'g'ri keladi, deb ko'rsatadi. Biroq ularning haqiqatda vujudga kelgan-yilni ancha ilgari davrlarga bog'lash lozim bo'lsa kerak. Eramizdan avvalgi 776-yilni bu bayramni yunonlar bayrami sifatida tan olingan-yil deb hisoblash lozim. Afsonada shu-yili Olimpiyada bayrami o'tkazilishi ikki yunon davlati –Elida va Sparta davlatlari o'rtasida tinchlik o'rnatilish bilan bog'lanadi. O'yinlar o'tkaziladigan vaqtda butun Gretsiya bo'ylab muqaddas tinchlik elon qilinadi.

Olimpiya bayrami o'yinlari dastlab bir ko'n o'tkazilar edi. Eramizdan avvalgi V asrga kelib, bu bayramlar 5 kun davom etadigan katta tantanaga aylanib ketdi. Bu bayram vujudga kelgan paytda diniy bayram edi, lekin uning asosiy mazmunini atlentika musobaqalari tashkil etar edi. Olimpiyada musobaqalarining eng qadimgi turi 1-bosqichga (qariyb 192m) yugurishdan iborat edi. 14-o'yinlardan boshlab, musobaqa dasturiga 2-bosqich chopish, 15 olimpiyada o'yinlaridan boshlab chidamligini sinash uchun yugurish kiritiladi. 18-o'yinlardan boshlab, musobaqa besh kurash musobaqasi bilan to'ldirilib, bu musobaqa keyinchalik bayramning markaziy qismi bo'lib qoldi. Bu vaqtlarda musobaqalar dasturiga kurash kiritilgan edi. Birmuncha keyinroq mushlashish, qo'sh g'ildirakli aravada yurish va pankration (mushlashish bilan kurashning birlashuvi) qo'shildi.

Fuqaro huquqlaridan faqat erkin yunonlar-quldorlar foydalana olgan harbiy-quldorlik davlatlarining xususiyatlariga asoslanib, olimpiya o'yinlariga faqat erkin bo'lib tug'ilgan fuqarolargina qatnashtirar edilar. Qullar va var-varlar (boshqa yurt odamlari) ning o'yinlarida qatnashuvi qat'iyan man etilar edi. Olimpiya qoidalari xotin-qizlarning ham olimpiya o'yinlarida ishtirok etishlariga yo'l qo'ymas edi. Buning ustiga xotirlarning hatto musobaqalarini tomosha qilishlari ham man etilar edi.

Dastlabki vaqtda o'yinlarda harbiy majburiyatlarini o'tagan katta yoshdagicha yunonlarga qatnashar edi. 37-o'yinlardan boshlab o'yinlarda bolalar qatnasha boshladilar. Bolalarning chiqishlari uchun bayram paytlarida alohida ko'n ajratilar edi.

O'yinlarga ellan odillar (hakamlar) rahbarlik qilar edi; ular elida fuqoralari orasida o'yinlar boshlanishidan bir-yil oldin chek tashlash asosida (9 kishida 19 kishigacha) saylanar edilar. ellanodiklarning vazifasi musobaqalar joyini tayyorlashdan, musobaqa qatnashuvchilarini tanlashdan, musobaqalarning borishini ko'zatib turishidan va nihoyat musobaqalarda g'olib chiqqanlarga mukofotlar berishdan iborat bo'lgan.

Asosiy mukofot-muqaddas zaytun daraxti novdasidan qilingan gulchambar, beshkurash musobaqasida g'olib kelgan kishiga berilar edi. Ko'pincha navbatdagi o'yinlarga bo'lgan to'rt-yilik davr ana shu g'olibning nomi bilan atalar edi.

Yilning birinchi kuz oyida olimpiyadada Zevs Gere xudosining xotiniga bag'ishlangan, Geriada musobaqasi o'tkazildi. Bu musobaqa Olimpiya miqyosida va ulug'vorligi bo'yicha bir muncha past keladi. Geriadada o'tkaziladigan musobaqalarda asosan Sparta va qo'shnilar bilan Olimpiyada shaharlarini qizlari qatnashdilar. G'oliblar zaytun daraxti novdasidan qilingan gulchambar bilan mukofotlanganlar va o'zlarini tasvirlarini ibodatxonaga qo'yish huquqiga ega bo'ladilar. Sitsiliyalik tarixchi Tiliy eramizdan avvalgi III asrda Olimpiyada bo'yicha umumiy Gretsiya hisobini joriy qildi.

Musobaqalashishni eng ko'p tarqalgan turi stadionni uzunligiga teng bo'lgan, yugurish musobaqasidir. Olimpiya stadioni eng katta bo'lib, u 192 m 27 sm teng bo'lgan. Delfa, Istme va Neame stadionlari kattaligiga olimpiyada stadionidan kichik bo'lgan. Bitta stadionga yugurish g'olibni ismi keyingi to'rt-yil davomida g'olib bo'lib qolgan. 18-Olimpiya o'yinlaridan (eramizdan avvalgi 708 y) keyin o'yin

musobaqalari dasturiga umum-yunon bayramlariga kurash, pentalon, pankration va ot aravda o'tkaziladigan musobaqalar kiritildi. Eramizdan avvalgi 632-yildan boshlab 20 yoshdan kichik bo'lgan o'smirinlarni (37 olimpiyadadan) musobaqalarda qatnashishiga ruxsat etildi, uni davom etishi 3 kunga ko'paytirildi, bayramlar bilan birga qo'shganda 5 ko'nni tashkil etadi.

Rodosli mashhur sportchi Leonidis stadionda (eramizdan avvalgi 164-152y) 2 stadiaga yugurishda va ekinirovkali yugurishda 12 marta g'alabaga erishdi. U uch karra "doirada" to'rt marta g'oliblikka erishdi. Bu "doirada" olimpiya musobaqalari g'olibligidan tashqari. Pifia, Istimia va Nemey o'yinlarida g'olib chiqanliklari ham kiradi. O'yinlarda tarixchi Gerodot, yozuvchi Luqian, filolog Sokrot, notiq Demosfen, matematik Pifag'orlar qatnashdilar. 84-Olimpiya o'yinlaridan boshlab (eramizdan avvalgi 444 y). San'at konkursleri olimpiya musobaqalari dasturini bir qismi bo'lib qoladi.

Umumyunon olimpiya o'yinlari bilan bir qator Gretsiyaning ko'pgina shaharlarida kichikroq ko'lamdagi o'yinlar ham o'tkazilar edi. Lekin bu o'yinlar ham quldorlik davlatlarining ijtimoiy-siyosiy hayotida katta rol o'ynar edi. Bu o'yinlarning hammasi u yoki bu polis ichidagi quldorlarning jipslashuviga erishishga qaratilgan bo'lib, ayni bir vaqtda ularning harbiy qudratini ham namoyish qilar edi. Mahalliy o'yinlar qatorida istmiyliklar, pakafiyliklar, pifeyliklar, nemeyliklar va boshqalarning o'yinlari ajralib turar edi.

Gretsiyada umumyunon va mahalliy o'yinlarni o'tkazish uchun juda ko'p sonli stadionlar bor edi. Qazilmalar vaqtida Olimpiyada, Delfada, Pareyada, Maletda va bir qancha boshqa joylarda stadionlarning qoldig'i topilgan.

## **6. Qadimgi Rimda gladiator maktabi .**

Rimning vujudga kelishi eramizdan avvalgi 754-yilga (yoki 753-yilga) to'g'ri keladi. Rim davlati o'zining dastlabki uch asri (eramizdan avvalgi VIII-VI asrlar), shohlar davri deb ataladigan davr mobaynida Rim jamiyati urug'chilik to'ziminin chiriib borishi va pariarxat quldorlik munosabatlarining rivojlanish bosqichini boshidan kechirdi. Shohlar davrida harbiy demokratiya sharoitida harbiy ish bilan bog'langan va o'z ildizlari bilan urug'chilik tuzumi taraqqiyoti davridagi an'anaviy xalq o'yinlari va bayramlariga borib taqaladigan ko'pgina jismoniy tarbiya elementlari keng rivoj topdi. Qadimgi Rim

yodgʻorliklari, rimliklar oʻrtasida harbiy yoʻnalish yaqol ifodalangan koʻp sonli bayramlar, oʻyinlar va raqslarning tarqalganligi toʻgʻrisida koʻpgina dalillar boʻldi. Suvorilarning kelib chiqishi chalkashib ketgan labirint yoʻllarida musobaqa oʻtkazishidan iborat boʻlgan troyap oʻyinlari Qadimgi Rim uchun xarakterli boʻlgan oʻyinlardan. Bu oʻyin urush vaqtida odatda otliqlar otryadli tashkil etadigan. Rim urugʻchilik zadogonlari (partitsiyalar) uchun ayniqsa xarakteri edi. Qoʻsh gʻildiraqli aravada yurish koʻp sonli harbiy raqslar, nayza uloqtirish, mushtlashish, kurash va boshqa mashqlar ham keng tarqalgan edi. Jismoniy tarbiyaning qadimgi elementlari quldorlik Rimdagi harbiy jismoniy tarbiyaning oʻziga xos tizimsining asosini tashkil etar edi.

Rimda jismoniy tarbiya tizimsi quldorlar armiyasi qudratini mustahkamlash vazifalariga muvofiq ravishda qaror topdi. Rim Respublika davrida qaror topgan siyosiy tuzimida, ijtimoiy hokimiyat harbiy hukumatini oʻtishiga majbur boʻlgan fuqoralar qoʻlida boʻlgan bir shariatda har bir erkin va teng huquqli rimlik oʻzini askarlik faoliyatiga tayyorlash kerak edi. Bu vazifalarining hal etilishi uchun maxsus tarbiya muassasalari tashkil etilgan. Qadimgi Gretsiyadan farqli ravishda Rimda tarbiya ishi uyda beriladigan tarbiyali xarakterga ega edi. Rimlik yigitlar armiya safiga kirguncha oilada, oʻz tengdoshlari orasida boʻlar edi. Koʻp sonli eski xalq oʻyinlari va mashqlari ularni jismoniy jihatidan tarbiyalash vositalari edi. Katta yoshdagi bolalar asosan yugurish, irgʻitish, kurash, qilichbozlikdan mashq qilar edilar. Patritsiyalar oilasidan chiqqan bolalar otda yurishini mashq qilishga koʻp vaqt ajratar edilar.

Rimlik yigitlar oilada dastlabki jismoniy tayyorgarchilikni yetarli darajada olganliklarida keyin 16-17 yoshlarda armiya safiga kirar edilar. Armiya safida ular uzoq-yillar davomida qatʼiy paxod lagyerlar sharoitida uyushtirilgan va maxsus maqsadga yoʻnaltirilgan harbiy va jismoniy maktabni oʻtar edilar.

Bunday tarbiya sistemasini Rimda eramizdan avvalgi II asrgacha Mariya islohati bilan professional armiyaga asos solingan davrgacha saqlanib qoldi. Jismoniy mashqlar oʻyinlar musobaqalar qadimgi rimliklarning butun hayotiga singib ketgan edi. Toʻp bilan oʻyinaladigan turli oʻyinlar gʻoyat darajada ommalashgan edi. Unday oʻyinlar ham patritsian –aslzodalar orasida ham plebslar orasida tarqalgan edi musobaqalari va qoʻl gʻildiraqli aravada chopish eng



sevimli o'yinlaridan biri edi. Ko'pgina o'yinlar dasturiga kurashchilar, yuguruvchilar, mushtlashuvchilarning musobaqalari ham kiritdilar.

Vaqt o'tishi bilan, Gretsiya bilan ancha mustahkam aloqalar o'rantishi sari Rimga yunon ta'sirlari kirib kela boshladi. Bu ta'sirlar ma'lum darajada jismoniy tarbiyaga ham aloqador edi. eramizdan avvalgi II asrdan boshlab Rimdagi bir qator siyosiy va jamoat arboblari yunon atletika musobaqalarning rimliklar sharoitiga ko'chirishga harakat qilib ko'rdilar. Lekin ularning bu harakatlari muvaffaqiyatga erishmadi. Eramizdan avvalgi 80–yillarda, Gretsiyaning Rim tamonidan bosib olinishi bilanoq konsul Sulli yunon olimpiya o'yinlarini Rimga ko'chirishga ko'rinib ko'rdi. Uning bo'yrug'iga muvofiq, 175-olimpiya o'yinlari Rimda o'tkazilishi kerak edi. Lekin bu o'rinish ham rimliklar taomnidani quvvatlanmadi, shuning uchun navbatdagi olimpiya o'yinlari (eramizdan avvalgi 76-yilda) qaytadan olimpiyada o'tkazildi.

Yunon musobaqalarini Rim sharoitiga o'tkazish uchun bo'lgan-bo'lgan va bunga o'xshash boshqa o'rnishlarining muvaffaqiyatsizlikka uchrashiga sabab shuki, ko'pgina rimliklar o'rtasida yunon gimnastikasiga nisbatan yomon munosabat ildiz otgan edi. Ular yunon gimnastikasining amaliy foydasini ko'rmadilar. Gretsiyada qaror topgan atletika musobaqalariga esa yoshlarni yo'ldan ozdirish xavfi bor deb qarar edilar.

### **Dehqonlarning jismoniy tarbiyasi**

Davrlar o'tishi bilan ayniqsa eramizdan avvalgi II-I asrlarga kelib, ko'pgina jamoat bayramlarida qadimgi Rim an'anaviy o'yinlari bilan birgalikda asta-sekin o'zlarining dastlabki ahamiyatini yo'qotib, hukumron aslzodalar to'dasi tamonidan o'zining sinfiy maqsadlari yo'lida keng foydalanadigan tomoshalariga aylanib ketdi. Traditsion jamoat bayramlari va o'yinlarining bunday tomoshaga aylanib ketish jarayoni Respublika davridagi Rimning ijtimoiy –siyosiy hayotida sodir bo'lgan o'zgarishlar bilan bog'liqdir. Butun Rim tarixi, patritsiylar va plebeylar o'rtasidagi lavozimlarda o'tirish va davlat yerlarini egallash uchun olib borgan kurash bilan to'lib toshgan edi. Bu kurash natijasida patritsiy aslzodalar harbiy xizmat tufayli qashshoqlashib ketgan plebey-dehqonlarning barcha yerlarini asta-sekin egallab olgan Yangi yirik yer egalari borgan sari ko'proq, kirib borar edi.

Mayda yer egalari ommasi-yil sayin ko'payib borayotgan lyupen-proletarlarga aylanardi. Eramizdan avvalgi II asrdayoq proletariotga aylangan kishilarning katta olomoni Rim shaharlarining to'ldirib yuborgan edi. Hokimyat uchun kurash olib borayotgan hukumron aslzodalarning turli guruhleri proletarlashgan, o'z sinfidan tamomila aloqasini o'zgan, bu ommadan o'z maqsadlariga erishish yo'lida foydalanishga harakat qiladilar. Ular sadaqa berish va xushomadgo'ylik qilish yo'li bilan siyosiy kurashda o'zlariga jalb etishga erishar edilar. Eski an'anaviy jamoa bayramlari asosida ommaga tantanali tomoshalar tashkil etish ommasiga hushomadgo'ylik etish shakllaridan biri edi.

Tomoshani tashkil etuvchilar tomoshalarini uyushtirish vaqtida an'anali qadimgi rim o'yinlari dasturi bilangina cheklanib qolmasdan, tomoshalarining Yangi, ancha o'tkir elementlarini, bebosh olomonning diqqatiga jalb etadigan elementlarni topishga harakat qilar edilar. eramizdan avvalgi II asrda vujudga kelgan ancha yaqqol Yangi o'yinlardan biri gladiatorlar jangi bo'lib, keyinchalik u Rim tomoshalarining asosiy elementlaridan biriga aylanib qoldi. Dastlabki vaqtlarda bayram kunlari ayrim gladiatorlar sirk maydonlarida chiqar edi; so'ngra ularning musobaqalar ommaviy xarakter kasb etdi. Agar qadimgi Rim sirk o'yinlarida otliqlarning musobaqalarida, qo'sh g'ildirakli aravalarda, yugurishlarda va hokazolarda quldorlarning o'zlari qatnashgan bo'lsa, qonlik gladiatorlik janglarida esa o'yinlarni tashkil etuvchilar qilichbozlik san'atini yaxshi egallagan qullardan foydalanar edilar. eramizdan avvalgi I asr Rimda gladiatorlarni tayyorlash uchun maxsus maktablar tashkil etila boshlandi. Bu maktablar ham xususan shaxslar, ham davlat tamonidan tashkil qilinardi. Bu maktablarga odatda biror gunohi uchun hukm qilingan qullar tanlab olinardi. Bu maktablarda qullar tajribali instruktorlar rahbarligida qurollarning turli shakllaridan qilichbozlik qilishni o'rganardi edilar. Epchilikning o'sishiga va chiroyli harakatlarining rivojlanishiga katta e'tibor berilardi edi. Zarurligiga qarab, tomoshalarining tashkilotchilari maktab egalariidan ma'lum to'lov badaliga gladiatorlarni olardi edi. Sirk maydonida yoki amfiteatrlarda olishuvda omon qolgan gladiatorlar yana maktab ixtiyoriga qaytib borardi edi.

Gladiatorlarning maktablarda qullarni ekspulatsiya qilishining nihoyat darajada qattiq shakllari mavjud edi. Lekin bu maktablarda

qo'llarni birlashtirish uchun eng yaxshi sharoit ham bor edi. Shuning uchun gladiatorlarning maktablari ko'pincha qullar qo'zg'olonning o'chog'i hisoblanar edi. Rim tarixidagi qullarning gladiator Spartak boshchiligida ko'tarilgan eng yirik qo'zg'olon Kapus shahridagi maktab gladiatorlarning qo'zg'oloni bilan (eramizdan avvalgi 73-yilda) boshlangan edi. Bu qo'zg'olon juda katta qullar ommasini harakatga keltirdi. Rim quldorlik davlati qullarga qarshi kurashish uchun o'zining barcha kuchlarini safarbod etishga majbur bo'ldi. Qo'zg'olon shafqatsizlik bilan bostirildi, lekin u quldorlik tuzimi asoslarini larzaga keltirishda imkon bergan qullar revolyusiyasining boshlanishiga sabab bo'ldi.

### **Imperatorlik davrida jismoniy tarbiya.**

Quldorlar tuzumining chirish jarayoni Rim imperatorligida davom etidi. yemirish alomatlari Rim ijtimoiy va madaniy holatining barcha sohalarida, shu jumladan, jismoniy tarbiya sohasida ham borgan sari ko'proq darajada namoyon bo'la boshladi.

Professional armiyaga o'tilishi, xuddi Gretsiyadagi singari, quldorlarning ilgari qaror topgan harbiy – jismoniy tarbiyasi qattiq tuzumining tushkunligiga sabab bo'ladi. Mo'l-ko'lchilik noz-nematlariga ko'milib qolgan quldor aslzodalar jismoniy tarbiya vositalari xazinasida o'zlari uchun fuqat nozik badan ehtiyojlarining qondiradigan elementlarigina saqlab qoldilar. Maxsus qurilgan xashamatli termlardan (cho'miladigan joylarda)gi ilk suvda cho'milish eng sevimli mashg'ulot bo'lib qoldi; binolarda massaj qiladilar, yyengil gimnastika mashqlari bajaradilar va to'p o'yinlari o'ynar edi.

Tomoshalarning yanada rivojlanishi imperiya davrida Rim jismoniy tarbiyasi uchun, ayniqsa, xarakterli edi. Tomoshalarning yanada rivojlanishi tomoshalar soni va ko'laming oshishi yo'li bilangina emas, balki ular xarakterlarining o'zgarishi bilan ham-olomonning yaramas niyatlarini qo'zg'otadigan dahshatli ovunchoqlariga aylanishi yo'li bilan ham bordi.

Imperatorlik davrining boshlariga kelib (eramizdan avvalgi I asrning dastlabki-yillarida) tomoshalar jami bo'lib-yiliga 66 kun o'tkazilar edi. eramizning II asri o'rtalarida ular uchun endi 135 kun, IV-asr yarmida 175 kun ajratilar edi.

Sirk o'yinlari ko'laming yanada kengayib borishi bilan bir qatorda (asosan qo'sh g'ildiraqli aravalarda chopish) gladiatorlik

janglari ham g'oyat katta ko'lamda rivojlandi. Gladiatorlik o'yinlarini o'tkazish uchun maxsus inshootlar-amfiteatrlar qurilgan edi. Bu inshootlardan kattasi eramizning V asrida qurilgan Kolizey amfiteatri edi; bu amfiteatrining vayronalari Rimda hozirgi kunga qadar saqlanib qolgan.

Amfiteatr maydonlarida olomonning vaqtichog'ligi uchun yuzlab gladiator jang qilar edi. Maydonda chinakam jang bo'lib, ularda faqat piyoda gladiatorlargina emas, balki otliq gladiatorlar ham qatnashar edi. Uddaburon o'yin tashkilotchilari bu o'yinchilarga qanoat qilmasdan, gladiatorlarning yirtqich hayvonlar bilan jang qildirar edi. Tomoshaning bu turi Rimda birinchi marta eramizdan avvalgi II asrlardayoq paydo bo'lgan edi, lekin imperiya davrida juda keng ko'lamda tarqalgan edi. Maxsus kavlangan katta qullarda o'tkaziladigan dengiz janglari qonli gladiatorlik janglarining alohida turi edi. Avgust tamonidan tashkil etilgan ana shunday janglardan birida 19 ming gladiator qatnashgan edi.

Tomoshalarning barcha bu turlari "mag'rur Rim" tashqi go'zalligining va shu bilan birga, Rim quldorlik jamiyati eng chuqur ichki tushkunligi, xo'no'q chirishining yorqin yoki yaqqol ifodasi bo'lib, ularda qatnashuvchilar o'z xo'jayinlarini ixtiyorlari bilan qonli olishuvlarda bir-biriga qarshi chiqish uchun maxsus jismoniy tayyorgarlikni o'tashlari lozim edi.

Shu bilan birga ayni bir vaqtda Rim hukumron doiralari yunon namo'nalari zaminidagi atletika musobaqalaridan Rim sharoitida mustahkamlab qolishiga erishish uchun ozmuncha harakat qilmadilar. Imperator Avgust Rim Aksaum g'alabasi sharafiga har to'rt-yilda bir marta o'tkaziladigan "aktineya" atlantika o'yinlarining ta'sir etishiga ko'rinib ko'rdi. Lekin bu o'rinishi muvaffaqiyat qozonmadi. Neron eramizning 60-yilida qo'sh g'ildiraqli aravalarning chopishidan va atletlarning musobaqalaridan iborat bo'lgan "Eroniya" bayramini tashkil qildi. 86-yilda kapitoliy o'yinlarini ta'sis etgan imperator. Domikaning urinishi ancha o'rinli bo'lib chiqdi; bu o'yinlar Rim imperiyasi tugatilguncha yashab keldi. Atletika musobaqalaridan kurash va mushtlashish musobaqalari ancha keng ommalashgan edi.

IV asrda Rimda xristian diniy davlat tamonidan quvvatlana boshlandi. Chernov ta'siri asta-sekin davlat va jamoa hayotining barcha sohalariga tarqaldi. Cherkov o'z hukumronlik ahvolini mustahkamlashga halaqit beradigan. Rim an'analariga qarashi aktiv

kurash olib bordi. Cherkov Rim tomoshalariga ayniqsa qonlik gladiatorlik janglariga qarshi chiqdi. Tomoshalarning kishilik ahloqi normalari elementlariga zid kelganligi uchungina emas, balki ularning ommaning o'ziga jalb etib, cherkov ta'sirining yanada tarqalishi va mustahkamlashishiga to'siq bo'lganligi uchun ham tomoshalarga qarshi kurash olib bordi.

### **Qo'sh aravada mashqlar bajarish.**

Buning natijasida IV asrdayoq gladiatorlar o'yinlarining ko'lami va soni kamaya boshladi, 404-yilda esa ular tomom ila taqiqlandi. Lekin cherkov rimliklar hayotiga mustahkam kirib qolgan tomoshalarni darhol tugatishga qadur emas edi. Rim olomoni Rim davlatining yemirilishiga qadar tomoshalar ko'rsatilishini talab qilib keldi va ular ko'rishga muvofiq bo'ldi. Biroq bu tomoshalar endi asosan qo'sh g'ildiraqli aravalarning sirkda chopishi va professional kurashga hamda mushtlashuvchilarning chiqishlari bilan cheklangan edi.

Qachonlardir qudratli bo'lgan Rim quldorlik davlati ichki ziddiyatlar tufayli ichidan zil ketib, har jihatdan bosib kelayotgan varvar qabilalarning hujumiga bardosh bera olmadi. 476-yilda G'arbiy Rim imperiyasining hukumronligi tugatildi. Bu tuzum o'rniga Yangi ijtimoiy tuzum, quldorlik munosabatlariga nisbatan Yangi, ancha progressiv feodal ishlab chiqarish munosabatlari vujudga keldi.

## **7. Qadimgi Rusda jismoniy tarbiya haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.**

Eradan avvalgi IV-III asrlarda shimoliy rus xalqi mehnat va turmushda chang'idan ko'p foydalangan. Sibir va Uzoq Sharq xalqlari yugurish, nayza uloqtirish, boltani mo'ljalga otish, eshkak eshish, ayiq o'yinlari va jismoniy harakatlarning boshqa turlari bilan mashg'ul bo'lishgan.

Qadimgi slavyanlarning jismoniy mashqlari va turlari xil o'yinlari alohida ajralib turadi. Sharqiy slavyan xalqlari quldorlik tuzumini deyarli boshdan kechirmaganlar. Ular chorvachilik, yer haydash, ovchilik, mayda hunarmandchilik bilan shug'ullanganlar.

Qadimgi slavyanlarda qizlarni onalar, o'g'il bolalarni esa otalar tarbiyalashgan. Har bir o'g'il bolaning jangchi bo'lishi uchun tayyorlanishi ko'zda tutilgan. Tarbiya ikki yoshdan boshlanib, bola

to'rt yosha etganda, uni otga o'tqazganlar. 10 yoshga to'lgan bolalar qilichbozlik qilib, barcha hunarlarni yaxshi egallagan.

Slavyanlar Volga, Dnepr, daryolari va Qora denizda suzish, eshkak eshishni yaxshi o'rganishgan. Sharqiy slavyan xalqlari o'zlarining an'analari va marosimlarida "Ayiqlar jangi", "Ho'kiz bilan olishuv", "Ovda" kabi o'yinlarni ijro etishdi.

Ta'kidlash lozimki, Rossiyaning tarbiya hamda jismoniy tarbiyasi davrlar o'tishi bilan rivojlanib borgan.

Rus davlatining taraqqiy etishi va mustahkamlanishi bilimning turli sohalariga doir adabiyotlarga ijtimoiy ehtiyoj tug'dirdi. Tabiatshunoslik, tibbiyot va pedagogikaga oid har xil kitoblar chiqarib boshlandi. Yoshlar jismoniy tarbiyasiga salbiy munosabatda bo'lgan ruhoniylar bu masalaga doir adabiyotlarning Rusda tarqalishiga halaqit berardilar. Shunday bo'lishiga qaramay, XII asr oxirlarida jismoniy tarbiya masalalari haqida ham pedagogik asarlar paydo bo'ladi. Ularning orasida eng yirigi olim monax Epifaniy Slavinskiyning (1676-yilda vafot etgan.)

"Bolalar odatlarini tarkib toptirish" nomli kitobi edi. Muallif o'zining bu kitobida "Domostroy"da (Turmush qoidalari va bolalar tarbiyasi to'g'risida maslahatlar to'plami) bayon qilingan tarbiya g'oyalari tubdan farq qiluvchi Yangi insonparvar pedagogika g'oyalari ilgari surdi. Slavinskiyning asari bolalar shaxsiga hurmat bilan sug'orilgan edi. U bolalar tarbiyasidagi harakatli o'yinlariga faqat ermak deb qaramadi, balki ularning sog'ligini mustahkamlash va ma'naviy jihatdan kamol toptirish vositasi deb hisobladi.

Epifaniy Slavinskiy Rusda birinchi bo'lib o'yinlarni bolalar tarbiyasida qo'llash uchun kerakli va keraksiz guruhlariga ajratib ularni toifalashga intildi. U to'p o'yini yugurish va har xil sakrash o'yinlarini birinchi guruh o'yinlariga; pul yutish va yutqizish bilan bog'liq bo'lgan oshiq va qarta o'yinlarini, shuningdek, firibgarlik, shuhratparastlik va boshqa nuqsonlarning ildiz otishiga sabab bo'ladigan o'yinlarni ikkinchi guruh o'yinlariga kiritdi. Xulosa qilib aytganda, Rossiya xalqlarining jismoniy tarbiyasi qadimgi vaqtlardan boshlab XVIII asrga qadar ular hayotining iqtisodiy va ijtimoiy sharoitlari ta'siri ostida taraqqiy etdi.

Avlod- ajdodlarimiz bo'lmish sharqiy slavyanlarda jismoniy tarbiya o'ziga xos mustaqil yo'l bilan taraqqiy etdi. Slavyanlar o'z ijtimoiy taraqqiyotlarida quldorlik tuzumini chetlab o'tdilar. Shuning

uchun ham ularning jismoniy tarbiyasiga qadimgi quldorlik jamiyati ta'sir etmadi. Slavyanlar taraqqiyotida quldorlik davlatlaridagi jismoniy tarbiya taraqqiyotiga qaraganda harbiy ishlar ta'sirida emas, balki ko'proq mehnat faoliyati ta'sirida sodir bo'ldi.

Kiyev Rusida jismoniy tarbiya o'z tarixining ilk davrlarida mehnat va harbiy faoliyat orqali tarkib topgan qadimiy mustaqil negizga ega an'analar asosida taraqqiy etdi. Jismoniy tarbiya feodal aslzodalar uchun harbiy tayyorgarlik vositalaridan biri bo'ldi va uning keng xalq ommasini ustidan o'z hokimiyatini mustahkamlashi uchun xizmat qildi. Vaqt o'tishi bilan feodallar jismoniy tarbiyada foydalanadigan xalq jismoniy mashqlari turlari borgan sari hukmron sinf ehtiyojlariga moslasha bordi. Buning natijasida feodallar jismoniy tarbiyasi xalq jismoniy tarbiyasidan ajralib qoldi va sinfiy xarakter kasb etdi.

XVII asrning 2- yarmida rus podsholari xalq jismoniy mashqlari va o'yinlarini hatto taqiqlab qo'ydilar. Cherkov dehqonlar quyi tabaqadagi shahar aholisi o'rtasida jismoniy mashqlar va o'yinlarning rasm bo'lishiga qattiq qarshilik ko'rsatdi.

***Rus dvoryanlari muhitida jismoniy tarbiya.*** Dvoryanlar muhitida jismoniy tarbiya taraqqiyoti birinchi navbatda armiya flot va davlat muassasalari uchun mutaxassis kadrlar tayyorlash zarurati bilan belgilanar edi. 1717-yili Pyotr I ning topshirig'i bilan dvoryanlar oilaviy hayoti va turmushi tartibni belgilab bergan "Domostroy" o'rniga jamoatchilik orasida xulq-atvor qoidalari hamda dvoryanlar bolalari hayoti va turmushiga qo'yiladigan talablarni o'z ichiga olgan "Yoshlikning haqiqiy ko'zgusi" nomli Yangi qo'llanma tashkil etildi. Mazkur kitobda shunday deyilgan edi: "Agar yosh dvoryanlar mashq qilishda, xususan, til bilish, ot minish, raqs tushish, shamshir bilan olishish sohasida kamolotga etgan bo'lsa shu bilan birga chiroyli gapira oladigan va ko'p kitob o'qigan bo'lsa, u o'zining ana shu fazilatlarini tufayli bevosita saroy amaldori bo'la olishlari mumkin".

***O'quv yurtlarida jismoniy tarbiya .*** Rus davlatida 18 asrning 1-choragida o'tkazilgan islohotlar va o'zgarishlar tizimida harbiy va fuqaro o'quv yurtlarida jismoniy tarbiyaning joriy etilishi Rossiyada jismoniy tarbiyaning taraqqiy etishi uchun juda muhim ahamiyat kasb etdi. 1703-yili Pyotr I ning topshirig'i bilan Moskvada asir olingan Nemis pastori Ernest Glyukning xususiy gimnaziyasi ochildi. Bu

gimnaziyada boshqa o'quv mashg'ulotlari bilan bir qatorda jismoniy tarbiya mashg'ulotlari o'tkazilar edi.

18 asr o'rtalarida dvoryan bolalarini harbiy xizmatga tayyorlash maqsadida maxsus o'quv yurtlari ochildi. 1731-yili quruqlikdagi shlyaxta kadet korpusi, 1752-yilda dengiz shlyaxta korpusi, pajlar korpusi va boshqalar tashkil etildi. Kadetlar jismoniy tarbiyasiga alohida e'tibor berilar edi. Bu sohada ko'proq yutuqqa ega bo'lgan kishilar rag'batlantirilib turilar edi. Otda yurish, qilichbozlik va raqslardan xalq oldida har-yili 2 marta imtihon olinar edi. 1755-yilda buyuk rus olimi M.N Lomonosovning tashabbusi bilan Moskva universiteti barpo qilindi. Bu universitetning o'quv fanlari orasida qilichbozlik va raqs ham bor edi. M.V.Lomonosov asarlarida shaxsiy-ijtimoiy gigiyena, sog'liqni saqlash va kishi umrini uzaytirish masalalariga doir ko'rsatmalar bayon qilingan .

Universitet qoshida o'quv rejasida qilichbozlik va raqsga har hafta 8 soat (qilichbozlik uchun 4 soat, raqs uchun 4 soat) vaqt ajratilgan gimnaziya ochildi. Boshqalardan ko'proq ajralib turgan gimnast-qilichbozlar shpaga bilan mukufotlanardi .

Jismoniy tarbiya litseylarda, xususan, Sarskoe selo litseyida nisbatan yaxshi yo'lga qo'yilgan edi. Biroq jismoniy tarbiya imtiyozli va pul bilan yaxshi ta'minlangan o'quv yurtlaridagina amalga oshirilar edi. Masalan; raznochinlar gimnaziylarida jismoniy tarbiya bilan mutlaqo shug'ullanilmas edi. 1804-yilgi maktab islohotidan keyin universitetlar ustaviga imkoniyat bo'lgan joylarga raqs muzika mashg'ulotlari va jismoniy mashqlar o'tkazilsin deb yozilgan edi. Universitet va gimnaziyalarda jismoniy tarbiya uchun mablag' ajratilmas edi.

F.F.Ushakov (1744-1817) M.I,Kutuzov (1795-1813) kabilar A.V.Suvorovning milliy harbiy va jismoniy tayyorgarlik ta'limotini davom ettirdilar.

Dvoryanlar pedagogikasi namoyondasi Rossiyadagi tarbiya o'yinlarining asoschisi L.L.Betskoy 1704-1795-yillar o'zining bir qancha asarlarida yosh avlod jismoniy tarbiyasi va yosh avlodni jismoniy chiniqtirish masalalariga e'tibor berdi. U tarbiya vositalaridan shaxsiy gigiyena, chiniqtirish, sezgi organlarini rivojlantirish va jismoniy mashqlarga, ayniqsa, o'yinlarga alohida e'tibor berdi. 18 asr oxiridagi Rossiya jamoat arboblariidan biri "Moskovskie Vedomosti"ning noshiri N.I.Novikov 1744-1818-yillar



pedagogika masalalariga, xususan, jismoniy tarbiya masalalariga alohida ahamiyat berdi.

N.I.Novikov “Umum maktab bilimlarini yoyish va umum salomatligi uchun bolalar tarbiyasi va kayfiyati to‘g‘risida” nomli asarida shu narsani ko‘rsatib o‘tdi: “Bolalik chog‘ida harakatli o‘yinlar jismoniy tarbiyasining eng muhim vositasi hisoblanadi. Olimlar tarbiyaning bu sohasini jismoniy tarbiya deb ataydilar. U jismoniy mashqlarni qo‘llashnigina emas, balki ularning foydasini tushuntirib o‘tishini ham maslahat berdi”.

Buyuk rus ma‘rifatchisi inqilobchi va materialist faylasuf A.N.Radishchev 1449-1802-yillar o‘zining ta‘lim tarbiyaviy va falsafiy asarlarida dvoryanlar tarbiyasining joriy etilishiga qa‘tiy qarshi chiqdi.

Akademik A.A. Protasov 1765-yili Rossiya fanlar akademiyasining ilmiy majlisida so‘zga chiqib, bolalar jismoniy tarbiyasi haqida va sog‘liqni saqlash uchun harakatlanish kerakligi to‘g‘risida ma‘ruza qildi. V.B.Belinskiy 1811-1848--yil o‘z asarlarida jismoniy tarbiya masalalari haqida to‘xtalib o‘tib, usti yaltiroq va formalistik ruhdagi burjua gimnastika sistemasini qattiq tanqid qildi.

V.G.Belinskiy jismoniy tarbiyaga uni odam hayotining ijtimoiy sharoitidan ajratgan holda qarab bo‘lmasligini ta‘kidlab o‘tdi. V.G. Belinskiy tarbiyaning har bir tomoni deganda aqliy, axloqiy va jismoniy tarbiya birligini nazarda tutgan edi. V.G. Belinskiy yugurish, sakrash gimnastika, ermaklar va ayniqsa, xalq o‘yinlarini jismoniy tarbiya vositalari hisobladi. Zero, boshqa hech qanday jismoniy mashq faollik kabi fazilatlarni rivojlantira olmaydi. O‘quv yurtlarida maxsus jismoniy tarbiya dasturi kiritildi. Bunda P.F.Lesgaftning (1837-1909) hissasi va xizmati kattadir.

***O‘quv yurtlarida jismoniy tarbiya*** .Krepostnoy huquq bekor qilinganidan keyin fuqaro bilim yurtlarida jismoniy tarbiyaning yo‘lga qo‘yilishi qoniqarsiz ahvolda qolaverdi. Biroq ijtimoiy ta‘lim tarbiyaviy harakat ta‘siri ostida 1864-yilning 19-noyabrida qabul qilingan Yangi maktab ustaviga muvofiq gimnaziya va progimnaziyalarda gimnastikani joriy etish mo‘ljallandi.

1864-yilgi o‘rta maktab islohoti jismoniy tarbiyani taraqqiy ettirish ishida ma‘lum darajada oldinga tomon qadam qo‘yilganini anglatadi.

1889-yilda maktab o'quvchilari harbiy tayyorgarlikka chaqiriluvchi jismoniy tarbiyasini yaxshilash maqsadida xalq maorifi vaziri tomonidan erkaklar bilim yurtlarida gimnastika o'qitish qo'llanmasi va dasturi tasdiqlandi. Ko'pchilik olimlar pedagoglar va shifokorlar jurnal sahifalarida bilim yurtlaridagi jismoniy tarbiyaning mavjud ahvolini tanqid qilishar edi. 1899-yil Moskva universiteti huzuridagi pedagoglar jamiyatining yig'ilishida N.S. Flitis o'zining o'rta maktabda gimnastika o'qitish haqida qilgan ma'ruzasida quyidagi xulosalarga keldi: 1889-yilda belgilangan gimnastika sistemasida yaxshi narsalar ham shu bilan birga ko'pgina yomon narsalar ham bor. Biroq undagi yaxshi narsalar maktablarda qo'llanilmaydi, yomon narsalar esa qo'llaniladi. Ana shuning uchun ham o'rta maktab dasturlarini qayta ko'rib chiqish bo'yicha Moskva pedagoglarining yaqindagina bo'lib o'tgan majlisida jismoniy tarbiya masalalarini aniqlash komissiyasi bir ovozdan gimnastikaning hozirgi ahvolda o'rgatilishini zudlik bilan yo'q qilishni iltimos etishga qaror qildi.

Rasmiy idoralar maktabda jismoniy tarbiyani yo'lga qo'yishni yaxshilash yuzasidan choralar ko'rmadilar. Faqat ayrim pedagoglarning tashabbusi bilan maktablarda jismoniy tarbiyani yaxshilash harakati boshlandi. Sankt-Peterburgda 1892-yil, Odessada 1892, Kiyevda 1893-yil, Moskvada 1893-yil va boshqa shaharlarda tuzilgan o'quvchi yoshlar jismoniy kamolotiga yordam beruvchi jamiyatlar bu sohada katta rol o'ynaydi. Ular o'yin maydonchalari ochdilar, o'quvchilar uchun sayr va ekskursiyalar uyushtirdilar. Jamoat tashkilotlari ilg'or pedagoglar, shifokorlar va adabiyotchilarning qattiq turib talab qilishlari natijasida xalq maorifi vaziri 1902-yilning 15-avgustda farmoyish chiqarib, bu hujjatda maktab dasturiga harakatli o'yinlar va hokazolarni kiritishni nazarga tutdi. 1904-yilning 10 iyunida chiqargan Yangi farmoyishda o'quvchilarning o'qituvchi va qarindosh urug'lar bilan sayr etishlari ham qo'shimcha qilinib, bu imkoniyatlar o'quv jarayonini yanada kengaytirildi.

**Armia va harbiy o'quv yurtlarida jismoniy tayyorgarlik.** Rossiyaning Qrim urushidagi mag'lubiyati rus armiyasining tayyorgarlik tashkiliy va texnik jihatdan qurollanishida jiddiy kamchiliklar borligini ochib tashladi. 1856-yil Chor hukumati qo'shinlar ta'limining Yangi dasturini joriy qildi, ustavini bir muncha

soddalashtirdi va armiyadagi jismoniy tayyorgarlikni qonunlashtirdi. 1859-yili qo'shinlarda gimnastika o'rgatish qoidalari tasdiqlandi. Unda jismoniy mashqlar 3. guruhga ajratilgan edi: 1) gavda mushaklarini o'stirish uchun tayyorgarlik mashqlari; 2) yugurish; 3) harbiy amaliy mashqlar hamda snaryadlarda, xoda ustida muvozanat saqlash va tirmashib chiqish mashqlari. 1874-yilda amalga oshirilgan qurolli kuchlar islohoti armiyaga chiqariluvhilar soni ko'paytirdi va haqiqiy xizmat muddatini cheklab qo'ydi. 1879-yildanoq qo'shinlarga gimnastika o'rgatish yo'riqlari va ochiq joyda bajariladigan gimnastika qo'llanmasining ikki nashri chiqdi.

Harbiy ministr D.S.Milyutining eng yaqin yordamchisi M.I. Dragomirov 1830-1905-yilda janglarda harbiy amaliy malakalar hosil qilishgan. P. S. Lesgaft harbiy qo'shinlar jismoniy tayyorgarligi nazariyasini taraqqiy ettirishga talaygina hissa qo'shdi. Lestgaft 1875-76-yillarda harbiy vazirlikning topshirig'i bilan G'arbiy Yevropadagi bir qancha mamlakatlarda bo'lib, u yerlarda jismoniy tarbiyaning qanday yo'lga qo'yilgani bilan tanishgan edi. 1877-yili u Rossiyaga qaytishi bilan harbiy gimnaziyalar uchun jismoniy tarbiya dasturini ishlab chiqdi. 1877 -yil gimnastika hamda qilichboz o'quvchilar malakasini oshirish kurslarini 1884-yili tashkil qilishda faol ishtrok etdi. General A.D. Butovskiyning faoliyati armiyada jismoniy tayyorgarlik nazariyasi va amaliyotini taraqqiy ettirish katta ahamiyatga ega bo'ldi. General Butovskiy 1888-yili kadetlar korpuslarida jismoniy tarbiyani yo'lga qo'yishda jonbozlik ko'rsatdi.

A.D.Butovskiy kadet korpuslarini jismoniy tarbiyadan malakali mutaxassislar bilan ta'minlash maqsadida 1890-yili maxsus kurslar tashkil qildi. A.D.Butovskiy gimnastika o'yinlar va qo'l mehnatini jismoniy tarbiyaning asosiy vositalari deb hisobladi.

### ***XX asrning 2-yarmida jismoniy tarbiyaning ilmiy nazariy asoslarining taraqqiy etishi.***

XIX asrning 2-yarmida Rossiyada jismoniy tarbiya ancha taraqqiy etgan edi. Jismoniy tarbiya nazariyasining progressiv taraqqiy etishida rus revolyusion demokratlaridan N.G.Chernishevskiy va N.A.Dobrolyubov asarlari juda muhim rol o'ynaydi. Demokrat ma'rifatchi tanqidchi va publitsist Pisarev jismoniy tarbiya nazariyasi taraqqiyotiga talaygina hissa qo'shdi. Uning jismoniy tarbiya masalalariga doir fikrlari asosini jismoniy tayyorgarlik masalasi o'z ichiga olar edi.

Pirogov va Sechenov asarlari jismoniy tarbiya masalalarini ilmiy jihatdan asoslab berishda katta ahamiyat kasb etdi. Buyuk rus jarrohi Pirogov anatomiyada Yangi yo‘nalish dinamik anatomiyaning asoschisi bo‘ldi. Rus fiziolog olimi Sechenov o‘tgan asrning 70-yillarida bir qancha kashfiyotlar qildi. Shifokorlardan Pokrovskiy va Dementev jismoniy tarbiya nazariyasini rivojlantirish sohasida ko‘pgina ish qildilar. Taniqli bolalar shifokori va “Vestnik vospitaniya” (Tarbiya xabarchisi) jurnalining redaktori Pokrovskiy oila va maktabda bolalar jismoniy tarbiya g‘oyalarni targ‘ib qiluvchi otashin kurashchi edi. Pokrovskiy o‘yinlar va jismoniy tarbiya mashqlar bolalar sog‘lig‘ini yaxshilaydi, uning jismoniy kuchi va bilimni taraqqiy ettirish imkonini beradi deb ta’kidlar edi. U oila va maktabda bolalarni ilk yoshidan boshlab har tomonlama kamol topmog‘i lozim deb aytgan. Pokrovskiy o‘yinni bolalar jismoniy tarbiyasining asosiy vositasi deb hisoblardi. Uning fikricha, gimnastika jismonan bolalarni o‘stirishda harakatli o‘yinlardek foyda bermaydi. Harakatli o‘yinlar o‘sayotgan bola organizmini taraqqiy ettirish talablariga javob beradi va bolalarga zo‘r quvonch baxsh etadi. O‘yinlar bolalarning iqtidorli bo‘lishiga bepul umumiy talablar yoki qoidalarga bo‘ysunishga, o‘z istaklarini hammaning istagi bilan muvofiqlashtirishga odatlantiradi. Pokrovskiy milliy o‘yinlarni jismoniy tarbiya tizimiga kiritishning muhimligini ham ko‘rsatib o‘tdi.

Pokrovskiy o‘zining “Turli xalqlar, asosan, rus bolalari jismoniy tarbiyasi” (1884) nomli asarida shunday deb takidlaydi: “O‘yinlar va o‘yinchoqlar garchi unchalik katta bo‘lmasa-da, xalq poeziyasi, afsonalari, ertaklar maqollar topishmoq va boshqalar singari xalq ruhiga muvofiq ravishda muhim ta’limiy ahamiyat kasb etadi”. Pokrovskiy tarbiyaning hukmron sistemasiga qarshi chiqib, liberal burjuaziya tomonida turdi.

Shifokor E.M.Dementev Pokrovskiyning sinfdoshi bo‘lib, 1882-1884-yillarda u Moskva guberniyasi zavod va fabrikalarning sanitariya holatini birinchi bor tekshirish qatnashchisi bo‘ldi. Shu asnoda “Odamning umumiy jismoniy kamoloti natijasida odam mushak kuchlarining taraqqiy etishi” mavzuida dissertatsiya yoqladi. Unda ishchi yoshlarning og‘ir mehnati va jismoniy sharoitini yoritdi.

Dementev “Gimnastika yoki o‘yinlar”, “Hozirgi maktab tizimi munosabati bilan jismoniy tarbiyasi” kabi kitoblarni yozdi. U chor Rossiyasidagi mavjud tarbiyaning har qanday tizimiga ham salbiy

munosabatda bo'ldi va mehnatkashlar ommasining turmushi og'irligi uchun uni yaxshilash haqida g'amxo'rlik qildi. Chor hukumati va rasmiy rus pedagogikasi namoyondalari jismoniy tarbiya nazariyasi masalalariga e'tibor bermadilar. Shu sababdan bu sohadagi ilmiy nazariy bilimlar turmushga tadbiq etilmadi.

**Tayanch tushunchalar:** Sparta tizimi, Qadimgi Rus, gimnaziya, rusda jismoniy tarbiya tizimi, Afina tizimi, gladiatorlar, yoy otish, qadimgi gimnastika.

#### **Mavzuni o'zlashtirish uchun savollar:**

1. Urug'chilik tuzumining yemirilishi jarayonida tarbiya haqida o'z bilimingizni namoyon eting
2. Urug'chilik tuzumining yemirilishi va quldorlik munosabatlarining tug'ilib kelishi Gretsiya tarixining Gomer davri
3. Sparta tizimi haqida o'z bilimingizni namoyon eting
4. Afina tizimi haqida o'z bilimingizni namoyon eting
5. Olimpiya o'yinlari haqida nimalarni bilasiz?.
6. Rimning vujudga kelishi haqida o'z bilimingizni namoyon eting?
7. Kim tomonidan birinchi sirk kurilgan?
8. Imperatorlik davrida Rimda jismoniy tarbiya qay tusda rivoj topdi?
9. Respublika davrida Qadimgi Rimda jismoniy tarbiya rivojlanish bosqichlari haqida nimalar bilasiz?
10. Katta amfiteator qachon kurilgan?
11. Mariya islohati to'g'risida ma'lumot bering
12. Qachon G'arbiy Rim imperiyasining xukumdorligi tugadi?
13. Gladiatorlar maktabi to'g'risida ma'lumot bering

#### **Talabalarni mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar**

Quyidagi mavzular asosida reja tuzing va o'z fikr-mulohazalaringizni bildiring, "Mustaqil ish" yozing:

1. Qadimgi Rimda jismoniy tarbiya
2. Qadimgi Rim podisholigi.
3. Gladiatorlar maktabi.
4. Spartak boshchiligidagi qo'zg'alon.

#### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar
2. Xo'jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.

### **Qo‘shimcha adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.
2. Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.
3. David C. Watt Sports management and administration © 1998 David C. Watt 11 pg.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **O‘RTA ASRLARDA CHET MAMLAKATLARDA JISMONIY TARBIYA**

### **REJA:**

1. Taraqqiy etgan feodalizm davrida jismoniy tarbiya
2. Ilk feodalizm davrida jismoniy tarbiya
3. Feodallar harbiy – jismoniy tarbiyasi.
4. Dehqonlarning jismoniy tarbiyasi.
5. Shaharliklar jismoniy tarbiyasi.

### **1. Taraqqiy etgan feodalizm davrida jismoniy tarbiya.**

Taraqqiy etgan feodal jamiyatlarida krepostnoy va qaram dehqonni ekspluatsiya qilish ancha kuchaydi. Bu hol xalq ommasining feodallarga qarshi sinfiy kurashishni keskinlashtirishga olib keldi. Taraqqiy etgan feodalizm davrining oxirlariga kelib, bu kurash g‘oyat keskinlashib qoldi va bir qancha yirik dehqon qo‘zg‘olonlarining ko‘tarilishiga sabab bo‘ldi. Shaharlarning o‘z mustaqilligi uchun feodallarga qarshi kurashi ham o‘sha vaqtda kuchayib ketdi.

O‘rta asrlar Osiyo, Yevropa mamlakatlari va Afrikaning bir qancha mamlakatlarining ko‘pchiligida feodal ishlab chiqarish usuli hukmronlik qilgan davr edi. Tarix maydonida Yangi-Yangi xalqlar

paydo bo'lgan va G'arbiy Sharqiy Yevropaning, Hindi-Xitoyning ko'pgina davlatlari, Turkiya, Yaponiya va boshqalar qaror topdi. Xitoy, Hindiston, Eron va O'rta Osiyo hududlarida ilgari paydo bo'lgan davlatlar ham rivojlana bordi. Xitoy, eramizning III-IV-asrlarida Hindiston va O'rta Osiyo mamlakatlarida, eramizning III va VII asrlarida Shimoiy Afrikada va Yevropada feodal munosabatlar vujudga keldi. Ba'zi bir xalqlar quldorlik tuzumini chetlab, to'g'ridan-to'g'ri ibtidoiy jamoa tuzumidan feodal munosabatlarga o'tdilar.

Feodalizm davrida er feodallarning mulki hisoblanar edi. Er oqsuyak feodallarga va chernov feodallariga qarashli bo'lgan vaqtdagina emas, balki, ba'zi bir sharqiy mamlakatlarda bo'lganidyoq, feodal davlatiga qarashli bo'lgan vaqtda ham feodalning mulki hisoblanar edi. Mehnat qurollari, mollar, xo'jalik imoratlar va urug'chiliklar feodallarda ham bevosita ishlab chiqaruvchilar, dehqonlarda ham shuningdek hunarmandlarda ham bor edi. Ekspluatatorlar sinfi-oqsuyak feodallar va cherkov feodallari hamda ekspluatotsiya qilinuvchi sinf-krepostnoy dehqonlar feodal jamiyatning asosiy sinflari edi. Ular o'rtasida butun o'rta asrlar davomida qattiq sinfiy kurash olib bordi. Bu kurash o'sha davrdagi ijtimoiy taraqqiyotining barcha sohalariga, shu jumladan, feodal va xalq ommasining jismoniy tarbiyasiga ham hal qiluvchi ta'sir qilar edi.

Cherkov feodal jamiyatning g'oyat reakson kuchi edi. U antik tarbiya qoldiqlarini yo'q qilishiga harakat qildi, xalq ijodiga, fanga qarshi kurash olib bordi. Cherkov xalqining jismoniy kamolotga, tomoshalarga intilishini majusiylilikning, antik diniy – urf-odatlarining ko'rinishi deb biladi.

Cherkov sergunohlikka qarshi kurash niqobi ostida xalq hayotidan jismoniy mashqlar va o'yinlarini zo'r berib chiqarib tashlay boshladi. Cherkov, xuddi oqsuyak feodal kabi dehqonlar va shaharliklar jismoniy mashqlar yordamida o'z jismoniy tayyorgarligini yaxshilay olishlari va undan feodallarga qarshi kurashishlari uchun foydalanishlari mumkin deb xavfsiradi.

Ilk o'rta asr davrida cherkov feodallarning jismoniy tarbiyasiga ham salbiy munosabatda bo'ldi. U salb yurish davridagina rahbarlarning harbiy-jismoniy tayyorgarligiga bo'lgan o'z munosabatini o'zgartirdi. Bu vaqtlarda cherkov oq suyak feodal aslzodalarning jismoniy tarbiyasini qoralamadi va hatto bu tarbiyani

ruhoniylar hamda monaxlar jamiyatiga olib kirdi. Cherkov xudoga va feodal tartiblarning mustahkamligiga bo'lgan e'tiqodni faqat butlar yordamida emas, balki qilich yordamida ham quvvatlar edi.

Harbiy ish borasida katta o'zgarishlar sodir bo'ldi. Eski xalq lashkari o'rniga hukmron sinf valllaridan tuzilgan feodal qo'shin tashkil topadi. Harbiy ish feodallarning imtiyozi va majburiyat bo'lib qoldi. Feodal armiyasining soni xalq lashkarlariga nisbatan ancha oz edi. Feodal qo'shinda kavaleriya (otliq ritsarlar) rahbarlik mavqeni egallar edi.

Taraqqiy etgan feodalizm jamiyatida xalq ommasining (dehqonlar va shaharliklar) jismoniy tarbiya va hukmron sinf (feodal-ritsarlar) ning jismoniy tarbiyasi mavjud edi. Bu tarbiyaning har ikkalasi, har bir o'ziga xos yo'l bilan, sinfiy kurash ta'sirida taraqqiy etib boradi. Xalq ommasining jismoniy tarbiyasi alohida-alohida bo'lingan harbiy –jismoniy mashqlar va an'anaviy o'yinlardan iborat edi. Feodallarning jismoniy tarbiya ancha xilma-xil edi. Moddiy resurslar va bo'sh vaqtning mavjudligi feodallar uchun o'zlariga harbiy-jismoniy tarbiyaning tugallangan tizimini yaratishga imkon berdi.

## **2.Ilkl feodalizm davrida jismoniy tarbiya**

Eramizning XI asrlari orasidagi davrda feodal ishlab chiqarish usulining qaror topishi va yirik er egalari tomonidan erkin-jamoat dehqonlarning asta-sekin krepostnoylikka aylanishi davom etdi. Bu davrda sinfiy kurash dehqonlarning krepostnoylikka aylantirilishiga qarshi kurash sifatida rivojlanadi. Bu kurash jarayonida keng dehqonlar ommasini bostirish organlari sifatida feodal davlatlari qaror topa boshladi. Bu davrda (taxminan I asrda) G'arbiy Yevropada davlatlar tarkib topib, ularda asta-sekin feodal munosabatlar o'rnatila boshladi. Birmuncha keyinroq Markaziy va Sharqiy Yevropada slavyan davlatlari paydo bo'ldi. Shimoliy Afrikaning katta territoriyasida arablar vujudga keldi.

Dastlabki vaqtlarda bu davlatlarda barcha mehnatkashlar harbiy xizmatni o'tashga majbur bo'lgan erkin er egalariidan iborat edi. Ular qurol yoki harbiy boshliq chaqirig'i bilan qurollangan holda etib kelishlari va harbiy yurishlarda qatnashish uchun tayyor bo'lishlari kerak edi. Lekin harbiy ta'lim yaxshi tashkil etilmagan edi. Aholini harbiy va jismoniy jihatdan tayyorlashning o'ziga xos xalqon



shakllarining jadal suratda rivojlanishiga sabab ham ehtimol, uyushgan, harbiy ta'limining yo'qligi bo'lsa kerak. Dehqonlar uchun harbiy va jismoniy tarbiya faqat jangovar faoliyat uchungina emas, balki mehnat faoliyati uchun ham zarur edi.

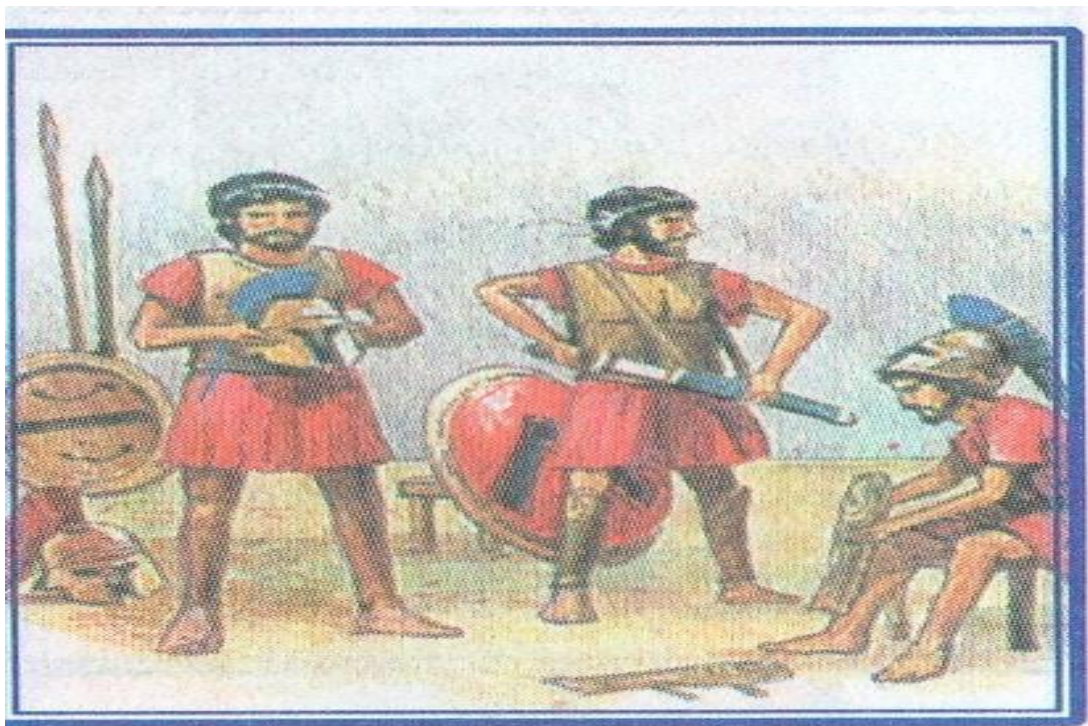
Bu davrda jismoniy tarbiyaning sinfiy xarakteri birinchi navbatda jismoniy mashqlardan foydalanish maqsadlarida namoyon bo'ldi. Dehqonlar jismoniy tarbiyadan mehnat va jangovar faoliyatga tayyorlash va yuqori martabaga erishgan feodal aslzodalar esa o'z qudratini mustahkamlash vositasi sifatida foydalandilar. Feodal aslzodalari faqat o'z mavqeyi, hokimligi bilangina emas, balki jismoniy kuch bilan ham xalqdan ajarlib turishga harakat qilar edi. Buning uchun aslzodalarda xalqqa nisbatan beqiyos darajada katta imkoniyatlar bor edi. Feodal aslzodalar o'zlarining harbiy jismoniy tarbiya tizimlarini yaratishda xalqning jismoniy mashqlar va o'yinlar sohasidagi ijodidan keng foydalandilar.

O'sha davrdagi G'arbiy Yevropa davlatlarning eng yirigi Franklar davlati edi. Franklar qo'shni davlatlar bilan olib borgan juda ko'p urushlarda juda kuchli qo'shin vujudga keltirgan edilar. Bu qo'shin drujiniklar va dehqonlar lashkaridan iborat edi. Dehqon lashkarida barcha dehqonlar qatnashar edi, shuning uchun franklar xalqni harbiy jihatdan tayyorlashga katta e'tibor berdilar. Har-yili harbiy ko'riklar tashkil etilib, ularda harbiy manervlar o'tkazilar edi. Franklar og'ir qurollar – qilichlar, nayzalar, katta yoylar, palaxmonlar va oyboltalar bilan qurollanar edilar. Bu qurollarni ishlatish juda katta jismoniy kuch, chidamlilikni va epchillikni talab qilar edi. Urug'chilik tuzumining yemirilishi davridan boshlab xalq hayotida saqlanib kelayotgan jismoniy mashq va o'yinlar bu fazilatlarining takomillashuviga yordam berar edi.

Asta-sekin feodal munosabatlarining taraqqiy etib borishi bilan feodallar xalqni harbiy ishdan chetlashtirib bordi. Otliq ritsarlar asosiy harbiy kuch bo'lib qoldi. IX asrda franklarda otliq ritsarlar qo'shinning asosiy negiziga aylangan edi. Yirik yer egalari qirol chaqirig'iga muvofiq, yaxshi qurollari va aslahalarini olib, otliqlar guruhi hamkorligida yurishga otga minib chiqishi lozim edi. Qirollar ritsarlarning jangovar tayyorgarligini tekshirish uchun maxsus ko'riklar tashkil etar edi. Dastlabki vaqtda bu ko'riklar harbiy namoyish xarakterida edi. Keyinroq ular turnirlar nomini olib

yakkama-yakka olishuvlarga aylandi; bu ko'rik qatnashchilari to'ntoq nayzalar, gurzilar va qilichlar bilan harakat qilishar edi.

VII-IX asrlarda vujudga kelgan Markaziy va Sharqiy Yevropaning qadimgi slavyanlari ham mehnat va jangovar faoliyati bilan bog'langan juda ko'p jismoniy mashqlarni tadbiq etganlar. Qadimgi slavyanlar jangovar, kuchli va jasur xalq bo'lgan. Slavyanlar Boltiq dengizining sharqiy qirg'oqlarida turib yengil kemalarda hozirgi Domiya va hatto Buyuk Britaniya qirg'oqlariga harbiy yurishlar uyushtirganlar. Ular Kiyev Rusidan xuddi shunday kemalarda Dnepr bo'ylab quyi oqimga tushib kelganlar va Vizantiyaga hujum qilib, Qora dengizga ko'chib o'tganlar. Ular qurollarni yaxshi ishlata olishlari natijasida qo'l jangida alohida mahoratga ega bo'lganlar. Slavyanlarda yugurish, to'siqlardan sakrash, mushtlashish, kurash, og'irlik ko'tarishiga doir mashqlar va ovchilik juda ommalashgan edi. Slavyanlarning azaliy mashqlari jismoniy kuchga, chaqqonlikka, jasurlikka va harbiy mahoratga doir musobaqalardan iborat bo'lar edi.



Cheklar juda uzoq muddat davomida o'z mustaqilligi uchun nemis ritsarlarining tajovuziga qarshi kurash olib borishga majbur bo'ldilar. Bu kurash davomida cheklarda jang qilish shakl va metodlari tarkib topdi. Bu kurashda cheklar qurollarning har xil

turlarigina emas, balki mehnat quollarini ham (chalgʻilarni, gʻalla yanchish zanjirlarini va hakoazolarni) ishlatdilar. Chex dehqonlarining erksevarligi, yuksak axloqiy va jismoniy tayyorgarligi yuz-yillar davomida nemis ritsarlari otryadlariga qarshilik koʻrsatishga imkoniyat berdi.

VII asrda arablar davlati tarkib topdi. Arab aslzodalari yoshlarning harbiy –jismoniy tayyorgarligiga katta eʼtibor berdilar. Shuning natijasida yengil qurollangan arab otliq askarlari jangda yaxshi manevr qila olar edilar. Ular tezlik bilan chopib ketayotgan otning ustidan yoydan mohirona otar, yengil nayzalarni uloqtirar, qilich va uzun nayzalarni mohirlik bilan ishlatar, epchillik bilan egardan sakrab tushar va unga sakrab chiqar edilar. Bundan tashqari, otliq askarlar turli qurollarda qilichbozlik qilishni va suzishni yaxshi bilar edilar.

Arablar Vizantiya va Gʻarbiy Yevropa davlatlarining jismoniy tarbiyasiga bir muncha taʼsir koʻrsatdilar. Otda yurish va yoydan oʻq otish usullarining koʻplarini gʻarbiy Yevropaliklar arablardan oʻzlashtirgan edilar. Oʻyinlar toʻgʻrisida ham, masalan; ilgari Gʻarbiy Yevropada maʼlum boʻlmagan “chovgon” oʻyini haqida ham huddi shunday deyishi mumkin. XII-XIII asrlarda bu oʻyinlar Vizantiyadagi saroy aslzodalarning sevikli tomoshalaridan biriga aylandi. Gʻarbiy Yevropada (Fransiyada) bu oʻyin “chikane” nomi bilan taraqqiy etdi va keyingi vaqtlarda ot ustidagi toʻp oʻyini sifatida tarkib topgan.

VII-XI asrlarda feodal ishlab chiqarish usuli taraqqiy etdi. Mehnatning ijtimoiy taqsimot va hunarmandchilikning qishloq hoʻjaligidan ajralishi, shaharlarning vujudga kelishi feodalizm taraqqiyot davrining xarakterli xususiyatlari edi.

### **3. Feodallar harbiy – jismoniy tarbiyasi.**

Feodal qoʻshini hujum va mudofa qilish uchun moʻljallangan ogʻir qurollar, shuningdek maxsus muhofaza aslahalari bilan qurollangan edi. To oʻq otadigan qurol kashf etilgunga qadar feodal-ritsarlari jangda zarba emaydigan darajada edilar. Chunochi 1119-yili Bryumelda boʻlgan jangda qatnashgan 900 ritsardan, 3 kishi halok boʻlgan, 140 kishi esa otlardan yiqitilib, asirlikka olingan edi.

Ogʻir qurollardan foydalanish (yarogʻ-aslahalarni ishlatish) feodaldan katta jismoniy kuchni, epchillik va chidamlilikni talab qilar edi. Sovutga oʻralib olgan feodal otda mohirlik bilan yurar, ogʻir

qilich, uzun nayza, to'qmoq va boshqa qurollarni yaxshi ishlatar edi. Harbiy harakatlarga o'rgatish feodallarni harbiy-jismoniy tarbiyalashgan tizimining asos qilib olingan edi. Bu tizim G'arbiy Yevropada salb yurishlari davrida topgan edi.

Feodallarning tarbiyalashishi "yetti xil ritsarlik fazilatlarini" otda yurish, qilichbozlik, kamalak otish, suzish, ov qilish, shaxmat o'ynash va sher to'qishni bilib olishdan iborat edi. Feodallar o'zlariga faqat harbiy ishchini munosib ko'rib, jismoniy mehnatni pisand qilmas edilar, ular qo'pol va johil edilar.

Feodallarning harbiy-jismoniy tarbiyalashishi faqat manfaatparastlik maqsadi ham tashqi bosqinchlik urushlari uchun, ham mamlakat ichidagi krepostnoy dehqonlar va hunarmandlarining ozodlik harakatlarini bostirish uchun bir xilda qodir bo'lgan jismoniy jihatidan kuchli harbiy ritsarlarni tayyorlash maqsadini ko'zlar edi.

Bo'lajak ritsarlarning harbiy-jismoniy tarbiyalashishi ularning juda yoshlik chog'laridanoq, odatda, yirik feodallarning saroylarida boshlanar edi. Syuzerenlar qal'alari yosh ritsarlarning maktablari edi, desak bo'ladi. Bu "maktab" tarbiya garchi ma'lum darajada tartib va qoidalariga solingan bo'lsa-da, xususiy oilaviy xaraktyerda edi.

Erkak feodallar ritsarlikka bag'ishlangan tarbiyaning ikki majburiy bosqichini va bir ixtiyoriy bosqichni oliy bosqichni o'tar edilar.

Oddiy feodallar o'zlarining 7 yoshlik o'g'illarini senor (ancha boy feodal) qal'asiga yuborar edilar; qal'ada bu bolalarga paj (maxram) unvonini berar edi. Pajlar ritsarlar tayyorlash va xizmat o'tashining dastlabki (qo'yi) bosqichini o'tar edilar. Ular kuchli va epchil bo'lishi uchun kamondan otish, tosh va nayza uloqtirish, sakrash, yugurish, kurashish, suzish va otda yurish bilan shug'ullanar edilar. Ayni bir vaqtda ularga ov qilish, harbiy-jismoniy mashqlarni bajarish va ritsarlik odob-qoidalari o'rgatilar edi.

Pajlik yoshida hosil qilingan malaka va kunikmalar navbatdagi bosqichda, 14 yoshga etgan pajlar, qurolbardorlikka o'tkazilib, ular qilich va shpor taqish huquqiga ega bo'lganlaridan keyin, takomillashtiriladi. Qurolbardorlar maxsus o'qituvchilar rahbarligida asov otlarni minib o'rgatar, og'ir temir qalqonlar kiygan holda va ularsiz uzoq masofalarga chopishar, xandaqlardan va devorlardan sakrab o'tishlari kerak edi. Qal'a devorlariga narvon bilan narvonsiz chiqishar edi. Qurol bilan va qurolsiz suvda suzishar, ov

qilishar, itlarni o'rgatishar, shaxmat o'ynashar edilar. Qurolbardorlikning oxirgi-yillarida bu yoshlar qilichbozlik, nayza uloqtirish hamda to'la asbob-aslahalari bilan otda yurishni mashq qilar edilar. Qurolbardorlikning umumiy jismoniy va harbiy tayyorgarligi ana shunday amalga oshirilar edi. 21 yoshga kirganlarida ular ritsarlik unvonini berilar edi. Ana shu davrdan boshlab ularning ko'pchiligi uchun jismoniy mashq mashg'ulotlari ko'ngil ochish vositasiga (otda yurish, ov qilish) aylanar yoki turnirlarda ishtirok etish vositasi sifatida xizmat qilar edi.

Ritsarlik tayyorgarligi – jismoniy kamolotining uchinchi bosqichi-faqat yirik senorlar uchun mo'ljallangan edi. Bu tarbiya bosqichi shaxsiy mayllar muvofiq keladigan jismoniy mashqlar (masalan kurash, qilichbozlik va boshqalar) turlarigina o'z ichiga oladi. Bu bosqichda guruhlar ta'limi emas, balki individual ta'lim ustida turar edi.

Qal'alarga professional o'qituvchilar, qilichbozlik ustalari, eng mashhur kurashchilar va boshqa mutaxassislar taklif etilar edi.

Bunday tarbiya tizimi natijasida ritsarlar, odatda jismoniy jihatdan kuchli, epchil va matonatli kishilar bo'lib, ular harbiy harakatlarning asosiy usullaridan xabardor bo'lar edilar. Dag'al jismoniy kuch ularning iftixori edi. Ular o'zlarining doirasida ritsarlik adab-qoidalari degan axloqqa amal qilar edilar. Lekin ular dehqonlarga va shaharliklarga nisbatan har qanday qo'pollik va zo'rlikni ishlatar edilar.

Ritsarlarning turnirlari ritsarlar harbiy sport musobaqalarining o'ziga xos shaklidan iborat edi. Ularda go'yo feodal aslzodalarning harbiy-jismoniy tayyorgarligiga va ritsar otryadlarining harbiy harakatlari tayyorgarligiga yakun yasar edi. Turnirlar ilk o'rta asr davrida vujudga kelgan. Ular Fransiya, Germaniya, Angliya, Chexiya va Ispaniyada salb yurishlari davrida, ayniqsa, ravnaq topgan. Turnirlar o'z taraqqiyotida ikki bosqichni bosib o'tgan, birinchi bosqich-realistik harbiy o'yinlar bo'lib, bunda turnirlar namunali kurashdan iborat edi, ikkinchi bosqich sport yakka kurashi bo'lib u fransuzlarda "jut", nemislardan "tost" deb atalgan.

Ommaviy realistik kurashlar ("bug'urtlar") keng katta maydonlarda o'tkazilgan va biror harbiy harakat manzarasini eslatgan. Vaqtlar o'tishi bilan bu kurashlar cheklangan maydonda, ma'lum vaqt qoida va tartibga asoslanib o'tkazila boshlangan.

Keyinchalik ommaviy turnirlar jut va tost turnirlari shaklini olgan. Tost turnirlari XI asrda yakkama-yakka olishuvning ancha aniq shakli sifatida paydo bo'ldi. XIII asrda ular turnir dasturining asosiy qismiga kiritila boshlandi va ritsarlar doiarsida juda keng tarqaldi. Poyga va nayza bilan harakat qilish jut yoki tostda-og'ir aslaha bilan qurollangan ritsarlarning yakkama-yakka olishuvida asosiy mashqlardan edi. Belgilangan qoidaga muvofiq, chopib kelayotgan otning ustida turib, nayza zarbi bilan raqibini egar ustidan uchirib yuborishi lozim edi.

Turnir maxsus maydonlarda-poyga va boshqa musobaqalar o'tkaziladigan maydonlarda o'tkazilar edi. Dastlab turnirlar vaqtida qal'a va shaharlar yaqinidagi atrofi o'ralmagan joylar ana shunday maydonlar vazifasini o'tar edi. XI asrdan boshlab maxsus maydonlarning xajmi ma'lum bir tartibga solina boshladi, lekin bu hamma joyda ham bir xil emas edi. XIV asrda turnir ishtirokchilarining xavfsizligini ta'minlash maqsadida maydonlar to'siqlar bilan to'sib qo'yiladigan bo'ldi; raqiblar shu to'siqlar bo'ylab, bir-birlariga qarshi harakat qilar edilar. Asta-sekin ana shunday yakkama-yakka olishuvlardagi jang san'ati uchun tumtoq nayzalar bilan kuchli va aniq zarba berishdan iborat bo'lib qoldi.

Qurollangan ikki otryadning olishuvidan iborat bo'lgan ommaviy turnirlar ancha jiddiy xarakterga ega edi. Otryadlar maydon chekkasidagi arqon bilan to'sib qo'yilgan joyda saf tortib tizilishar edi. Signalchiga muvofiq, arqon uzib tashlanar va otryadlar bir-biriga qarshi hujumga o'tar edilar. O'z shlyomishi yo'qotgan va otdan urib tushirilgan ritsarlar safdan chiqar edilar. eng kam zarar ko'rgan otryad turnirda g'olib chiqqan hisoblanar edi. Turnirda alohida ajralgan ishtirokchilar xonimlar qo'lidan qimmatbaxo mukofot yoki yodgorlik sovg'asi olar edilar.

O'q otadigan qurol nayza bo'lishi bilan XIV asrdan boshlab otliq ritsarlar va ritsarlik turnirlari tushkunlikka yuz tuta boshladi. Turnir feodal zodogonlari uchun tomoshalarga aylanib qoldi, kambag'allashgan kichik ritsarlar esa turnirlardan boyish va talash manbai sifatida foydalanar edilar.

O'yin va tomoshalarning feodallarning, ayniqsa ularning bolalarining harbiy-jismoniy tarbiyasida katta o'rin tutar edi. O'g'il bolalar va yigit ixtiyorida yog'och oyoqlar, arg'imchoqlar, shag'am toshlar, pildiroqlar bo'lar edi. Bolalar har jihatdan ko'ngil ochishar,

parklarda, oʻrmonlarda, dalalarda erkin yugurishar, daryoda choʻmilishar edi. Yigitlar oʻyinchoq qalʼalar kurashishar va ularga hujum qilib, “bosib” olishar edi.

Musobaqa oʻyinlari feodallar tarbiyasida katta ahamiyatga ega edi. Musobaqa oʻyinlarini ikki guruhga harbiy va sport guruhlariga ajratish mumkin.

Harbiy oʻyinlarda harbiy operatsiyalardan, asosan salb yurishlaridan, shuningdek qahramonlik romanlaridan turli harbiy epizodlar (qalʼani qamal qilish, shahar qalʼasiga hujum qilish va h.k.) qaytarilar edi. Oʻrta asrlarda bunday harbiy oʻyinlar soni gʻoyat koʻp edi. “Salidin darasi” nomi bilan ataladigan oʻyin ayniqsa ommalashib ketgan edi.

Feodallarning eng sevimli sport oʻyini kichik koptok-hozirgi tennis koptogiga oʻxshash koptok oʻyini edi. Fransiyada bu oʻyin “jedekam” (olma oʻyini) deb atalar edi. Bu oʻyin uchun maxsus koptoklar, raketkalar tayyorlanib, maxsus bino-“oʻyin uyi” qurilar edi. Katta toʻp bilan “sul” oʻyini-futbol oʻyinini eslatuvchi oʻyin oʻyinlar edi. Bu oʻyinlar asosiy xalq oʻyini edi. Lekin qirol va uning atrofidagi aslzodalar, ayniqsa qishloq dvoryanlari undan hazar qilmas edi.

Feodallarning koʻngil ochish oʻyinlaridan akrobatika mashqlari, masalan, tikka koʻtarilgan devorga qoʻshimcha taxta bilan yugurib chiqish, qiyin toʻsiqlardan sakrab oʻtish, yogʻoch otda oʻynash mashqlari maʼlumdir. Baʼzi bir qirollar va boshqa feodallarning saroylarida maxsus akrobatika oʻqituvchilari ham boʻlgan.

Yovvoyi hayvonlarni ov qilish ancha ommalashgan koʻngil ochish vositasi boʻlgan. Ovda ritsarlar, xonimlar, qurolbardorlar, pajlar va koʻp sonli mulozimlar qatnashgan. Maxsus kishilar hayvonlarning uyasidan haydab yoki quvib, ovchilar kelayotgan tomonga yoki tarafga chiqarganlar, ovchilar esa hayvonlarni otganlar yoki oʻqsiz qurol bilan yaralanganlar. Odatda ot ustida turib ov qilingan. Quturgan hayvonlar bazan ovchilarga hujum qilgan, shuning uchun ovchilarga jasurlik, epchillik bilan chaqqon harakatlar qilishga toʻgʻri kelgan. Bu esa omadli ovchilar dongʻini chiqargan.

Oʻyin va tomoshalar oq suyak va feodallarning hech qanday qonun bilan belgilanmagan, tartibga solinmagan harbiy-jismoniy tizimi ana shunday edi. Bu tarbiyaning oqibat maqsadi feodallarning tuzumini mustahkamlash hamda dehqon va hunarmandlani itoatgoʻylikka saqlash uchun kurashga tayyorlashdan iborat edi.

Taraqqiy etgan feodalizm davrida Vizantiyada va Rus feodal knyazliklarida jismoniy tarbiya bir muncha boshqacharoq ravnaq topdi. Vizantiya turklar tomonidan bosib olishiga qadar (1453-yil) u yerda sirk tomoshalari o'yinlari va ko'ngil ochish vositalari sifatida antik jismoniy tarbiya izlari saqlanib qoldi.

Rus feodal knyazliklarida knyazlarning harbiy-jismoniy tarbiya tizimi, G'arbdagi singari, xalqdan keskin farq qilmas edi. Rus knyazlari Rus yerining ko'p sonli dushmanlariga-cho'l ko'chmanchilari va G'arbiy Yevropa ritsarlariga qarshi kurashda xalq lashkarlariga tayanishiga majbur edi. Shuning uchun xalq ommasi bu yerda harbiy ishdan chetlashtirilmagan edi. Knyazlar va ularning drujinalarining harbiy-jismoniy tarbiyasida jismoniy mashq va o'yinlarning xalq turlari ko'p ishlatilganki, bu hol ham ehtimol, shu bilan izohlansa kerak.

#### **4.Dehqonlarning jismoniy tarbiyasi**

Ozod dehqonlarning qullikka solinishi, ularni ekspluatatsiya qilishning kuchayishi va ularni harbiy ishda qatnashishdan chetlashtirishi xalq ommasi jismoniy mashqlar bilan shug'ullanish uchun zarur bo'lgan moddiy imkoniyatlar kamayib ketdi. Buning natijasida o'yinlar, raqslar, turli mashqlarni o'z ichiga olgan musobaqa turlari bilan nishonlanadigan ko'pgina eski xalq bayramlari unutildi. Biroq dehqonlar o'zlarning og'ir va huquqsiz ahvollariga qaramasdan, o'z muhitida, ilgarigi davrlardagi an'anaviy jismoniy mashqlarning saqlanib qolishga harakat qildilar. XIV- XV asrlardagi gravyuralarda dehqonlarning otda chopishi, raqslari, uning yugurishiga, kurashga va langar cho'pga tirkalib chiqishga doir musobaqalar aks ettirilgan. German knyazliklarida erga tashlab qo'yilgan shamshir atrofida raqsga tushish g'oyat ommalashgan edi. Yevropaning shimoliy tomonlarida, jumladan Skandinaviyada chang'ida yurish va konki uchish ancha keng qo'llanar edi. Fransiyada to'qi bilan o'ynaladigan o'yinlar mashhur edi. "Sul" o'yinida ko'pincha aksari qishloqlarning aholisi ishtirok etdi. O'ynovchilar ikki guruhga olib ketishida va oldindan belgilab qo'yilgan nishonga tashlashdan iborat edi. O'ynovchilar soni ko'pincha bir necha yuz kishiga etar edi.

Xuddi shunga o'xshash o'yinlar Angliyada turli nomli ("futbol", "xerling", "kemping" va boshqalar) bilan mashhur edi. "Lapta"



turidagi o'yinlar (nemis o'yini "shlagball", ingliz o'yinlari "kriket", "rao'ndres"), shar o'yinlari, kegli o'yinlari ham ancha ommalashgan edi.

Xalq hayotida saqlanib qolgan o'yin va mashqlar dehqonlarda tizimli jismoniy tarbiyaning yo'qligini bir muncha to'ldirar va ularda mehnat qilish va feodallarga qarshi kurashish uchun zarur bo'lgan manaviy va jismoniy fazilatlarining tarbiyalashiga imkon berar edi. Dehqonlar ommasidagi jismoniy tayyorgarlikning xalq formalari ahamiyati Shveysariyaliklar misolida yaqqol ko'zga tashlanadi. Gabsburglar imperiyasiga qarshi kurash davrida Marganteka yonidagi bo'lgan jangda (1315-yil) va boshqa janglarda uch Shveysariya kontonlari Shevetsiya, Urvi, Untervalden ittifoqi dushmanning otliq ritsarlariga jiddiy zarba berishga muvaffaq bo'ldi. Shveysariyaliklarning yaxshi jismoniy tayyorgarligi va ularning jangda kamalak otish, toshi uloqtirish va boshqa harakatlarni mohirona qo'llanganliklari ma'lum darajada bu kurashning muvaffaqiyatli chiqishiga sabab bo'ladi.

XIV asrda Shveysariya yoshlarining o'ziga xos jismoniy tarbiya tizimi qaror topadi. 16-18 yoshdagi kishilar jiddiy jismoniy tayyorgarlik maktabini o'tar edilar. Ular yugurish, sakrash, kurashni o'rganar; tosh uloqtirish, uzun nayza, oyboltani ishlatishni, zich saf bo'lib harakat qilishni o'rganar, shuningdek to'p o'yini va boshqa o'yinlar bilan shug'ullanar edilar.

Yigitlarning harbiy va jismoniy tayyorgarligi o'z-o'zini idora qiladigan koptoklar orasida saylab qo'yiladigan maxsus shaxslar tomonidan tekshirilar edi. Bunday tekshirish alohida xalq yig'ilishlarida amalga oshirilar va yugurish, sakrash, tosh uloqtirishi, kurashish, otda yugurish, kamon otish va qilichbozlikka doir musobaqalardan iborat bo'lar edi.

Keyinchalik Shveysariyaliklar knyaz va qirollar qo'shiniga yollana boshladilar, lanuskextlarga-absolyutizm malaylariga aylanadilar. Ular kim ko'p haq to'lasa, ana shuncha pul badaliga o'z kuchi va hayotini sotar edilar. Shveysariyaliklarni boshqacha qilib aytganda, o'zlarining jangovar shuhratini pulga aylantirib yubordilar.

Feodallarga qarshi chiqadigan xalq lashkarlarini tayyorlashda jismoniy mashqlar katta o'rin tutar edi. Yomon qurollangan piyoda dehqonlar sovutga o'ralib olgan otliq ritsarlarga qarshi jang qilish majbur bo'lar edi. G'alayonchilarni birinchi navbatda, ritsarlar otdan

urib tushirar edilar. Buning uchun esa ular otliqlarni arqon bilan urar yoki otlarning oyog'ini chopib tashlar edilar. Piyoda qolgan ritsarlar beso'naqay bo'lib, qo'zg'olonchilar ularni so'yil, to'qmoq, gurzi va toshlar bilan urar edilar. Bu usullar ularga o'zlarining dushmaniga jiddiy falokat etkazish imkonini berar edi. Masalan, so'ngra o'rta asr davrida taboritlar-asosan chex dehqonlaridan iborat bo'lgan xalq lashkari harakat qildi. XV asrning boshlarida gusit urushlari olib borilayotgan paytda taboritlar o'zlarining yo'l boshchisi Yan Jijin boshchiligida nemis ritsarlari qo'shiniga bir qancha kuchli talofatlar etkazdi. Taboritlarning asosiy quroli qisqa nayza, so'yil, toshlar, dehqon to'qmog'i va paloxmondan iborat edi. Jijina lashkari kurashga yaxshi tayyorgarlik ko'rar edi. Hatto o'smirlar ham palaxmondan tosh otish mashqiga qatnashar va bunga maxsus o'rgatilar edi. To'qmoq bilan bir daqiqada 20-30 zarba urish mumkin edi, bu esa oldindan jiddiy tayyorgarlik ko'rishni talab qilar edi.

### **5.Shaharliklar jismoniy tarbiyasi**

Savdo va sanoatning bir muncha taraqqiy etishi o'rta asr shaharlarining o'sishiga olib keldi. Sex uyushmalariga birlashgan hunarmandlar shaharlarning markaziy figurasi va moddiy tarbiyasining chinakam yaratuvchilari bo'ldi. Shaharliklar shaharni talab kelgan va ularning savdosiga to'siq bo'lgan feodallarga qarshi kurashda o'zlarining qo'lida bo'lgan barcha vositalardan, jumladan jismoniy tarbiyadan ham foydalandilar. Jismoniy tarbiyaning asosini xalq jismoniy mashqlari va o'yinlar tashkil etar edi. Sex ishlab chiqarish uyushmalari ritsarlarning hujum vaqtida piyoda askarlar otryadiga aylanib, shahar lashkarlarini tashkil etar va feodal otliq askarlariga qarshi muvaffaqiyatli harakatlar qilar edi. Keyinroq shaharlarda maxsus ip otuvchilar hamda qilichbozlar va nayzabozlarning birlashmalari vujudga kelib, ular qardoshlik birlashmalari deb nom oldi.

Qilichbozlar qardoshliklarida nayzabozlik, qilichbozlik va oybolta irg'itishga o'rgatilar va mashqlar qilinar edi. Bu yerda qurol bilan zarb berish va zarbini qaytarish usullari qurolsiz otish askarlarning qurolli otliq askarga qarshi kurash usullari; tutish, bo'g'ish va boshqa elementlarni o'z ichiga olgan erkin kurash usullari o'rgatilar edi. Qilichbozlar qardoshliklar ishtirok etishini xoxlagan barcha shaharliklar o'rtasida ochiq musobaqa o'tkazilar edi. Maslan,

Frankfurt shaharida har-yil kuz oy yarmarkasida “shamshir sohibi” unvoni uchun musobaqa o‘tkazilar edi. Musobaqalar ko‘pincha xalq bayrami kunlariga to‘g‘ri kelar edi. qilichbozlar qardoshliklarning o‘z unvoni, gerblari va alohida nomlari, maslan “Sher tog‘idagi muqaddas Mark jamiyati”, “erkin qilichbozlar” va boshqa nomlari bor edi.

Yoy otuvchilarning qardoshlik uyushmalarida shaharliklarga kamalak va kamondan, keyinchalik esa, XIV-XV asrlardan boshlab, o‘q otadigan quroldan otishga o‘rgatilar edi. O‘q otish musobaqalari turli masofadan turli nishonlarga otilar edi. Langar cho‘p uchiga bog‘langan qush ko‘pincha nishon vazifasini bajarar edi. Yoy yoki kamon otish vaqtida masofa 125-150 qadamga etar edi. O‘q otadigan qurol paydo bo‘lgan vaqti otish masofasi ancha kam o‘zgardi, chunki dastlabki miltiqlar hali takomillashmagan edi. Xalq bayramlari dasturiga qilichbozlik va o‘q otish musobaqalaridan tashqari, odatda, yugurish, sakrash, kurashish, poyga va eshkak eshish bo‘yicha poyga qilishga doir musobaqalar ham kiritilar edi.

Qurollar o‘zboshimcha mahalliy feodal ritsarlarga qarshi kurashda shahar lashkarlarining harbiy qudratiga tayanar edi va shuning uchun shaharliklarning harbiy –jismoniy tayyorgarligini takomillashtirishda shaharliklarni qo‘llab-quvvatlar edi. Shaharlarda kamalak otish odatini rag‘batlantirish yuzasidan qirollarning ko‘p sonli farmoyishlari chiqarilgan edi. Qirollar shaharlarning bevosita harbiy tayyorgarlikdan chalg‘itadigan o‘yinlarinigina taqiqlar edilar.

Shaharliklar hayotida to‘p bilan o‘ynaladigan turli xalq o‘yinlari keng tarqalgan edi. Ingliz shaharlari ko‘chalarida futbol o‘ynalar edi. Fransiyada “kross” va “nom” singari o‘yinlar juda ommalashgan edi. shaharlar katta bo‘lmaguncha, barcha o‘yinlar va musobaqalar shahardan tashqaridagi dala va yaylovlarda o‘tkazilar edi. Biroq qiyinchilik shaharlar o‘sib, shahar atrofidagi yerlar poliz ekinlari va bog‘lar bilan band bo‘lgandan keyin holat jiddiy o‘zgardi-o‘yinlar shahar ko‘chalarida o‘tkazila boshlandi. Ko‘tarilayotgan shahar bu o‘yinlarni taqiqlash uchun harakat qila boshladi. Masalan, 1313-yili London savdogarlari iltimosi bilan ingliz qiroli Eduard II shahar ichida katta to‘p bilan o‘ynaladigan o‘yinlarni tasodifiy tomoshabinlar, yo‘lovchilar va hatto imoratlar uchun xavfli, deb taqiqladi.

“Pom” o‘yinidagi o‘zgarishlar shahar sharoitlarining o‘yinlari taraqqiy etishiga bo‘lgan ta’sirini yaqqol ko‘rsatadi. XIV asrgacha “pom” o‘yini hamma joyda, dalada, ritsarlik qal’alarda, shahar

qal'alari yonida, cherkov maydonlarida va boshqa yerlarda o'ynalar edi. Endi esa bu o'yin uchun atrofi yopilgan maxsus maydonlar qura boshladilar. Bu maydonlar ustiga tur o'rnatilib, bu tur ustida to'pni ilgarigidek qo'l bilan emas, balki raketka yordamida qaytarib otish lozim edi. XIV asr oxirida Fransiyada bu o'yin uchun maxsus binolar ham qurilgan.

Shotlandiya va Angliyada futbol o'yini ham taxminan xuddi shunday taraqqiy etdi. Ilgarigi vaqtlarda bu o'yin dehqonlar o'yini edi. Hosil yig'ib olingandan keyin qo'shni qishloq dehqonlari hosili o'rib olingan dalalarda katta to'p bilan o'ynar edilar. Shaharliklar markaziy bozor maydonida va ko'chalarda futbol o'ynar edilar. Bu hol ko'pincha tartibsizlikka, shahardagi normal harakatning buzilishiga olib kelar edi. Shuning uchun asta-sekin o'ynaladigan joy va o'yinchilar sonini cheklovchi qoidalar yaratila boshladi. Biroq ba'zi shaharlarda ko'chada o'ynaladigan o'yinlar XIX asrning o'rtalariga qadar davom etib keldi.

O'rta asr shaharlarida akrobatika va ayniqsa dorbozlarning chiqishlari juda ham ommalashgan edi. Dorbozlar baland qilib tortilgan arqon ustida yuribgina qolmasdan, shu bilan birga, o'nda turli mashqlarni ham bajarar edilar. Ularning ko'pgina mashqlari, masalan, osilgan holatdan tiralib gavdani ko'tarish va turli-tuman aylanma harakatlar, keyinchalik gorizontallangar cho'pga-turnikning timsoliga o'tkazilgan edi. Akrobatik mashqlarida shaharliklar ichida g'oyat ommalashgani turnik tuzish edi. Akrobatikada turli murakkab sakrashlarni ham bajarishar edi. Keyinroq shaharlarda oshiq o'yini, karta o'yini va shunga o'xshashlar ham keng tarqaldi.

O'rta asr universitetlarining dasturlarida jismoniy tarbiyaning yo'qligi Talabalar orasida jismoniy mashqlarning tarqalishiga xalaqit bermadi. Ko'pgina Talabalar yoy otish va qilichbozlik uyushmalariga kirar edilar. Talabalar o'rtasida ko'pgina kurash va mushtlashish musobaqalari uyushtirilar edi. Talabalarning klublarida qilichbozlik, yog'och otda chavandozlik qilish va akrobatika qilish mashqlari ham o'tkazilar edi.

**Tayanch tushunchalar:** "Sher tog'idagi muqaddas Mark jamiyati", "erkin qilichbozlar" "shamshir sohibi" "Pom" o'yini "kross" va "nom" o'yinlar, "shamshir sohibi" unvoni uchun musobaqa.

**Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:**

1.Oʻrta asrlarda jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari toʻgʻrisida nimalar bilasiz?

2.Ilkl feodalizm davrida jismoniy tarbiya qay shaklda rivoj topdi?

3.Arab aslzodalarining harbiy jismoniy tayyorgarligi toʻgʻrisida maʼlumot bering?

4.Taraqqiyot etgan feodalizm davrida jismoniy tarbiya toʻgʻrisidagi bilimingizni namoyon eting?

5.Feodallar harbiy jismoniy tayyorgarligi toʻgʻrisida fikringiz?

6.Shotlandiya va Angliyada futbol oʻyini taxminan qay darajada taraqqiy etdi?

### **Talabalarning mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar.**

Quyidagi mavzular asosida reja tuzing va oʻz fikr-mulohazalaringizni bildiring

“ Mustaqil ish ” yozing:

1. Oʻrta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya va sport.

2. Feodalizm davrida jismoniy tarbiyaning xususiyatlari

3.Arab aslzodalarining harbiy jismoniy tayyorgarligi.

### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xoʻjaev P. Meliev P.Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar

2. Xoʻjaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi.1993 y. 25 – 35 betlar.

3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “Oʻqituvchi” 1993 y.

### **Qoʻshimcha adabiyotlar:**

1. Xoʻjaev F. Oʻzbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.

2.Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

3. David C. Watt Sports management and administration  
© 1998 David C. Watt 11 pg.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

6. [www.bilimm](http://www.bilimm)

7.[www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# **BUYUK GUMANISTLARNING TA'LIMOTI**

## **REJA:**

1. Buyuk gumanistlar ta'limoti haqida nazariy ma'lumotlar.
2. Vittorina de Feldre maktabi, I.Eronim Merkurialis, J.J.Russo, I.Pestalotsii, T. Morlarning jismoniy tarbiya haqidagi mulohazalari.
3. Gumanistlarning g'oyalari haqida.

### **1. Buyuk gumanistlar ta'limoti haqida nazariy ma'lumotlar.**

XIV va XVII asrlarda G'arbiy Yevropada feodal ishlab chiqarish usuli ham hukmron edi. Faqat ancha ilg'or mamlakatlardagina bu usul kapitalistik munosabatlar tomonidan siqib chiqarilmoqda edi. Bu davr dehqonlarni yerdan mahrum qilish, mustamlaka xalqlarni tinimsiz talash davri, kapitalning dastlabki jamg'arilish davri edi.

Yevropaning feodal tarqoqligi savdo va sanoatning taraqqiy etishiga xalaqit berar edi. Shaharlarning iqtisodiy jihatdan mustahkamlangan burjuaziyasi uchun barqaror markazlashgan davlat xokimiyati kerak edi. Feodallar o'rtasida doimiy uchrashuvlardan zarar ko'rib kelayotgan xalq ham huddi shuni istar edi. Oqibat natijada XIV asrning ikkinchi yarmida "qirol hokimiyati" shaharliklarga tayanib, feodal dvoryanlarning qudratini sindiradi va chinakamiga millatlarga asoslangan yirik monarxiyalar barpo etdi; bu monarxiyalarda hozirgi Yevropa millatlari va hozirgi butun jamiyati taraqqiy etib bordi.

Burjuaziya uzoq vaqt davomida feodallar bilan murosa qilib kelgan va uni qo'llab-quvvatlagan. Biroq o'rta asrning oxirlariga kelib, burjuaziya shunchalik mustahkamlandiki, endi u feodallarga qarshi chiqishga va G'arbiy Yevropaning iqtisodiy jihatidan taraqqiy etgan mamlakatlarida o'z siyosiy hukmronligini o'rnatishga (Angliya burjua revolyusiyalari) qodir edi.

O'sha vaqtlarda Yevropaning sharqida rus xalqi unga ko'p asrlik tatar zulmidan etkazilgan jarohatlarni tuzatib oldi va qudratli davlat barpo qildi. Moskva davlatining borligini hatto xayoliga keltirmay, hayratga tushgan Litva va tatarlar o'rtasida saqlanib qolgan Yevropa o'zining sharqiy chegaralarida to'satdan katta imperiyaning vujudga kelishidan dovdirab qoldi, hatto Sulton Boyazidning o'zi

garchi u (G'arbiy Yevropa ) uning oldida titrab tursa ham, moskvaliklardan birinchi marta takabburona nutqlarini eshitdi.<sup>1</sup>

Rus davlati, uning iqtisodiyoti va tarbiyasi jadal suratlar bilan taraqqiy etib bordi. Rus xalqining fan va tarbiyaning ba'zi sohalarda erishgan yutuqlari G'arb xalqlari erishgan yutuqlardan o'zib ketdi.

Jadal taraqqiy etib borayotgan burjua ishlab chiqarishining ehtiyojlari oyoq charx, suv parragi va hokazolarning ixtiro etilishiga sabab bo'ldi. Bularning o'zi esa matematika tadqiqot metodlarining takomillashuviga sabab bo'ldi va astronomiya, mexanika, optika hamda ximiya singari fanlarni hayotga chorladi. Fan va texnika ishlab chiqarishini kengaytirishga yordam berdi, texnika esa olimlar qo'liga juda ko'p sonli Yangi fanlarni berib, bu faktlar fanni boyitdi va uni ilgari siljitdi. Leanardodo Vinchi (1452-1519-yillar) qushlarning uchishini kuzatib borib, uchuvchi aparatining tuzilishi to'g'risida o'z mulohazalarini bayon etdi. Rus krepostnoy dehqoni esa o'sha vaqtdayoq odamni ko'tarishga qodir bo'lgan qanotlarning aniq hisobini oldi, ularni yasadi va ularning tomdan hamda qal'a gumbazlaridan kishining yerga muvaffaqiyat bilan qo'nishga erishdi. G'arbiy Yevropa va Rossiyada kitob nashr qilishi vujudga keldi va qimmatbaho pergament o'rnini qog'oz egalladi. Dengizda suzish ehtiyoji natijasida kemasozlik taraqqiy etdi, ispanlar, gollandiyaliklar, so'ngra inglizlar ham janubiy yarim sharda ko'pgina geografik kashfiyotlar qildilar, Yangi yerlar topuvchi rus sayyohlar va dengizchilari ega Shimoliy Muz okeanini tadqiq qilish ishini boshlab berdi va Osiyoni Amerikadan ajratib turuvchi bo'g'ozni kashf etdi. Poroxning kashf etilishi o'q otadigan qurolning vujudga kelishiga sabab bo'ldi. Arxitektura sohasida bir qancha yutuqlar qo'lga kiritildi. Odamning o'rganishiga taalluqli bo'lgan tabiatshunoslik sohasida katta kashfiyotlar qilindi. Leonardo da Vinchi odam gavdasining mutanosibligi va uning harakati mexanikasini o'rgandi. Meditsina ham jadal suratlar bilan taraqqiy etib bordi. Shveysariyada tug'ilgan Parsels (1493-1541-yillar) o'z shogirdlarini birinchi marta bemor yotgan joyda o'qitdi va xirurgiya bilan terapiyaning chambarchas bog'liqligini ta'kidladi. Ispan doktori qon almashishi haqida ba'zi bir mulohazalarini bayon etdi, ingliz Garvey (1578-1657-yillar) "Yurak va qon harakati" haqida kitobni yozdi. Tabiatshunoslikning taraqqiy

---

<sup>1</sup> Эшназаров Ж. Жисмоний маданият ва спорт тарихи.1993. 97-110 бетлар

etishi Yangi falsafaning vujudga kelishiga sabab bo‘ladi; bu falsafa diniy qoidalarni rad etdi va tajribani haqiqatning yagona mezonini deb elon qildi. Ingliz F. Bekon (1561-1626-yillar), faqat tuzatish va tajriba (induksiya, analiz taqqoslash, tajriba) chinakam ilmiy metod hisoblanadi, deb isbotladi. Dekart deduksiyaning muhimligini isbotladi, Gassenadi esa molekulalar nazariyasiga asos soladi.

Jismoniy tarbiya haqidagi nazariy bilimlarning dunyoga kelishi. Mashhur qadimiy yunon va qadimgi rim filosoflari va tibbiyot xodimlari o‘zlarining asrlarida, yoshlarni tarbiyalashda va sog‘lig‘ini mustahkamlash uchun jismoniy tarbiyadan foydalanishni ko‘rsatib o‘tganlar. Quldorlik davlatlarida jismoniy tarbiya xalq ommasini ezish uchun harbiy quvvatni tashkil etishda ekspluatatorlarni tayyorlashda birdan bir asosiy vosita bo‘lgan.

Mehnatga bo‘lgan ehtiyojning tug‘ilishi, jismoniy tarbiya vositasi esa badavlat quldorlarning o‘yin musobaqalari va feodallar turnirlarida mehnat bilan aloqasini yo‘qotadi. Shuning uchun quldor va feodal o‘zi uchun moddiy boyliklarni ishlab chiqarish va mehnat qilish sharmandalik deb hisoblaydi.

Sokrat (eramizdan avvalgi 469-399-yil) o‘zining o‘quvchilari bilan suhbatda raqsga tushuvchilarni nayrangbozligini va hiylanayrangini qoraladi va gimnaziya hamda palestrlarda shug‘ullanuvchi, yoshlarni olqishladi.

PLATON (eramizdan avvalgi 427-347-yil). Kimda-kim o‘qish va yozishni yugurish va suzishni bilmasa, ularni cho‘loqlar deb atagan. Platon tomonidan taklif qilingan ta’lim va tarbiya asosida, ayniqsa davlat, gimnastika va musiqa san’at “qorovullar” ga xosdir; musiqa manaviyatni (ruhini) takomillashtirishi uchun, atletika-tana uchun kerak. Platon o‘qitish va tarbiyalashni uchta yosh davriga ajratadi: 7 yoshgacha, qachonki bola uyda bo‘lgan holda, o‘yinlarda qatnashadi. 7-10 yoshda esa yana gimnastika bilan shug‘ullanishi zarur; 10 yoshdan-20 yoshgacha, albatta, shaxsiy va davlat maktablariga borishlari majburiydir, buning eng asosiy maqsad yoshlarning fikri, maktabda bolalarni zo‘rlab o‘qitish emas, balki kattalarni shug‘ullanuvchilarni qiziqishi va yutuqlariga qarab, ayniqsa, eng kuchli va qobiliyatlarini tanlab olishga imkon beradi.

GIPPOKRATNI (eramizdan avvalgi 460-356) tibbiyotni otasi deb atashgan. U tibbiy xodimlarni kasallarni davolashga o‘rgatdi. Gippokrat kasalni jismoniy tarbiya vositalari bilan davolash



prinsiplarni asoslab berdi va kun tartib, ovqatlanish tartibi yoki parhezni, shuningdek gimnastika agonistik bilan shug'ullanuvchilar uchun gigienik talablarni taklif qildi. Sog'lom kuchli jasur kishi, chekka yerda g'alabalarga erishishida ilhom baxsh etishi Gippokratning diqqatini jalb qilgan. Birinchi bo'lib, filosofiyani tibbiyot bilan, tibbiyotni filosofiya bilan birga qo'shib olib borishni taklif qilgan.

Gippokrat ko'p sayohatda va sayrda bo'lib, yunonlarga boshqa xalqlarning urf-odatlarini o'rganishni taklif qiladi. O'zbekiston hududida yashovchi xalqlarning qo'rqmasligi va intizomli-tartibligini hisobga olib, ularning otda yurishini, kamonda otishni va shikastlanishning oldini olish usullaridan foydalanishni tavsiya qilgan.

**KLAVDIY GALEN (131-201).** Pergama shahridagi maktabda sirk arenasida shikastlangan va jarohat olgan gladiatorlarning sog'ligini tiklagan. U qatnashganlarni jamoat oldida chiqishni, artistlik mahoratini oshirish uchun mashqlar majmuasini taklif qildi va arenaga chiqish oldida va jang qilishdan keyin gladiator uchun uqalashning to'qqizta turini yozdi. Galen anatomiya va fiziologiyaning asosini bayon qildi. Ovqatlanish gigiyenasini va jismoniy mashqlar gigiyenasini alohida fan darajasiga ko'tardi.

Kishi organizmiga tashqi muhitning ta'sir etishini tushunishga materialistik yondoshishi va ovqatlanish parhezi, gimnastika, vanna qabul qilish, uqalash esa "kishi salomatligi" Galen qarashlari tizimini tashkil etadi. U jismoniy mashqlar barcha dorilar o'rnini egallashi mumkin, biroq barcha dori-darmonlar esa, barchasini birga olganda, jismoniy mashqlarni almashtirishiga qodir emas deb hisoblaydi. K.Galenni ijtimoiy pedagogik faoliyatga shunday yordam beradiki, ya'ni quldorlar hammomlar, bular uqalash (massaj) xonalari va jismoniy mashqlar uchun zallar qura boshladilar. Bunday ajoyib bog'lar bilan qurilgan hammomlarda bir-birlarinikiga borib ko'ngil ochishardi. Bunday ajoyib va katta qurilgan hammomlarning qoldiqlari hozirgi kungacha saqlanib qolgan.

Italiyada barcha zodogonlarning o'quv yurtlarida tiklanish davrida qilichbozlik majburiy fan bo'lgan, qilichbozlik nazariyasi bo'yicha birinchi ish italiyalik mualiflar Petro Monga (1509) va Anile Marosso (1536) tomonidan yozilgan. Italiyada eng yaxshi madaniy

o'quv yurtlarini birida – “Dom radostda” gumanistlarning vakili Vattorino da Feltra ishlagan.

## **2. Vittorano de Feldre maktabi, I.Eronim Merkurialis, J.J.Russo, I.Pestalotsii, T.Morlarning jismoniy tarbiya haqidagi mulohazalari.**

### **Vittorano daFeltre maktabi.**

Romboldino Vittorano da Feltre (1378-1446-yilar) Italiyada pedagogika sohasida ko'zga ko'ringan dastlabki gumanist edi. Vittorano Mantuan hukmdori va uning saroyidagi kishilarning bolalarini tarbiyalab, saroyda Yangi tipdagi maktab yaratdi va uning rahbari bo'ldi. Uning maktabida o'quvchilarning bilimga qiziqishi, aqliy va jismoniy havasi har tomonlama rag'batlantirilar edi. O'quvchilarni erinchoqligi, beadabligi va manmanligi uchun ayovsiz jazolar edilar. Quruq yodlash o'rnini ko'rsatma ta'lim metodlari egalladi.

Vittorano o'quvchilarning sog'lig'i va jismoniy kamoloti to'g'risida, ayniqsa, ko'p g'amxo'rlik qilar edi. u o'quvchilarni sof havoda harakatli o'yinlar o'ynashga o'rgatar, suvda suzishga va jismoniy mashqlarni bajarishga odatlantirar edi; bu esa o'quvchilarning jismoniy kuchini, epchilligini va chiroyli qiliqlarini taraqqiy etirar edi. Uning maktabi o'quv rejasida o'yinlar, qilichbozlik, harbiy mashqlar, otda yurish va suvda suzish ko'zga ko'rinar o'yinni egallar edi. Vittorano o'quvchilarning axloqiy sifatlarini tarbiyalash to'g'risida ham g'amxo'rlik qilib, ularda o'z qadrini bilish tuyg'usini, gigiyena elementlari qoidalariga rioya qilish odatini va hokazolarni hosil qilar edi. Vittorano do Feltre maktabi oqsuyak ota-onalar bolalarini tarbiyalash borasida ilgari tashlangan katta qadam edi.

**Mekurialisning davolash meditsinasi.** Mashhur italiyan gumanist doktori I. Merkurialis (1530-1606-yillar) gimnastikaga doir oltita kitob yozdi. Dastlabki uch kitob jismoniy mashqlar tarixini yoritishga, so'nggi uch kitob esa jismoniy mashqlarni meditsina jihatidan tahlil qilishga bag'ishlangandir. Merkurialis meditsinani davolash meditsinasi va saqlovchi meditsina deb ikkiga ajratadi. Saqlovchi meditsinani u buzuqchilikka va oziq-ovqat hamda tanani ortiqcha iste'mol qilishga qarshi kurashga mo'ljalladi; bunday hollar oqsuyaklarning vakillariga muvofiq edi.

Merkurialis gimnastika va boshqa jismoniy mashqlarni saqlovchi meditsina vositalari jumlasiga kiritadi. U barcha mashqlarni haqiqat (davolash), harbiy (hayotiy, zaruriy) va soxta (atletik) mashqlarga bo'lgan edi.

Merkurialis ayrim mashqlarning ahamiyatini baholab, ko'proq jismoniy kuch talab qiladigan mashqlarni salbiy tavsifladi va sog'lomlashtirish-gigiyena jihatdan foyda berish mumkin bo'lgan mashqlarnigina bajarishni tavsiya qildi. U mushtlashishni inkor qilmadi, lekin yakkama-yakka mushtlashishni emas, balki kishining soyasi bilan mushtlashishni taklif qildi, chunki kishining soyasi bilan mushtlashishi "katta kuch ishlatishini" talab qilmaydi. Merkurialis suvda suzishni emas, balki cho'milishni maqtaydi va balik ovini taklif qiladi. U jismoniy tarbiyaning musobaqa metodini foydali deb hisoblamadi va sportni inkor qildi. Merkurialisning "bir vaqtlar katta e'tiborga sazovor bo'lgan gimnastika san'atini tiklash uchun harakat qilishi" haqiqatga to'g'ri kelmaydi. Uning xizmati shundan iboratki, u davolash-profilaktika mashqlarini tikladi va ularni meditsinaning muhim vositalari sifatida himoya qildi.

Merkurialis ko'zga ko'ringan cherkov arboblarning saroy doktori, so'ngra esa imperator Maksimlion II-ning ham doktori edi. U feodal buyuk aslzodalarning boshliqlariga ko'rsatgan xizmatlari uchun o'sha vaqtlardayoq eskirib qolgan ritsarlik unvoni bilan taqdirlangan edi.

### **3.Gumanistlarning g'oyalari**

Gumanistlar o'rta asr ilohiy qarashlariga qarama-qarshi o'laroq, inson shaxsini ulug'ladilar, insonga uning kuchi va qobiliyatiga ishonch bilan qaradilar. Ishonch bilan qarashlardagi bunday o'zgarish odatda "gumanizm" (insonparvarlik) tayyorligi bilan anglashiladi. So'ngra o'rta asr davridagi gumanizm ikki asosiy manbadan: qadimgi xalqlar tarbiyasi va xalq ijodidan oziqlandi. So'nggi o'tish asr davrining gumanizmi asosan qadimgi dunyoda yaratilgan nimaniki bo'lsa, asosan shuni tiklashdan iborat edi. Burjuaziya va feodal aslzodalar esa o'zlarini narigi dunyo hayotiga emas balki yerdagi hayotdan lazzatlanish uchun tayyorlashga harakat qila boshladilar. O'rta asrning ozgina badanga topinishi his uyg'otadigan sog'lom badanga topinish bilan almashtirdi. Bu hol arxitektura, haykaltaroshlik, rassomlik va adabiyotda o'z aksini topdi.

Gumanistlar o'rta asrdagi quruq pedagogikaga qarama-qarshi o'laroq, kishining faqat aqligina emas, balki tanasining tarbiyalashga

qaratilgan Yangi pedagogikani ilgari surdilar. Ular o'z hukmronligini o'rnatish, uzoq muddatli sayohatlar qilish, Yangi yerlar kashf etish, bu Yangi yerlarga ko'chib kelgan xalqlarni talash va bo'ysundirishga qodir bo'lgan uddaburon, jismoniy jihatdan etuk insonlarning tarbiyalashishini istar edi.

### **Rablening jismoniy tarbiya to'g'risidagi fikrlari.**

Fransuz gumanist yozuvchi Fransua Rable (1494-1553-yilar) o'z g'oyalarini qadimgi yozuvchilarning asarlaridan ko'ra, ko'proq xalq ijodidan olar edi. U o'z asarlarini lotin tilida emas (o'sha vaqtlarda yozganlaridek), balki ona tilida yozar edi. Rim, Jeneva va Sarbonna bir necha bor uni lanatlagan va har xil yo'llar bilan ta'qib qilgan edi. O'sha vaqtlarda Rablening asarlariga bo'lgan talab g'oyat darajada katta edi. Uning "Gargantuya va Pantagryul" nomli romani ikki oy ichida shunchalik ko'p nusxada tarqalgan ediki, hatto Tavrot o'n-yil ichida shunchalik tarqalmagan edi. Bu roman barcha tillarga tarjima qilingan bo'lib, hozirga qadar qayta-qayta nashr etilib kelmoqda. Rable o'zining asarlarida kuchayib kelayotgan ideologiyani maqulladi va dunyoni ilmiy anglash g'oyasi targ'ib qildi.

Rable sxalastlar ustidan achchiq kulib: "O'g'il bolaning o'z murabbiylari rahbarligida ilohiy kitoblarni o'rganganidan ko'ra, umuman o'qimagan maqul, chunki ularning fani-bema'nilik, ularning bilimdonligiga esa batamon uydirmadir" – degan edi. U o'quvchilarning erkin fikrlashiga va erkin harakat qilishga olib keladigan tarbiyani ilgari surdi. Rable tarbiya orqali inson shaxsiy axloqiy, aqliy va jismoniy tomonlarini tarkib toptirishni istadi. U butun tarbiya va ta'limni o'quvchilar uchun yoqimli formada ifodalashni tavsiya qiladi.

Tarbiyalanuvchilar uchun tartib zarurligini, ularning maishiy hayoti uchun gigiyena zarurligini, jismoniy mashqlarning aqliy mashg'ulotlar va ovqatlanish tartibi bilan birga olib borish kerakligini talab qilgan. U badanni yuvib turishni, massaj qilishni, terlagandan so'ng kiyimni almashtirishni; mashqlarni va jismoniy kuch me'yori astasekin murakkablashtirib borishni tavsiya qigan. Rable faqat qadimgi mashqlarni emas, balki o'sha vaqtlarda shaharliklar va dehqonlar o'rtasida odat bo'lgan jismoniy mashqlardan foydalanish bo'yicha tavsiyalar bergan.

Tarbiyalanuvchilar yugurish, sakrash va irg'itish; kamondan, eski og'ir miltiq va zambarakdan otish; ko'krak bilan, chalqanchasiga, yon bilan suzish va suvga sho'ng'ish; nayza, qilichbozlik, shamshir,

rapira, oy bolta, xanjar bilan shug‘ullanish; otda yurish, arqonga, daraxtlarga va qoyalarga tirmashib chiqish bilan shug‘ullanish; yelkanli va eshkakli qayiqni boshqarish, ov qilish, kurash, shaxmat, yog‘och otda gimnastika mashqlarini bajarish, gantellar yordamida mashq qilish; to‘p o‘ynash va raqs tushishlari lozim edi.

Rablening fikricha, uning xayoli bilan yaratilgan “Telem qal’asi” tarbiya muassasining namunasidir. Muassasaning nizomi: “Nimani xohlasang, shuni qil” degan tamoyildan iborat edi. Bu ishlab chiqarish tashkiloti emas, balki boylar uchun mo‘ljallangan o‘ziga xos o‘quv-tarbiya muassasasi bo‘lgan. Unda stadion, ippodrom, suzish uchun hovuz, uch pog‘onali hammomlar, teatr, sayr qilish bog‘i, to‘p o‘ynash uchun manejarlar, otxonalar, lochin xizmati va itxona bor edi. Rable o‘z davrining ilg‘or g‘oyalari bilan bab-baravar qadam tashlab, gumanizm g‘oyalarining o‘rnatilishi uchun ko‘p xizmat qilgan.

Barcha gumanistlarining progressivligi shundaki, ular o‘rta asrning tarbiyasiga va tarkidunyochilik g‘oyalariga qarshi faol kurashdilar, inson shaxsining erkin kamol topishini quvvatladilar va jismoniy tarbiyani umumiy tarbiya tizimining ajralmas bir qismi sifatida ilgari surdilar. Lekin gumanistlarining aksariyati xalq to‘g‘risida emas, balki jamiyatning bir to‘da boshliqlari to‘g‘risida, xalqdan ajralgan va xalqni ekspluatatsiya qilgan kishilar haqida g‘amxo‘rlik qilganlar. Bu gumanistlar o‘zlarining barcha g‘ayratlarini cherkov obro‘yiga qarshi kurashga qaratib, jamiyatning konservativ kuchiga aylanganlar. Xalqqa tayangan va xalq baxt-saodati yo‘lida mehnat qilgan gumanistlarning ijodi esa so‘nggi o‘rta asr demokrat gumanistlarining ijodi sifatida bizning davrgacha etib keldi.

**Tayanch tushunchalar:** sof havoda harakatli o‘yinlar, suvda suzish, jismoniy mashq, jismoniy kuch, sayohatlar qilish, sog‘lomlashtirish-gigiyena, kamalakdan, kamondan, eski og‘ir miltiq, zambarakdan otish, ko‘krak bilan, chalqonchasiga, yon bilan suzish.

**Mavzuni mustahkamlash uchun savollar:**

1. Feodalizmning yemirilish davridagi jismoniy tarbiya to‘g‘risida ma’lumot bering?
2. Jismoniy tarbiya haqida nazariy bilimlarning dunyoga kelish sabablari nimalarga asoslangan?
3. Platonning jismoniy mashqlar asosiy g‘oya degan fikrlari to‘g‘risida batafsil ma’lumot bering?

4. Gippokrat kasalliklarni davolashda asosiy vosita deb nimani hisoblagan?

5. Klavdiy Galen ovqatlanish gigiyenasini va jismoniy mashqlar gigiyenasini alohida fan darajasiga ko'targanligi to'g'risida batafsil ma'lumotlar bering?

6. Gumanistlarning g'oyalari nimalardan iborat edi?

### **Talabalarning mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar**

Quyidagi mavzular buyicha "Mustaqil ish" yozing va bilimingizni namoyon qiling.

1. Feodalizm yemirilish davrida jismoniy tarbiya

2. Jismoniy tarbiya xaqida nazariy bilimlarning dunyoga kelishi.

3. Gumanistlarning g'oyalari.

4. Vittorino de Feldre maktabi.

5. Merkurialisning muhofazolovchi tabobati.

6. Rablening jismoniy tarbiya to'g'risidagi fikrlari

### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar

2. Xo'jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.

3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.

### **Qo'shimcha adabiyotlar:**

1. Xo'jaev F. O'zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.

2. Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

3. David C. Watt Sports management and administration  
© 1998 David C. Watt 11 pg.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

6. [www.bilimm](http://www.bilimm)

7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# **YANGI VA ENG YANGI DAVRDA JISMONIY TARBIYA**

## **REJA:**

1. Yangi davrlarda jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari.
2. Jismoniy tarbiya va sport sohasida nazariy bilimlarning rivojlanishi. Yan Amos Komenskiy (1592-1670)
3. Burjua sport – gimnastika tizimining vujudga kelishi.

### **1. Yangi davrlarda jismoniy tarbiyaning rivojlanish xususiyatlari.**

XIV-XVI asrlardayoq feodal jamiyat ichida Yangi ishlab chiqarish kuchlari taraqqiy etdi va ularga muvofiq Yangi ishlab chiqarish munosabatlari tarkib topa boshladi. Lekin XVII asrning o'rtalarigacha feodal munosabatlar hukmron bo'lib, kapitalizmning taraqqiy etishiga xalaqit berdi. Bunday ahvol uzoq vaqt saqlanib turishi mumkin emas edi.

Burjuaziya asta-sekin Yevropa mamlakatlarining ekanomikasini o'z qo'liga ola bordi va siyosiy hokimiyatni zabd etishga o'arakat vildi. Burjua revolyusiyalari etib kelmoqda edi. XVI va XVII asrlarning bo'sag'asida Niderlandiya mamlakatlarida burjua revolyusiyasi sodir bo'ldi. Bu revolyusiyadan keyin sodir bo'lgan san mamlakatlariningoat o'zgarishi, shimoliy Amerikaning mustaqilligi uchun bo'lgan urush va Yevropadagi revolyusion g'alayon bu g'alabaning dastlabki alomatlari edi.

Yevropa mamlakatlarining ko'pkina xalqlari feodalizmga qarshi kurashga o'tlanadi. Biroq ko'pchilik Yevropa mamlakatlarining dvoryan monarxiyasi burjua revolyusiyalarining birinchi hujumini qaytarishga muvaffaq bo'ldi. Buning sababi shu ediki, kapitalizm o'sha vaqtlarda manufaktura tarqqiyoti bosqichi edi, proletariat esa asosiy revolyusion kuch sifatida endigina tug'ilib kelayotgan edi.

**Hukmron sinflar jismoniy tarbiyasi.** Dvoryanlar o'zlarining ixtiyorlarida bo'lgan barcha vositalar bilan feodalizmning mustahkamlashib qolishiga harakat qildilar. Jumladan, ular yoshlarni tarbiyalash va mustahkamlashga o'zlarining imtiyozlarini saqlab qolish va axloqiy tarbiyani aqliy afzal ko'rar edilar. Dvoryanlar o'z o'g'illarini jismoniy jihatdan kuchli, epchil va jasur qilib, qurol va o'tni yaxshi ishlatadigan, kerakli daqiqada qo'liga qurol olib, o'z sinfi

manfaatini himoya qilishga qodir bo'lgan, turmushda esa o'z sifatleri va qad-qomati bilan oddiy xalqdan ajralib turadigan qilib etishtirishga harakat qiladilar.

XVII asrda faqat dvoryan yoshlari orasidan ofitsyerlar va davlat amaldorlari tayyorlash uchun mo'ljallangan maxsus o'quv yurtlari paydo bo'ladi. Bunday o'quv yurtlari Germaniya va Angliyada ritsarlik akademiyalari deb atalar edi. Ularda harbiy amaliy mashqlarga, otda yurish, qilichbozlik va raqslarga katta e'tibor berilar edi.

G'arbiy Yevropaning kontinental mamlakatlarida iezuit kollegiyalari deb ataladigan o'quv yurtlari ancha keng tarqaldi. Bu o'quv yurtlari "Iso og'a inilari" katolik monax ordeni (iezuitlar) tomonidan tuziladi, lekin oqsuyaklar oilasidan chiqqan yoshlarni monarxiyaga va katolik cherkovga sadoqat ruhiga tarbiyalashga mo'ljallangan edi. Kollegiyalarda yoshlarni qilichbozlik, otda yurish va amaliy ahamiyatga ega bo'lgan boshqa mashqlarga o'rgatar edilar. Kollegiyada tarbiyalanuvchilar faqat but va ayyorliq bilangina emas, balki qilich kuchi bilan ham katolitsizmni o'rnatish kerak edi.

Aholining imtiyozli tabaqasi orasidan chiqqan yoshlar uchun mo'ljallangan boshqa o'quv yurtlari ham xuddi shunday manzarani ko'rish mumkin edi. Dvoryanlar yoshlarining oila tarbiyasida ham jismoniy tarbiyaga katta ahamiyat berilar edi.

XVII asrning ikkinchi yarmida G'arbiy Yevropaning turli mamlakatlarida o'sha davr uchun ancha ko'p sonli jismoniy tarbiya darsliklari va qilichbozlik, otda yurish, gimnastika va o'yinlarga doir qo'llanmalar nashr etilgan edi.

Urush olib borish sharoitlarining o'zgarishi bilan otda yurishga va qilichbozlikka o'rgatish ancha muhim ahamiyatga ega bo'ldi. XVII asrda qurol (mushket)lardan otish sur'ati yuksaldi va yengil otliq askarlar hamda kavaleriya hujumining roli oshdi. Kavaleriyaning soni oshdi, shuning uchun o'sha davr taktikasiga muvofiq hujum qilib borayotgan qismga rahbarlik qilishi kerak bo'lgan ofitsyerlardan otda yurish va qilichbozlikka doir yaxshi tayyorgarlik ko'rish talab kilinar edi.

Dvoryanlarning tarbiya sistemasidagi harbiy amaliy mashqlar turli o'yinlar, tomoshalar va ov bilan to'ldirililar edi. Dvoryan yoshlari orasida hozirgi tennisni eslatadigan kichik koptok o'yini (je de pom), ayniqsa, keng tarqalgan edi XVII asrning ikkinchi yarmida Parijda



bosilgan qo‘llanmada, bu o‘yin barcha boshqa o‘yinlar va tomoshalar orasida sof durdonadir, deb baholangan edi. Qo‘llanmada aytilishicha, bu o‘yinni “hech bir so‘kish ishlatmasdan va xudoni haqorat qilmasdan”, badan va aqlga dam berish uchun o‘ynash lozim edi. SHahar burjuaziyasining ancha badavlat qismi, yirik savdogarlar, boy olib sotarlar, ustaxona egalari va hokazolar dastlab ko‘p jihatlardan, jumladan bolalarni tarbiyalash borasida ham dvoryanlarga taqlid qilishga harakat qildilar. Ular bolalarga dvoryanlar orasida odat bo‘lgan xususiyat va ko‘nikmalarni hosil qilishga intildilar, qilichbozlik, otda yurish va raqslarga o‘rgatadigan o‘qituvchilar yolladilar. Ularning ba‘zilari uchun dvoryanlik unvoni sotib olishga ham muvaffaq bo‘ldilar. O‘sha vaqtlarda burjuaziya maqsadga erishish uchun turli qiyinchiliklarni engishga qodir bo‘lgan kuchli, g‘ayratli va shijoatli kishilarga muhtoj edi. Yangi pedagogik g‘oyalarining tug‘ilishi uchun qulay zamin yaratildi.

**Xalq turmushidagi o‘yin va tomoshalar.** Keng xalq ommasi uchun dvoryanlarning qilichbozlik va otda yurishga doir mashqlari qiyinlik qilar edi, lekin oddiy qurol yoki umuman tayoqlar bilan qilichbozlik qilishning xalq turlari hamma erga keng tarqalgan edi.

Barcha mamlakatlarning xalqlari o‘rtasida jismoniy mashqlar, ayniqsa, akrobatika katta shuhrat qozongan edi. Shahar va qishloq bayramlarida ko‘pincha akrobatlar, dorbozlar, sakrovchilar tomonidan tomosha ko‘rsatib, xalq orasida juda ko‘p taqlidchilar topar edilar. O‘sha davrdagi G‘arbiy Yevropaning deyarli barcha yirik shaharlarida akrobatika va dorbozlarning an‘anaviy tomoshalari ma‘lum edi. Ba‘zan bu chiqishlar musobaqalar xarakterida bo‘lar edi. Masalan, Venetsiyada muqqadas Mark bayramida yoshlar guruhining langar cho‘p va tayoqlar yordamida gimnastika piramidalari tuzish borasidagi musobaqalari uyushtirildi.

Angliyada hatto kurash musobaqalari ham o‘tkazilar edi, masalan 1661-yili Murfilidsda Angliyaning shimoli va janubidagi dehqonlar o‘rtasida musobaqa bo‘lib o‘tdi.

Turli o‘yinlar, ayniqsa to‘p o‘yini eng qiziqarli tomoshalardan edi. Fransuz shaharlarida “je de pom” o‘yini juda keng tarqalgan edi. XVII-XVIII asrlarda Fransiya’dagi har bir shaharda to‘p o‘ynaladigan maxsus binolar bor edi.

Angliyada kriket, golf, futbol o'yinlari taraqqiy etgan edi. Kriket va golf o'yinlari ochiq o'tloqlarda, futbol o'yini esa hosili o'rib olingan dalalarda yoki shahar ko'chalarida o'tkazilar edi.

Angliya kriket, golf, futbol o'yinlari taraqqiy etdi. Kriket va golf o'yinlari ochiq o'tloqlarda, futbol o'yini esa hosil o'rib olingan dalalarda yoki shahar ko'chalarida o'tkazilar edi.

Gimnastika tipidagi jismoniy mashqlar, oddiy qilichbozlik turlari, kurash va har xil o'yinlar xalq hayotida mavjud edi va ular hozirgi sportni boshlanishi uchun xizmat qilar edi.

XVIII asrning boshlarida yugurish, mushtlashish va boshqa mashqlar bo'yicha mukofotlar uchun mo'ljallangan musobaqalar ham o'tkazila boshlandi. Chunonchi, Angliyada 1719-yil rasmiy boks tarixining boshlangan-yili hisoblanadi. Bunday musobaqalarning oddiy shakli o'rta asrdagi shaharlarda ham o'tkazilar edi, lekin u vaqtlarda bunday musobaqalar shaharliklarning yarmarka kunlari uyushtiriladigan oddiy tomoshalaridan edi. Endi esa unday musobaqalar ancha uyushgan, g'oliblar chaqiriladigan va ro'yxatga olinadigan, oldindan kelishib qo'yilgan qoidalarga muvofiq o'tkaziladigan xarakterga ega bo'lgan.

Sportdagi hozirgi professionalizm kurtaklari ham o'sha davrda paydo bo'la boshlagan. Ba'zi bir omadli kurashchilar, qilichbozlar, mushtlashuvchilar va tez yuruvchilar o'zlarining qobiliyati va mahoratlaridan daromad topish manbai sifatida ham foydalanar edilar. Lekin o'sha vaqtlarda professionallar o'sha davrga xos mashqlarning eng yaxshi texnikasi va musobaqalarning yaxshi taktikasini namoyish qilib, ayrim ijobiy rol ham o'ynaydilar.

Musobaqalarning qayta- qayta bir necha bor ta'qib etilishi ham hech qanday natija bermaydi, chunki xalqning sport tomoshalariga bo'lgan qiziqishi g'oyat darajada kuchli edi. Angliyadagi Sausvork yarmarkasida Figga tomoshaxonasidagi e'lon bu musobaqalarning xarakteri to'g'risida ravshan tasavvur beradi. E'londa shunday yozilgan edi: "Sausvorkning Boulin Grindagi o'tkaziladigan katta Figga tomoshaxonasida 18 sentyabrning shanba kuni boshlanadigan yarmarka kunlari shahar aholisi qo'l jangiga, tayoqlar, shoplari va ikki dastali tayoqlar jangiga doir jasurona san'atini ko'rib ko'ngil ochdilar; koventrilik mashhur Larks va atoqli jentelmen sovrunklik jangi qilish sohasidagi mahoratlarini namoyish qildilar. Dunyodagi har qanday odamdan ustunlik qiladigan buyuk qilichboz master Jonson ham bu

yerda mashhur Syuttonning qudratli quroliga qarshi keskin hujum qilish va undan o'zini himoya qilish san'atini ko'rsatadi. Tayoq bilan olishuvchi mashhur jangchi Delfors butun qirollikdan boshining yorilishini yoki holdan ketguncha kaltaklashini istagan har qanday odamni musobaqaga chaqiradi. Bukxors va boshqa jangchilar ham o'z mahoratlarini namoyish qiladilar. Tomosha jasur Figga namoyishi bilan tugallanadi; Figga rapirabozlikda, shunigdek tayoq bilan olishuvda va boksda o'z mah

oratini ko'rsatadi". Darvoqe, ko'pgina kishilar bu Figgani Angliyaning boks bo'yicha birinchi chempion deb hisoblaydilar.

**Yangi davr boshlarida jismoniy tarbiya nazariy asoslarining taraqqiy etishi.** Ishlab chiqarish kuchlarining jadal sur'atlar bilan o'sishi kapitalizm taraqqiyotining dastlabki bosqichidayoq texnika va matematika fanlarining umumiy taraqqiyga imkon yaratadi. Tabiatni o'rganish tabiyot sohasida, jumladan, jismoniy tarbiya to'g'risidagi fanning taraqqiy etishida ancha katta rol o'ynagan anatomiya odam fiziologiyasi sohasida muhim kashfiyotlar qilinishiga olib keladi.

Leonardo da Vinchi tomonidan amalga oshirilgan biomexanika tadqiqotlari, Vazaliy, Garvey va so'nggi O'rta asr davrining oxirlaridagi boshqa olimlar tomonidan qilingan anatomiya va fiziologiya sohalaridagi kashfiyotlar inson organizmining tuzilishi va vazifalarini bundan keyin o'rganish uchun asos yaratib beradi. XIII asrning oxirlaridayoq bu tadqiqotlar natijalarini jismoniy tarbiyaga tadbiq etgan holda foydalanish va jismoniy fazilatlarining uchun jiddiy urinishlar qilib ko'rildi.

Tabiiyotshunoslikka doir ko'p sonli ilmiy kashfiyotlar muqarrar suratda dunyoning moddiyligi va g'ayri tabiiy kuchlarning yo'qligi to'g'risidagi fikrga olib keldi. O'sha davrdagi ancha ilg'or olimlarning materialistik dunyoqarashi materialistik falsafaning vujudga kelishiga sabab bo'ldi. Bu falsafa mexanik falsafa edi, lekin narsa va hodisalarning mohiyatiga bo'lgan qarashlarning taraqqiy etishida ijobiy rol o'ynaydi. Ko'p kishilar odam organizmini xudo tomonidan yaratilgan narsa deb qarashdan voz kechdilar va uni boshqarish mumkin bo'lgan mashina bilan tenglashtirilar. Odamning aqli, irodasi va jismoniy fazilatlarining namoyon bo'lishida endi xudoning xohishiga emas, balki tarbiya natijasini ko'ra boshladilar. Bu hol esa aholining pedagogikaga bo'lgan qiziqishining ortishiga va jismoniy tarbiya nazariy asoslarining ishlanishiga yordam beradi.

Jon Lokk (Angliya), Jan-Jak Russo (Fransiya), Iogann Pestalotsining (Shveysariya) pedagogik qarashlari, XVIII asrning oxiridagi nemis filantroplarining pedagogik tajribasi jismoniy tarbiya nazariyasi va amaliyotining taraqqiy qilishiga katta ta'sir ko'rsatdi.

**Djon Lokk** (1632-1704) ingliz burjua revolyusiyasi davrida ko'zga ko'ringan faylasufi va pedagogi edi. O'sha vaqtlarda ingliz burjuaziyasiga o'z mustamlakachilik imperiyasini kengaytirib borar va metropoliyalaridagina emas, balki chet mamlakatlarda ham faol harakat qilishga qodir bo'lgan, o'z tovarlarini zo'rlik bilan o'tkaza oladigan, zarur bo'lgan taqdirda esa, kam taraqqiy etgan mamlakat xalqlarini bostirishga va o'ziga bo'ysundirishga qodir bo'lgan kishilar kerak edi.

Lokk falsafa va pedagogikada ingliz burjuaziyasi va unga qo'shilgan dvoryanlarning manfaatini ifodalaydi. Lokkning fikricha, tashqi tajriba real mavjud bo'lgan tashqi moddiy dunyo bo'lib, u kishi tomonidan o'z sezgi organlari orqali idrok qilinadi, ichki tajriba esa inson qalbining faoliyatidir. "Bu ikki manba,- deb yozgan edi Lokk,- ya'ni tashqi moddiy narsalar sezgi ob'yektlari sifatida va yurakning ichki faoliyati refleksiya ob'yekti sifatida, menimcha, yagona mohiyatni tashkil etadi; bizning barcha g'oyalarimiz ana shu mohiyatdan boshlanadi". Lokkning refleksiyani bilish manbalaridan biri sifatida e'tirof etishi uning idealizmga yon berganidan, u bilan murosasozlik qilganidan dalolat beradi. Tashqi dunyoni yanada to'laroq va aniqroq sezish uchun odamga ancha mukammallashtirish sezish organlari kerak; Lokkning sezish organlarini o'stirish to'g'risidagi fikri ham shunday kelib chiqqandir.

O'sha vaqtlarda siyosiy va iqtisodiy hukmronlikni qo'lga kiritgan ingliz burjuaziyasining amaliy ehtiyojlari va bilish manbai sifatida sezish organlarini takomillashtirish zarurligi haqidagi falsafiy xulosa Lokk pedagogik qarashlarining va u ilgari surgan jismoniy tarbiya tizimining maydonga kelishiga sharoit yaratdi. Lokk sezish organlarini (sezish, hid bilish, ko'rish, eshitish organlarini) takomillashtirish, harakat organlari (qo'l, oyoq) ni o'stirish. Tanani chiniqtirish, foydali amaliy ko'nikmalar (suzish, otda yurish, eshkak eshish, qilichbozlik, otish) hosil qilish, jismoniy kuchlarni maksimal darajada ishga solish uchun iroda kuchi va

qobiliyatini kamol toptirish zarurligini ishonchli dalillar bilan isbotladi. Bundan tashqari, u chiroyli qiliqlarni, bal raqslarini va tashqi ko‘rinishda “aslzoda”larni oddiy kishilardan ajratib turuvchi boshqa nazokatli alomatlarini o‘rganishni tavsiya qiladi. Uning fikricha, barcha jismoniy tarbiya musobaqa-o‘yin metodlari bilan amalga oshirilishi kerak.

Lokkning sezish organlarini o‘stirish to‘g‘risidagi, odam tanasini chiniqtirish va jismoniy jihatdan tarbiyalash to‘g‘risidagi ta’limoti progressiv ta’limot edi. Bu ta’limot odamdagi ruhiy va jismoniy fazilatlarni ilohiy yo‘nalishi va inson psixikasining jismoniy kuchga bog‘liq emasligi to‘g‘risidagi teologik nazariya kuchli zarba berdi. Shu bilan birga, Lokkning pedagogik qarashlari ingliz burjuaziyasi istaklarining xudbinlik xarakterini, tor sinfiy xarakterini ifodalardi. Lokk o‘z tarbiya sistemasini xalq uchun emas, balki badavlat burjua oilalari va ularga qo‘shilgan dvoryanlarning bolalari uchun mo‘ljalladi. U iqboli baland sinf (burjuaziya) bolalari hayotida har narsaga ulgurishlari uchun tayyor bo‘lishlarini, ularning ingliz xalqi va dunyodagi boshqa mamlakat xalqlari ustidan hukmron bo‘lishga qodir bo‘lishlarini istaydi.

Lokkning pedagogik g‘oyalari o‘sha davrdagi pedagoglar o‘rtasida ommalashgan edi. Bu g‘oyalar ingliz o‘quv yurtlaridagi jismoniy tarbiya tajribasiga katta ta’sir ko‘rsatdi.

**Jan-Jak Russo (1712-1786).** XVIII asrdagi fransuz ma’rifatparvarlari Didro, Galvetsiy, Golbax, Russo va boshqalar inson shaxsining tartib topishida tashqi muhitning hal qiluvchisi roli to‘g‘risidagi ta’limotni taraqqiy ettirdilar. Ular jamiyatning oqilona suratda taraqqiy ettirilishini inson shaxsini yaxshilashning asosiy sharti deb hisobladilar. Bu ta’limot o‘sha vaqtlarda burjuaziyaning buzuvchi g‘ayriy tabiiy feodal tartiblarini bekor qilish uchun olib borgan kurashini nazariy jihatdan asoslashga xizmat qilgan.

Russo insonning tarixiy tajribasi yig‘ilgan bilimlarini o‘zlashtirish yaxshi natija berishini inkor etar va har bir kishining o‘z bilimini o‘z shaxsiy tajribasi asosida hosil qilishi uchun jonbozlik qilardi. Russo pedagogik qarashlaridagi salbiy tomonlardan biri ana shundadir.

Russoning fikricha, inson erkin bo‘lib tug‘iladi, lekin u yo‘rgakdalik chog‘idayoq dastlab o‘z odatlarining qo‘liga, so‘ngra esa jamiyat quliga aylantiriladi. Hech qanday odatlarga ega

bo'lmashlik- eng yaxshi odatdir. Russoning ta'kidlashicha, erkin individual tarbiya insonni ham o'z odatlaridan, ham obro' oldida sajd qilishdan xalos qilishga qodirdir. Russo, kishi hayotining har bir yoshidagi davriga muvofiq keladigan individual tarbiya vazifalari, formalari va metodlari ilgari surilishi kerak, deb hisoblaydi

“Tana jondan ilgari tug'iladi,- deb yozgan Russo,- shuning uchun dastlab tana to'g'risida g'amxo'rlik qilish kerak; bu har ikkala jins uchun ham umumiy bo'lgan tartibdir. Go'dakning tug'ilgan chog'idanoq uning tanasini chiniqtirish to'g'risida g'amxo'rlik qilish kerak, uni havo va suv haroratining o'zgarishlariga odatlantirish va tana holatini, xarakatlarini va hatto, ovqatlanishni biror xil odatlarga ko'niktirmashlik kerak. Umuman, jismoniy tarbiyada Russo quyidagi uch bosqichni ajratib ko'rsatdi, birinchi bosqich tanani chiniqtirish, ikkinchi bosqich tanani chiniqtirish va sezish organlarini o'stirish hamda uchinchi bosqich tanani chiniqtirish, sezish organlarini takomillashtirish hamda harakat malakalari va ko'nikmalari hosil qildirishdan iboratdir.

Russo jismoniy tarbiyani “tabiiy ozod” insonni tarkib toptirishning asosi deb hisoblanadi. Jismoniy tarbiya galdagi aqliy tarbiya, mehnat tarbiyasi va axloqiy tarbiyaning muvaffiqiyatini ta'minlash kerak. Odamning tanasi qanchalik yaxshi chiniqtirilgan, hayot kechirishi har qanday sharoitlarga qanchalik odatlantirilgan bo'lsa, uning sezish organlari va harakat qilish qobiliyati qanchalik yaxshi taraqqiy ettirilgan bo'lsa, u tevarak atrofdagi olamni shunchalik oson bilib oladi va unda yengil hayot kechiradi. Russo jismoniy tarbiyada musobaqa metodini qo'llashni tavsiya qildi.

Russo xalq hayotidan olingan biror buyuk tarixiy voqeaga bag'ishlangan milliy xalq bayramlarining dasturlariga ommaviy sport musobaqalari va o'yinlar kiritishni taklif qildi. Russoning fikricha, bu bayramlar “erkin” mayda hunarmandlarning ko'ngil ochishi, milliy birlashish hamda jamoat shartnomalariga asoslangan aql idrok davlatni mustahkamlashning eng muhim vositalaridan biri bo'lishi kerak edi.

Russo keng xalq ommasini emas, balki mayda burjualarning tarbiyasi to'g'risida g'amxo'rlik qildi. U patriarxal mayda burjua respublikasi tuzishini orzu qildi.

**Iogani Genrix Pestalotssi (1746-1827).** Shveysariyalik doktor oilasida tug'ilgan, buyuk pedagog-demokrat Iogani Pestalotssi xalq

maorif g'oyalarini izchil suratda qo'llab-quvvatladi. U tug'ilib kelayotgan kapitalizm ta'siri ostida qashshoqlashgan dehqonlarga vujudga kelgan kapitalistik fabrikalardagi mehnatga moslashtirish yo'lida yordam berishini istadi. Ayniqsa, u dehqonlarning bolalari va qarovsiz bolalar tarbiyasi to'g'risida g'amxo'rlik qiladi.

Pestalotssi tarbiya asosini odamning tibbiy qobiliyatlarini o'stirishdan, tarbiya maqsadini odamning manaviy qiyofasini tarkib toptirishidan iborat deb biladi. U odam tanasini aql (idrok) va axloq (yurak)ning qo'li deb hisobladi. Bu qo'l (tana) sog'lom va kuchli bo'lsa, o'z vazifasini yaxshi bajarishi mumkin. Shuning uchun tanani (aql va axloq qo'lini) tizimli ravishda chiniqtirib borishi lozim. Buning uchun Pestalotssi bolalarning o'yinlaridan, bolalarning uydagi mehnat jarayonida ishtirok etishidan va bo'g'inlar gimnastikasi elementar kursidan (jismoniy ma'lumot); xalq o'yinlari va hazillaridan tashkil topadigan jismoniy tarbiyani tavsiya qildi.

Pestalotssining fikricha, tana faoliyati harakatlarda namoyon bo'ladi, harakatlar esa bo'g'inlar tuzilishi va harakatlanganligiga bog'likdir. Shu maqsadda Pestalotssi bo'g'inlarning elementar gimnastikasini ishlab chiqdi. Bu gimnastikaning mazmuni odamni har qanday alohida holda kerak bo'ladigan barcha harakatlar qilishga o'rnatishdan iborat edi. Shundan keyin ikki, so'ngra bir necha bo'g'inlarda turli xildagi harakatlarni ayni bir vaqtda bajarish yo'li bilan asta-sekin mashqlarni murakkablashtirib borish nazarda tutilar edi.

Gimnastika murakkab mashqlar kompleksini bajarish bilan tugallanar edi; bunday vaqtda bir vaqtning o'zida, masalan, o'ng qo'l yelkada, tirsak va bilak bo'g'inlarida bir xil harakatlar, chap qo'lning xuddi shunday bo'g'inlarida biror boshqa harakatlar bajarilar edi.

Pestalotssi bo'g'inlarning elementar gimnastikasini o'ziga xos "mehnat malakalari alifbosi" bilan, ya'ni ko'tarish, irg'itish yoki uloqtirish, aylantirish, urish va hokazolar qilishga o'rgatish bilan to'ldirdi. Bo'g'inlar gimnastikasi bilan "mehnat malakalari alifbosi"ning qo'shib olib borishini Pestalotssi odamni jismoniy jihatdan tarbiyalash tizimining asosi deb hisoblaydi. Bu tizim odamning istalgan kasbni muvaffaqiyat bilan egallab olishiga imkon berishi lozim edi.

Bundan keyingi jismoniy kamolot mehnatda, xalq o'yinlarida, tomoshalarida va harbiy ishda ishtirok etishi bilan amalga oshirilishi kerak edi.

Pestalotssi pedagogikaning eng buyuk nazoratchisi va amaliyotchisi edi, lekin uning qarashlari tarixiy jihatdan cheklangan edi. U oddiy xalqni juda sevar, uning ijodiy kuchlariga ishonar edi, ma'rifatli absolyutizm tomonidan haq-huquqidan mahrum etilganlarga yordam berilishini asossiz ravishda umid qildi va uning tomonidan yaratilgan pedagogika "dehqonlarni boshi berk ko'chadan olib chiqishi" mumkin ekanligiga ishonadi. Keyinchalik Pestalotssining bo'g'inlar elementar gimnastikasidan jismoniy tarbiyasidagi turli gimnastika sistemalari va individual gimnastikadagi elementar mashqlarni yaratish vaqtida foydalanilgan edi.

## **2.Jismoniy tarbiya va sport sohasida nazariy bilimlarning rivojlanishi.**

**Yan Amos Komenskiy (1592-1670).** Buyuk slavyan pedagog-demokrati u to'g'ridan-to'g'ri nemis feodallari va katolik cherkovlariga qarshi kurashda qatnashdi. Komenskiy «chex qardoshlari» jamoasi oilasida tug'ildi va o'sdi, keyin esa turli mamlakatlarda pedagog bo'lib ishladi. Ya.A.Komenskiy darsliklar va qo'llanmalar yozdi, bu darsliklar bo'yicha jahondagi juda ko'p davlat bolalari o'qidilar. Komenskiy xalqlar o'rtasida do'stlik va to'g'ri munosabatlarni o'rnatishida tarbiyaga birdan-bir muhim asos deb qaradi. Komenskiyning shaxsan o'zi Angliya, Vengriya, Shvetsiya va Gollandiyada ta'limni, tarbiyani tashkil etishda qatnashdi. 1656-yili Polshaning Leshko shahrida «chex qardoshlari» jamiyati yo'q qilingandan keyin o'zining pedagogik faoliyatini u Amstyerdamda davom ettirdi.

Komenskiy to'rtta yosh davrni aniqlab berdi.: yoshlik (tug'ilgandan to 6 yoshgacha), o'smirlik (6-12 yosh), o'smirlik (12-18 yosh), balog'atga yetganlik (18-24 yosh), maktabni maqsadi va bosqichi, o'rab turgan dunyoni va o'z-o'zini boshqarish va xudoga intilishidir.

Komenskiy, tabiat har bir kishiga ma'naviy kamolot imkoniyatlarini bergan, deb ta'kidladi, shuning uchun ham u umumiy ta'limning zarurligi to'g'risidagi masalani o'rtaga qo'ydi. U ishonch bilan: "Faqat boylar yoki aslzodalarning bolalari uchungina emas,



balki umuman hamma uchun: aslzodalar va aslzoda bo'lmaganlar, boylar va kambag'allar, o'g'il bolalar va qizlar uchun barcha shaharlar, katta qishloqlar va joylarda maktablar barpo qilish kerak",-deb yozdi. Tarbiya masalalarida u demokrat sifatida, o'z davrining chinakam gumanisti sifatida maydonga chiqdi. Komenskiy maktablarni tubdan isloh qilish masalasini o'rta qo'yib, ularni "insoniylik ustaxonalariga" aylantirish lozimligini ta'kidladi. U formal quruq ta'lim metodlarini tanqid qilibgina qolmadi, balki Yangi pedagogika asoslarini ham ishlab chiqdi.

Komenskiy ta'limda ko'rgazmalilik masalasiga katta e'tibor berdi; mashg'ulotlarning sinf-dars formasini taklif qildi. Uning didaktik prinsiplari hozir ham ahamiyatini yo'qotgani yo'q. Komenskiy boshqa gumanistlar singari, jismoniy tarbiya masalalari bilan ko'p shug'ullandi. U inson sog'lig'ining mustahkamlanishi va jismoniy kuchining o'sishi uning ma'naviy kamoloti uchun bevosita shart-sharoit yaratadi, deb hisobladi. U o'yinlar va jismoniy mashqlarni bolalarni axloqiy jihatdan tarbiyalashdagi muhim vositalardan biri sifatida ham baholadi.

Komenskiy o'z sistemasini qadimgi odamlarning obro'yi va tajribasi asosida emas, balki bolalarni o'qitish ishida tarbiyaga muvofiqlik va xalq tajribasi asosida ishlab chiqdi. U tanlab olingan alohida kishilar haqida emas, balki xalq ommasi haqida o'yladi va xalq ommasi uchun juda ko'p ishlar qildi. Komenskiy fikricha, tabiat har bir kishiga ma'naviy kamolot imkoniyatlarini bo'lgan, shu sababdan umumiy ta'lim hamma uchun zaruriydir. Demak, barcha joylarda maktab tashkil qilish va ularda barcha bolalar, jumladan, kambag'allarning farzandlari ham o'qitilish kerak, degan g'oyani oldinga suradi.

Komenskiyning jismoniy tarbiya to'g'risidagi fikrlari faqat XIX asrning yarmidan boshlab Chexoslovakiya maktablarida amalga oshdi. Hozirgi vaqtda Chexoslovakiyada jismoniy tarbiya ishiga rahbarlik qiladigan pedagogika ilmiy-tadqiqot instituti Komenskiy nomi bilan ataladi.

### **3. Filantropinlardagi jismoniy tarbiya.**

**G.Fit (1763-1836-yillar)** Nemis filantropinlari-Yangi yo'lanishdagi maktablar-russiya podshosini maktabni ish reglamantini qat'iy belgilanishiga javobiga paydo bo'ladi. Bular

filantropinlar yoki inson sevar maktablar edi. Filantropinlarning o'quvchilari akademistlar, pedagogistlar va fabulyantlarga bo'linar edi. Akademistlar – aslzodaning bolalari, pedagogistlar-amaldorlarning bolalari va fabulyantlar mehnatkashlarning bolalari edi. O'quvchilarning bunday tartibda bo'linishi shuni ko'rsatadiki, filantropinlar feodal tabaqachilik tartiblariga qarshi kurashmas, balki ularni qo'llab- quvvatlar edi. G.Fitning tashabbusi bo'yicha bu maktablarga majburiy fan sifatida jismoniy tarbiya kiritiladi. G.Fit "jismoniy tarbiya ensiklopediyasi" tajribalari nomli uch tomli kitob yaratdi. Bu kitoblarda Fit o'sha vaqtlarda qadimgi dunyodan va to XIX asrgacha bo'lgan jismoniy tarbiya tarixi ma'lum bo'lgan faktlarni bayon etadi, jismoniy tarbiyaning muhim ekanligini nazariy jihatdan asoslab berishiga harakat qildi, jismoniy mashqlar texnikasini bayon etishi va ularni o'qitish metodikasini bayon etishga harakat qildi.

G.Fitning jismoniy mashqlarni bioximik analiz qilishga uning asaridagi eng muhim masalalardandir. Bundan tashqari, uning har-yili ommaviy ( olimpiya o'yinlariga o'xshash) musobaqalar o'tkazilib turilishi zarurligini asoslashga va bu musobaqalarni o'tkazish tartibini tasvirlab berishga bo'lgan urinishlarini ham ta'kidlab o'tmoq kerak.

Fitning asarlari jismoniy tarbiya praktikasiga unchalik kuchli ta'sir ko'rsatmadi. Uning nazariy fikrlariga o'sha vaqtdagi german voqeligi sharoitlari katta ta'sir ko'rsatdi.

**Iogann Guts-Muts (1795-1839-yillar)** gimnastika haqidagi tushunchaning birinchi bo'lib tasnifini berdi. Uning qayd qilishiga ko'ra, har qanday qo'l mehnat tanani mashq qildiradi, biroq bunday gimnastika bo'laolmaydi, chunki mehnatning maqsadi birorta joyni qurishdan iborat bo'lib, u mashq qilishdan tashqarida bo'ladi, gimnastikaning maqsadi esa-o'z tanasini fazilatlarini oshirish, uni har tomonlama rivojlantirishidan iborat.

Guts-Muts "Yoshlar uchun gimnastika» kitobini yozdi (1713). Bu kitobdan Yevropa davlatlarida keng foydalandilar. Chunki muallif kitobida jismoniy tarbiyaning nazariy va amaliy jihatlari, ayniqsa, mashqlarning aniq tasviri va ularning qo'llanish usullari bilan qo'shib bergan edi. U tasvirlagan gimnastik mashqlar sirasiga kurash, yugurish, sakrash, uloqtirish, iig'itish, suzish, arqon, shoti, langarcho'p bilan sakrash va daraxtlarga osilib-tirmashib chiqishga doir mashqlar hamda qo'l mehnati, o'yinlar kiradi. Jismoniy

tarbiyaning pedagogik nazariyasi bu davrlarda turli xilda mavjud bo'lgan.

Guts-Muts “Yoshlar uchun gimnastika”, “O'spirin va erkaklar uchun texnik mashqlar” kitobi german davlatlarida va Yevropaning boshqa mamlakatlarida bir necha bor nashr etiladi. Bu kitobning ommalashib ketishiga sabab shuki, muallif unda nazariy fikrlarini jismoniy mashqlarning jonli tasviri va ularning qo'llanishi metodikasi bilan birga qo'shib bera olgan. Masalan, u mehnat harakatlari bilan jismoniy mashqlar o'rtasidagi farqi shundan iborat deb biladiki, mehnat harakatlarida odamning g'ayri inson ixtiyoridan chetda bo'lgan buyumlarni yaratishiga, jismoniy mashqlarda esa insonning o'zidagi boyliklarni yaratishiga qaratilgan. Shuning uchun mehnat kishini charchatadi, deb yozgan edi u. Jismoniy mashqlar esa yaxshi kayfiyat va quvnoq kechinmalar hosil qiladi. Lekin yaxshi taqsimlangan qo'l mehnati ma'lum darajada tanani takomillashtirish mumkinligini inkor qilmaslik kerak, ammo qo'l mehnatining o'zi shu maqsadga bo'ysunganligi uchun uning o'zi gimnastikaning bir qismi bo'lib qoladi.

Guts-Mutsning fikricha, gimnastikaning muskullarni mustahkamlashi, qon almashinishini tezlashtirishi, badanni chiniqtirishi, tanadagi ayrim muskullar va a'zolarida epchil, tejamli va foydali harakatlar qilish malakasini o'stirish va sezish organlarini takomillashtirishi lozim: Guts-Muts tasvirlagan gimnastika mashqlari orasida kurashish, yugurish, sakrash, uloqtirish suzish, arqonga, langar cho'p va daraxtlarga tirmashib chiqishga doir mashqlar, shuningdek qo'l mehnati va o'yinlar ko'zga ko'rinarli o'yinni egalladi.

#### **4. Burjua sport – gimnastika tizimining vujudga kelishi.**

Fransuz burjua revolyusiyasidan oldin o'tgan kishilarning g'oyalari daniyalik Frans Naxtegal (1777-1871-yillar)ni jismoniy tarbiya sohasida faol harakat qilishga rag'banlantirdi. 1799-yilda u Daniyada “Jismoniy tarbiyani rag'batlantirish jamiyati” tashkil qildi, 1800-yilda esa gimnastika maktabini tuzdi. Napoleonning bostirib kirish xavfi Daniya hukumatini harbiy tayyorgarlikni kuchaytirishga da'vat etdi, shuning uchun 1807-yili bu hukumat Yangi harbiy o'quv yurtlari tashkil qildi va gimnastikani kadet korpuslariga kiritdi. Gimnastika o'qituvchilari havaskorlik to'garaklarida gimnastikadan

dars beradilar. Maktabning ommaviyligi oshib bordi, shuning uchun u qayta tashkil etib, gimnastika institutiga aylantirildi.

Tayyor gimnastika o'qituvchilarining borligi Daniyadagi grajdan o'quv yurtlarining hammasiga jismoniy tarbiyani majburiy fan sifatida kiritishga imkon berdi (1827-yil). Naxtegal va uning izdoshlari chorak asr davomida Guts-Muts gimnastikasiga doir qo'llanmani aniqladilar va mukamallashtirdilar. 1831-yili Naxtegal qishloq va shahar xalq maktablari uchun maxsus gimnastika darsligi yozdi. Bundan tashqari, u individual gimnastika doir kitob ham yaratildi. Biroq Naxtegal o'zining bu kitoblarida gimnastikaning o'qitish nazariyasi yoki metodikasini ilgari surmadi, balki filantropinlarning metodik ko'rsatmasini ommalashtirdi. Daniya yoshlari maktab gimnastika o'qituvchilari rahbarlik qilayotgan to'garaklarda gimnastika mashqlari bilan shug'ullandilar.

**Robert Ouen** (1771-1858-yillar). Ouen kapitalizmning haqiqiy ziddiyatlarini, sinfiy kurash qonunlarini va burjua jamiyatini ag'darib tashlash yo'llarini ochib bermadi. Ouen sotsial kulfatlarning va mehnatkashlar og'ir ahvolini asosiy sabablarini xalq maorifining yetarli darajada taraqqiy yetmaganligida ko'rdi. U sotsializmga o'tilishini revolyusion bilan emas, balki insoniyat aqli taraqqiyoti bilan bog'ladi; uning fikricha, insoniyat aqli taraqqiyoti erta kech bari bir jamiyatning "ratsional tashkilotini" tushunishiga olib keladi. U kelajakdagi jamiyatni 3 ming kishidan ziyodroq odamni o'z ichiga oladigan o'z- o'zini boshqaruvchi kichikroq jamoalar shaklida tasavvur qili. Har bir jamoa qishloq xo'jalik va sanoat ishlab chiqarishini tashkil qilish kerak edi. Ouen bunday jamoada Yangi odamning tarkib topishiga ishonadi, chunki, uning fikricha, to'g'ri tarbiya va sog'lom muhim odamni ratsional his qilishga va fikr yuritishga o'rgatadi hamda undagi xudbinlikni yo'q qildi.

Shotlandiya ip yigirish fabrikasining rahbari bo'lgan (1800-yil) Ouen o'zining mehnatkashlarini tarbiyalashning Yangi tizimini amalga tadbiq qilishga harakat qildi. Ouen bu fabrikada ishchilarning bolalari uchun maktab ochdi; bu maktabda bolalar unumli mehnat bilan qo'shilgan aqliy mehnat bilan qo'shilgan aqliy ta'lim va jismoniy tarbiya olar edilar. O'yinlar, gimnastika mashqlari va harbiy mashqlar bilan shug'ullanish uchun maxsus maydon qurilgan edi. Bolalarning maktabda ishlashi 10 yoshdan, fabrikada ishlashi 12 yoshidan boshlanar edi. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar (5

yoshdan boshlab) bilan ham o‘yin va jismoniy mashg‘ulotlar o‘tkazilar edi. Kapitalistlar Ouenning tajribalariga xotirjamlik bilan qarab tura olmadilar va ularning fabrikasini iqtisodiy jihatdan bo‘g‘ib qo‘ydilar.

1825-yili Ouen AQSH egalikka asoslangan tajriba koloniyasini (“Yangi garmoniya” ni) tashkil qilishga harakat qildi, Ouen ishchilarining o‘zini bujuaziya jamiyati sharoitida sotsialistik jamoalar tuzishga jalb qilish uchun jiddiy harakat qilgan yagona utopist edi.

Angliya parlamenti 1838-yildan boshlab qisman bo‘lsa ham xalq ta’limini mablag‘ bilan ta’minlab turdi. Mablag‘ni asosan shaxsiy maktablarga berilardi, ularga o‘quv rejasi bilan mos keladigan ertalabki va kechqurungi darslar o‘rtasida jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha mashg‘ulotlarni o‘tkazishni tavsiya qilgan. Elementar maktabni bajarib chiquvchilari orasidan, universitet va kollejlarda ta’lim olishini davom ettirayotganlar rahbarligi ostida dengizdan tashqariga sayrga chiqishga trenirovka qilganlar orasidan otryad va komandalar tuzilgan.

XIX asrning ikkinchi yarmidan boshlab Kembridji va Oksoford unversitetlarda xalq uchun ko‘rgazmali sport chiqishlari va ommaviy ravishda maruzalar o‘tkazilardi, bu esa 5-12 yoshli bolalarni o‘rgatishiga majburiy ravishda kiritishga imkon beradi, shu asosda jismoniy tarbiya elementlari amalga oshiriladi.

XIX asrning o‘rtalarida Buyuk Britaniya burjuaziya havasokrlik sport assosatsiyasi sport 18 ta turdan musobaqa o‘tkazila boshladi. Qo‘l jangi va kurash, masalan, bular ko‘pchilik xalqlar orasida keng tarqalgan edi, biroq sport turi sifatida angliyaliklar orasida ommalashdi. Ular 1719-yilni rasmiy ravishda boksni tarixining boshlanishi deb hisoblaydilar. 1741-yili mashhur bokschi Brouton o‘yin qoidalarini yozdi. Ana shu qoida bo‘yicha yuz-yildan oshiq vaqt ichida eng kuchli bokschilar orasida musobaqalar o‘tkazilib kelindi, 1866-yilga kelib Kuinsberg boks bo‘yicha xalqaro musobaqalarni qoidasini takomillashtiradi. Xuddi shunga o‘xshash xaraktyerdagi o‘zgarishlar boshqa sport turlari uchun ham bo‘ldi.



Shimoliy Amerikadagi elementar va oʻrta shaxsiy maktablarda jismoniy tarbiya 1775-1783-yillardagi mustaqillik urushida kolonistlarning gʻalabasiga qadar kiritilgan edi. 1852-yili Massachusetts shtatida boshlangʻich taʼlim boʻyicha umumiy majburiy qonun qabul qilindi, bunga qarshi grajdanlar urushi-yillarida janubiy – irqchilar jon-jahdi bilan kurashdilar. Siyosiy-ijtimoiy jihatdan qayta qurilishlarning choʻzilib ketishiga imkon beradi va negrlar, indeyslar va meksikaliklardan kelib chiqqan amerikaliklarning ochiqdan-ochiq kamsitishlari hozirgi vaqtgacha saqlanib kelmoqda. Umumiy majburiy taʼlim toʻgʻrisida Qonunning barcha shtatlarda qabul qilinganiga yuz-yildan oshib ketganiga qaramasdan, 1975-yilda negrlarni oʻgʻil va qizlaridan faqatgina 30 % oʻrta maktabni tugatdilar.

1860-yilda Amxersta universitetida jismoniy tarbiya va gigiyena kafedrasiga asos solindi. Keyinchalik shunga oʻxshash kafedralar qariyb jahonning barcha oliy oʻquv yurtlarida tashkil qilindi. AQSH – basketbol, voleybol va boshqa sport turlarining vatani hisoblanadi. Biroq AQSH federal davlati tomonidan bolalar va oʻsmirlarning oʻrtasida jismoniy tarbiya sporti rivojlantirishga 1959-yilgachan harajat qilinmadi. Musobaqani tashkil etish va oʻtkazish, xavaskorlik assotsiatsiyalari tashabbusi bilan amalga oshirib kelindi.





Germaniya, Daniya, Shvetsiya, Fransiya va boshqa Yevropa kontenital davlatlarida tarbiyaga gimnastika katta rol ajratilgan va o'sha davrda jismoniy tarbiya va sportni barcha arsenal vositasi gimnastika deb aytilgan. Napoleon armiyasi tomonidan Germaniyani bosib olgan davrda fransiyaliklarni hukmronligi davrida ularga qarshi qurollanganlarni tashkil qilish uchun sirli uyushma va sport gimnastika jamiyatidan tashkil qilinadi. 1810-yilning yozida Karl Frizen tamonidan chet elliklarni hukmronligiga qarshilik ko'rsatadigan qonuniy shaklda birlashgan kuchni tashkil etadi bu xavaskorlik gimnastika to'garagi. K.Fizen Nakolenga qarshi ozadlik uchun kurashda halok bo'ldi, biroq Germaniyani Yangi shakldagi vatanparvarlik ruhi bilan sug'orilgan kuch birlashmasini milliy ozodlik harakatini qatnashchisi F.Yan tamonidan foydalanilgan.

**Fridrix Yanni** 1778-1852-yillar "Nemis xalqchiligi" kitobida jismoniy tarbiya va sport sohasidagi pedagogika qarashlarida ifoda qiladi. Fridrix Yan gimnastika yordami bilan o'rmondagi yalanglikda (hozirgi Berlindagi Yan nomidagi parkda) gimnastika shaharchasini qurdi, bu yerda shunday qasamyod qiladiki, gimnastika Prusslarni dushmani do'stlari haqida xabar qiladilar. Fridrix Yanni amaliy mashg'ulotlar o'rtasida germaniyalik-ritsarlarni ko'klarga ko'tarishda millatchilikni tashviqot-targ'ibot qilish uchun foydalandi.

Fridrix Yan Germaniyani Napoleon armiyasidan ozod qilingandan keyin hamma yerda gimnastika maydonlarni jihozlashga chaqirdi-harbiy mashq o'tkaziladigan maydon, katta yoshdagi aholi

uchun pullik tir, qayiqlar bekati va fextovaniya zallari qurdilar. Fridrix Yan va E.Eyzlenlar “Nemislarni gimnastika san’ati” kitobida gimnastika asbob-anjomlarida harakatlarni o’rgatish usullari va bir qator metodik tavsiyanomalarni yozadilar. Fridrix Yan fikri bo’yicha musobaqani eng yuqori shakli, turnerlik harakati bu tabaqa bo’yicha tashkil qilingan nemis quroli sharafiga bayramdir ya’ni zadagonlar, burjuaziya, dehqon va ishchi orasidagi bayramdir.

Fridrix Yanni harbiylashtirish jismoniy tarbiyasi harbiylashtirish toji (cho’qqisi) – bu aholi o’rtasida erkaklarni barcha harbiy xizmatga layoqatlarini jangovor tayyorgarligini namoyish qilishdan iborat. Taraqqiyparvar nemis pedagoglari va jamoat arboblari jismoniy tarbiya uchun qarshi chiqdilar, ular F.Yanni josuslikda aybladilar.

Biroq Germaniyaning janubiy-g’arbidagi yerda gimnastika tashkilotini ichki reaksiyasiga kurashish chog’ida asta-sekin aylanabordi, buni tanasida Prusslarni yunkyerlar hukumatlari turardi. Karl Follen (1796-1840) turner-Respublikachilarni boshqardi, bu Germaniyaning birlashtirishga jonbozlik ko’rsatdi. Germaniyaning ko’pchilik turnyerlari feodal reaksiyani taqibi ostida chet elga ketishiga majbur bo’ldilar va chet elda nemislarni gimnastikasini ommalashtirdi. 1842-yilga kelib gimnastika harakatlarini taqiqlashi bekor qilindi va har bir yoshdagi o’quvchi yoshlar uchun metodik talabni taqdim qiladigan. G.Egerni jismoniy tarbiya tizimsini ommalashtirdi.

Gimnastika pedagogikasini rivojlanishiga hissa qo’shgan Adolf Shpiss (1810-1858-yillar), bir necha-yil davomida Shveysariya maktablarida ishladi va o’zining to’rt qismdan iborat bo’lgan. “Gimnastika san’ati to’g’risidagi ta’limot” nomli asarini nashrga tayyorladi. P.F.Lesgaftni tarifi bo’yicha maktabdagi gimnastika mashqlarini o’qitish qoidasini aniqlab berdi. Dars tartib nomeri, ya’ni sof va gimnastika qayta saflanishlar bilan boshlanadi, keyin esa erkin umumiy rivojlantiruvchi mashqlar o’tkaziladi. Bu yerda Shpies ilgari Pestolassi va Fit tomonidan tavsiya etilgan elementlar mashqlardan foydalanadi va o’zining ham huddi shunday tipdagi bir qancha mashqlarini ishlab chiqdi. Bu mashqlarni yo’nalishi va maqsadishug’ullanuvchilarning organizmini apparatlarda kombinatsiyani bajarishiga tayyorlaydi ya’ni gimnastika asbob-anjomda harakatini o’rganishi uchun optimal imkoniyat yaratdi. Nemis tilida dars



o'tkazilayotgan F.Yan va E.Eyzelenni maktabida udaburonlik san'ati A.Shpisni "Turikdist" ini ommalashtirdi.

Nemis gimnastikasidagi jismoniy mashqlarni o'quvchilar organizimga ta'sir etishi hisobga olinmagan, biroq ular murakkabligi bo'yicha to'rtinchi bosqichga ajratilgan bo'ladi. Darsning oxirida, darsni boshlanishidagidek qayta saflanishilar o'tkaziladi, u o'sha vaqtda harbiy-taktik (chiziqlar) tayyorgarlikni bajrishiga to'g'ri keladi. Shpis barcha mashqlarni qiyinligi jihatidan uchta bosh yo'nalishini aniqladi: F.Yan va E.Eyzelenni asbob-anjom kasbiy gimnastikasi; b) A.Shpissni ko'r-ko'rona qattiq intizomga asoslangan gimnastika; v) G. Egerni sport-amaliy gimnastikasi.

### **Frans Naxtegal (1777-1847-yillar)**

Fransuz burjua revolyusiyasidan oldin o'tgan kishilarning g'oyalari daniyalik Frans Naxtegal (1777-1847-yillar)ni jismoniy sohasida aktiv harakat qilishda rag'batlantirdi. 1799-yilda u Daniyada "Jismoniy tarbiya rag'batlantirish jamiyati" tashkil qildi, 1800-yilda esa gimnastika maktabini tuzdi. Napoleonning bostirib kirish xavfi Daniya hukumatini harbiy tayyorgarlikni kuchaytirishga da'vat etdi shuning uchun 1807-yili bu hukumat Yangi harbiy o'quv yurtlari tashkil qildi va gimnastikani kadet korpuslariga kiritdi. Gimnastika o'qituvchilari maktabini bitirib chiquvchilar armiyada va o'quvchilarning havaskorlik to'garaklarida gimnastikadan dars berdilar. Maktabning ommaviyligi oshib bordi, shuning uchun u qayta tashkil etilib, gimnastika institutiga aylantirildi.

Tayyor gimnastika o'qituvchilarning borligi Daniyadagi fuqaro o'quv yurtlarining hammasiga jismoniy tarbiyani majburiy fan sifatida kiritishda imkon berdi. Naxtegal va uning izdoshlari chorak asr davomida Guts-Muts gimnastikaga doir qo'lanmani aniqladilar va shahar xalq maktablari uchun maxsus gimnastikaga doir kitob ham yaratdi. Biroq Naxtegal o'zining bu kitoblarida gimnastikani o'qitish nazariyasi yoki metodikasini ilgari surmadi, balki filantropinglarning metodik ko'rsatmasini ommalashtirdi va Daniya sharoitlariga moslashtirdi. Daniya yoshlari maktab gimnastika o'qituvchilari rahbarlik qilayotgan to'garaklarda gimnastika mashqlari bilan shug'ullandilar.

Frans Naxtegalning ish tajribasini chet tili, qilichbozlik o'qituvchisi va Shvetsiyalik mifolog Per Ling (1776-1839-yillar) takomillashtirdi, u bir qator Yevropa davlatlarida jismoniy tarbiyaning

tashkil qilinishi bilan tanishib chiqib, Shvetsiyada aqlga (maqsadga) muvofiq – gimnastika maktabini yaratadi. 1813-yili Ling Stokgolmda gimnastika institutini tashkil qildi, u hozirgi paytgacha Qirolga qarashli deb aytiladi. Bu yerda u gimnastikani o'qita boshladi. Per Ling shuni ko'rsatib o'tdiki, harbiy gimnastikani tashkil qilish bo'yicha qilingan ishlardan tashqari, pedagogika, tibbiyot va estetik aqlga (maqsadga) muvofiq gimnastika maktabi sohasida tadqiqot ishlarini olib borish juda zarur degan edi. Per Linni o'quvchilari uni o'g'li Yalmar Ling (1820-1886-yillar) boshchiligida pedagogika gimnastikasini takomillashtirdilar. Pedagogika gimnastikasida gimnastika skameykasida, yakka cho'pda, devorda, bajariladigan mashqlardan, shuningdek chang'i, qonki, otda va qayiqda harakatli o'ynilarda o'quvchilarni mehnat harakatida musobaqalarda keng foydalanildi.

Gimnastika asbob-anjomlarida mashqlarni bajarishdagi zo'riqishdan keyin shug'ullanuvchilarni chalg'itish maqsadida harakatli o'yinlar va ko'l mehnatini o'tkazilardi. Shu bilan bog'liq bo'lgan shved gimnastika darsi 12-18 qismdan iborat bo'lar edi. Darsning bunday murakkab sxemasi hech bir jihatdan oqlanmagan edi.

Dars jarayonida, ayniqsa harakatni boshlashdan oldin, hozirgi vaqtgacha o'zini rolini yo'qotmagan dastlabki holatga katta ahamiyat beriladi. Qo'l va oyoqni qat'iy simmetrik harakatini har bir harakatdan keyin pauza qilib tezda to'pni to'g'ri chiziq va burchak bo'ylab to'xtash bilan (qo'llar yon tomonga o'zatilgan, qo'llar ko'krak oldida, oyoqlar elka kengligida va b.q) harakat har doim dastlabki holatdan bajarilishini tavsiya qilingan. Mushak guruhlari bo'yicha jismoniy mashqlarni tasifi va gavdani barcha qismlarini har tamonlama rivojlanishida shved gimnastikasini yaxshi reklamani tashkil qiladi, bu esa dunyodagi ko'pchilik mamlakatlarga tarqalgan edi.

**Per Ling (1776-1839-yillar)** Shvetsiyada ham jismoniy tarbiyani yo'lga qo'yish ishi xuddi Daniyadagidek o'xshash edi. Farqi shunda ediki, shvedlar filantroninlarning ko'rsatmalariga emas, balki o'zlarining vatandoshi Per Ling tomonidan yaratilgan gimnastikaga tayandilar.

1813-yili Ling Stogolmda gimnastika instituti (u hozir ham Qirol instituti deb ataladi) tashkil qildi, bu yerda o'z gimnastikasini o'qita boshladi. Ling gimnastikaning to'rt turini harbiy gimnastikani,

pedagogika gimnastikasini, shifobaxsh gimnastikani va estetik gimnastikani ajratdi, lekin harbiy gimnastika yaratish ustida ish olib bordi. Atto Shved pedagogini gimnastikasi yaratilgan vaqtda ham, Ling bu gimnastikani harbiy gimnastikaga tayyorlovchi qism sifatida tan oldi va uni maktablarning kichik va oʻrta sinflardagina oʻqitish uchun tavsiya qildi. Shved shifobaxsh gimnastikasi pedagogika gimnastikasini toʻldirar va oʻz prinsipi jihatidan undan hech bir faqr qilmas edi, chunki pedagogika gimnastikasining oʻzi gigeina xarakteriga ega edi. Estetika gimnastikasi esa oʻsha vaqtlarda Ling tomonidan ishlab chiqilmagan edi.

Pedagogika gimnastikasini Per Lingning oʻgʻli Yalmer Ling (1820-1886-yillar) boshchiligida uni oʻquvchilari ishlab chiqdi va takomillashtirdilar. Pedagogik gimnastikani devorchasi skameykasi yakka choʻpda va hokazolarda shuningdek changʻida, konkida, otda, qayiqda harakatli oʻyinlarda va oʻquvchilarning mehnat harakatida kengroq foydalandilar. Harakatli oʻyinlar va qoʻl mehnati gimnastikani asbob-anjomlarida zoʻriqishdan keyin shugʻullanuvchilarning chalgʻishi maqsadida oʻtkazilardi. Shu bilan birga Shved gimnastika darsi 12-18 qismdan iborat boʻlar edi. Darsning har bir qismida tananining biror qismiga taʼsir qilishi yoki unidan oldingi zoʻr kuch bilan bajarilgan mashqlardan chalgʻitish nazarda tutilardi. Keyinchalik yuklamani darslarda “egri” chiziq deb ataladigan siniq chiziq shaklida tasavirlay boshladilar: bu chiziq soʻngi chorakka oshirish tendensiyasiga ega edi, soʻngra boshlangʻich nuqtaga qadar keskin pasayib ketar edi.

Dars jarayonida, ayniqsa harakatlantiruvchi harakatni boshlanishi oldidan hozirgidek oʻz rolini yoʻqotmagan, dastlabki holatlar qoʻllar, oyoqlar va gavda uchun turli – tuman boʻlgan. Ularning koʻpchilik qismi foydali boʻlib bizning kunlarimizgacha saqlanib qolgan; masalan, “qoʻllar koʻkrakka qoʻyilsin”, “qoʻllar yoki balandligida koʻtarilsin”, “qoʻllar ensaga qoʻyilsin”, “qoʻllar yon tomonga uzatilsin”, “oyoqlar elka kengligida qoʻyilsin”, “bir oyoq yon tomonga qoʻyilsin” mashqlarning dastlabki holati. Shved gimnastikasining mashqlari juda haqli ravishda, mashqlarning toʻgʻri bajarilishi koʻproq dastlabki holatni toʻgʻri tanlashga bogʻliq, deb hisoblaydilar.

Koʻpgina tibbiyot xodimlari va pedagoglar masalaning mohiyatini anglamasdan, gimnastika mualiflarining soʻziga ishonib

Shved gimnastikasini ilmiy jihatdan asoslangan gimnastika, deb keldilar. P.F.Lesgaft birinchi bo'lib bu sistemani keskin tanqid qilib, unda hech qanday ilmiy asosining yo'qligini isbotladi. Gimnastika mualliflarining anatomiyadan keltirgan ayrim dalillari noto'g'ri bo'lib chiqdi. Shved pedagogika gimnastikasi emas edi, chunki uni hech qanday ta'lim tarbiyaviy asosi yo'q edi. Uning metodikasida markaziy nerv tizimi e'tiborga olinmas edi va chidamlilik, epchillik, harakatlarning chaqqonligi, shuningdek, jasurlik, dadillik, talabchanlik singari eng muhim fazilatlar tarbiyalash nazarda tutilmas edi.

Fransiyada revolyusiya-yillarda tarbiyani Yangi tizimsini loyihalari tashkil etildi. O'smirlar guruhlarini tashkiliy ravishda harbiy mashqlar va gimnastika, o'yinlari bilan shug'ullanganlar Napoleon davrida yoshlar komandalari maktab batalonlariga aylantirilgan bo'lib, hukumat tomonidan qo'llab-quvvatlanar edi. Fransiya burjuaziyasi kelib chiqishi Ispaniyalik Fransisko Amorosni shaxsiy gimnastika maktabini ochilishini qo'llab-quvvatladilar.

**Fransisko Amoros** (1770-1848-yillar) ni hukumat tomonidan tomonidan inspektor-metodist qilib tayinlandi. U Parijda harakatdagi va hozirgi vaqtda sport markazi deb ataladigan "Harbiy gimnastika tartib". "Jismoniy, gimnastika va axloqiy tarbiya bo'yicha boshqarishni" hukumatga tasdiqlashga taqdim qildi.

Amorosning "jismoniy, gimnastika va axloqiy" tarbiyaga doir qo'llanma nomli kitobi mukofotga taqdim etilgan va oliy ta'lim soveti tomonidan Fransiyadagi barcha maktablarning kutubxonalari uchun tavsiya qilingan edi.

Elementar jismoniy mashqlar, Amorosning fikricha, "o'qishni o'rganish vaqtida harflar qanday rol o'ynasa, gimnastikada ham xuddi shunday rol o'ynaydi". Bu mashqlar odamning barcha qobiliyatlarini o'stirish uchun zarur bo'lgan asoslarni yaratishi lozim Amoros ko'krak qafasining taraqqiy ettirishiga alohida ahamiyat berdi. "O'z muskullarini chiniqtirib, o'pkasini taraqqiy ettirmagan kishi", - deb yozgan edi. U mutloq chidamli hisoblanmaydi, balki bir tekisda uzoq vaqt va chuqur nafas olish qobiliyatini o'stirgan kishi chidamli hisoblanadi.

Amoros jismoniy tarbiya vositalari bo'yicha gimnastikani grajdan gimnastikasiga, harbiy gimnastikaga, davolash gimnastikasiga va sahna (artistlar) gimnastikasiga ajratdi. Metodik

ko'rsatmalar esa gimnastikaning barcha turlarida o'zgarmasligicha qolar edi.

Amoros jismoniy tarbiya pedagoglarning tashabbus va ijodini cheklab qo'ymadi. U o'sha vaqtlarda ma'lum bo'lgan eng qimmatli jismoniy mashqlarni o'n besh guruhga ajratdi. Har bir pedagog uning o'quvchilariga to'g'ri keladigan mashqlarini tanlab olishi mumkin edi. Pedagog o'z o'quvchilarining ularning o'rganishi qiyin bo'lgan mashqlar bilan shug'ullantirishga va ularda kam rivojlangan sifatlarni mukammallashtirishga yordam beradigan mashq mashg'ulotini rag'batlantirishga yo'l ko'rsatishi lozim edi. U har bir mashg'ulotning qiziqarli o'tishi to'g'risida g'amxo'rlik qilishi kerak edi. Bu qisman har bir mashqni egallash texnikasining musobaqa metodi yo'li bilan erishilar edi. Tibiiy-amaliy gimnastika jismoniy tarbiya taraqqiyoti tizimini yaratishida jiddiy o'rinish bo'ldi. Bu gimnastika xalq ta'limi ilg'or loyhalarini ham esidan chiqarmagan fransuz burjuaziyasining kamroq qismi manfaatlariga muvofiq kelar edi. Biroq burjuaziyaning bu qismi hech qanday ta'sirga ega emas edi va Amoros rejalarining amalga oshirilishiga yordam bera olmas edi.

**Yangi zamonning ikkinchi davrida chet mamlakatlarida jismoniy tarbiya va sport.** 1871-yildagi Parij kommunasi yangi zamonning ikkinchi davrini boshlab berdi. Parij kommunasidan keyin ilg'or kapitalistik mamlakatlar proletariyatining siyosiy hokimyat uchun kurashga tayyor ekanligi ma'lum bo'ldi. Endilikda kapitalistik tuzumi ishlab chiqarish kuchlari va jamiyat madaniy hayotining taraqqiy etishiga to'sqinlik qila boshladi. "Ozod" deb atalmish kapitalizmi o'sib, asta-sekin, imperalizmga aylana boshladi. Ko'pgina mamlakatlarda kapitalistik industrlashtirish jarayoni yuz berdi. Osiyo, Afrika va boshqa qitalarning katta teritoriyalari yirik kapitalistik davlatlari o'rtasida taqsimlandi. Keng xalq ommasining qashshoqlanishi kuchaydi. Ishchilar sinfi son jihatidan o'sib bordi.

Bu davrda ko'pchilik kapitalistik mamlakatlarda ishchilar harakati keng quloch yoza boshladi. Shu bilan birga ishchilar sport tashkilotlarining taraqqiy etishi uchun ham qulay sharoitlar vujudga keldi. XIX asr oxiri va XX asr boshlarida kapitalizm o'z taraqqiyotining imperalistik bosqichiga uzil kesil o'tdi.

Burjuaziya jahonning turli mamlakatlarida ayniqsa Yevropada burjua millatchiligi ruhida tarbiyali, yarim harbiy, yarim sport tashkilotlarini vujudga keltirishga kirisha boshladi. Masalan, XX

boshlaridayoq dastlabki Angliyada, ko‘p o‘tmay boshqa mamlakatlarda boyskautlar (razvedkachi bolalar) otryadlari paydo bo‘ldi. Fransiya yigitlar batalonlari tuzildi. Rossiya esa “erman” otryadlar maydonga keldi.

Chex yoshlarini barlashtirishning asosiy shakli 1862-yilda tashkil topgan “Sokol” gimnastika jamiyati bo‘lib qoldi. Jamiyat tashkilotlarining soni jadal o‘tib bordi.

“Sokol” gimnastikaning muallifi, gimnastika mashqlarining asosiy texnikalari va metodlarini ishlab chiqqan filosofiya va estetika professori Miroslav Tirosh (1832-1884-yillar).

1871-yilga kelib, Chexiyada allaqachon 130 “ Sokol ” jamiyati bor edi va xuddi shu nom bilan maxsus jurnal chiqarilar edi. Jamiyatda chex burjuaziyasi jismoniy tarbiyasining milliy tizimsi tarkib topib, “Sokol” gimnastikasi deb atala boshladi. Bu gimnastika ayrim jihatlari bilan nemis gimnastikasini eslatar edi, chunki uning asosiy vositalari gimnastika asbob-anjomlarini qo‘llanishi bilan bog‘liq bo‘lgan mashqlardan iborat edi. Xuddi nemis gimnastikasi singari bunda ham mashqlarning kishi organizmiga bo‘lgan ta‘siriga emas, balki harakatlar shakliga asosiy e‘tibor berilar edi. “Sokol” gimnastikasining mualliflari o‘z o‘quvchilarini bir xil mashqlarning o‘zini o‘n martalab bajarishga majbur qilmasdan, gimnastika mashqlarning murakkab va chiroyli kombinatsiyalarni ishlab chiqdilar. Hozirgi sport gimnastikasi ham xuddi ana shu “Sokol” gimnastikasidan o‘tib chiqqan. Chexlar harakatlarning, qayta safga turishlarning va hatto kiyimlarning go‘zalligiga g‘oyat katta ahamiyat berar edilar. Har qanday noto‘g‘ri harakat bekor qilinardi. Gavda va oyoqlarning nozik, aniq va tashqi ko‘rinishidan go‘zal holatlarigina amalda qo‘llanlar edi. Gimnastikaning juda ham chiroyli qilish uchun har xil buyumlardan: tayoqlar, sharflar, qadimiy qurol turlari (nayzalar, qalqonlar, gurzilar) va hokazolardan foydalanar edi.

Turnik, parallel bruslar, konda bajariladigan mashqlar, shuningdek erkin mashqlar va musiqaga jo‘r bo‘lib, buyumlar yordamida bajariladigan, mashqlar, akrobatika mashqlari ayniqsa o‘ylab ishlab chiqilgan edi. Barcha mashqlar to‘rt guruhga bo‘linar edi: 1) asbob-anjomsiz bajariladigan mashqlar va hokozalar; 2) asbob-anjomlar bilan bajariladigan mashqlar ya‘ni buyumlar yordamida bajariladigan mashqlar; 3) Guruh bo‘lib bajariladigan mashqlar

piramidalar uchishlar va hakoza; 4) Harbiy mashqlar, qilichbozlik. kurashish. Mushlashishda qo'llaniladigan mashqlar.

Darsda mashqlar sof tashqi xususiyatlarga qarab vaqtlar bo'yicha taqsimlanar edi, avval tartibli mashqlar ya'ni saflanish mashqlari, so'ngra esa erkin mashqlar, undan keyin asbob-anjomlarda bajarilar edi. Asbob-anjomlarda bajariladigan mashqlarni o'rganish vaqtida shug'ullanuvchi o'quvchilar guruhlariga bo'linib, keyin bir – biri bilan o'rin almashtirar edi. Nihoyat, guruh bo'lib bajariladigan mashqlar o'rgatilar edi. Kiyimlarning bir xilda bo'lishi va mashqlarning turli xilda ko'rinish mashg'ulot ko'rinishini ancha ko'rkam va chiroyli qilar edi.

Sport va sport o'yinlarining Yangi burjua idealogi, ingliz faylasufi va pedagogi Spenser (1820-1903-yillar) edi. Spenser pedagogikada inson o'z-o'zini himoya qilish istagini taraqqiy ettirish, o'zining minini qaror toptirish va o'z urug'ini himoya qilish zarurligini birinchi rivojga surdi. Spenserning fikricha, jismoniy tarbiya burjuaziya bolalari uchun boshqa kishilar bilan raqobatlashish, kurashish malakasini hosil qilishga imkon berishi kerak edi. Bolalarni kelajakdagi kurash uchun axloqiy jihatidagina emas, jihatdan ham tayyorlash kerak, deb yozgan edi u, chunki urushdagina emas, balki turmushda ham yaxshi jismoniy tayyorgarlik natijasidagi muvaffaqiyatga erishi mumkin emish. Mehnatkashlarning bolalari uchun esa u bolalarning kapitalistik korxonalarda yaxshi ishlashi uchun yordam beradigan jismoniy tarbiyani tavsiya etdi. Spenser ko'proq sport va o'yinlar bilan shug'ulanishni tavsiya qiladi. Gimnastikaning u bunday holda foydasi yo'q deb hisoblaydi.

Nemis faylasuf – xayolparast reaksioneri Fridrix Nisshe (1844-1900-yillar) mehnatkashlarga qarshi va dushmanlik qilish jismoniy kuchni mahd qilish va kuch qo'llash nuqtai nazardan qaraydi. U har xil yo'llar bilan xalq ommasini ekspluatatsiya qilishini va harbiy bosqinchilikda ayibsizligini oqlardi. Fridrix Nisshe "odamning qo'lidan kelmaydigan", yuqori tabaqalaridan tarbiyalash, irqni ustinligi nazariyasini ilgari surdi. U armiyani toza asl ariylardan (nemislardan) gimnastika mashqlar, ayollarni jismoniy rivojlanishi maqsadga muvofiq bo'lgan, sog'lom ota-onalarni sunniy tanlab olish yordamida tuzishni taklif qiladi.

G.Spenser va F.Nissheni falsafiy va pedagogik g'oyalari va kapitalizm boshqa vakillari, ko'proq burjuaziya sport gimnastika harakatini faoliyati yo'nalishini va mazmunini aniqlab beradi.

XIX asrning 70-yillarigacha vujudga kelgan gimnastika tizimi bilan taqqoslaganda ko'proq fransuz gimnastikasini tobora o'sib borishi taraqqiy parvarlari Jorj Demeni (185-1917-yillar) va Jorj Eberaliar (1875- 1957-yillar) bilan bog'liqdir. J.Eber o'zini jismoniy tarbiyasini "tibbiy metodi" qo'llanmasida "yovvoyi odamlarni" zamonaviy odamlardan ustunligini, go'yoki ularda tibbiy harakatni boy xazinasi borligini asoslab berdi. Shu bilan birga Eber "Kuchlar kodeksi"ni taklif qiladi, unda asosiy tibbiy harakatini sakkizta guruhiga tayangan: yugurish, sakrash, uloqtirish, otish, suzish, og'irlikni ko'tarish, himoya va hujum, Eberni gimnastikadagi tibbiy harakatni harbiy-amaliy mashqlari keng foydalanilgan, u esa askarlarni tayyorlashda jismoniy tarbiyani, tibbiy metodlarini o'quv yurishlarida, armiya va flotdan tarqaldi. Eber shuningdek jismoniy mashqlarni turlari bo'yicha qatnashganlarni baholashni etti balli shaklini o'rnatdi. U sport iqtisodligiga qarshi chiqdi va chaqiriq qachon yoshlarni jismoniy tayyorgarligini aniqlanishi uchun kompleks musobaqa o'tkazishni taklif qildi. Eberni jismoniy tarbiyani tibbiyot metodi yoshlarni harbiy – amaliy tayyorgarligini talablariga mos keladi. eber askarlarni, kuchli va epchil egiluvchan va chidamli, tez va tejamkvorlik bilan harakat qilishga qodir, miltlik, qilich, to'ponchani dadil tuta oladigan qilib tarbiyalashga harakat qildi. Biroq, ilmiy asosga mos kelmasligi tufayli Eberni jismoniy tarbiyani tibbiy metodi jismoniy tarbiya vositasini sog'lomlashtirishga yo'naltirilgangiga qarshi chiqadi, ayniqsa inson organizmini o'sish davrida.

Jorj Demeni 1880-yili o'spirinlar va qizlar uchun maqsadga muvofiq gimnastika klub tashkil qildi. O'spirinlar uchun Demeni maqsadga muvofiq gimnastikasini maqsadi. Eberni "Kuchlar kodeksi" va jismoniy tarbiyani tibbiy metodlarini maqsadi va meyoriy ko'rsatmalaridan hech qanday farqi yo'q edi. Biroq shu bilan birga Demenining gimnastikasi sog'lomlashtirish vazifasini hal etardi va sport mashqlarini har bir turida ko'proq xili bo'lardi. Darsga qizlar uchun juft – juft, guruh bo'lib raqs qadamlari va bo'lavelar, metallar bilan bajariladigan mashqlar bajarilgan. Bir qator Yevropa davlatlarida jismoniy mashqlar mashg'ulotini o'tkazish metodikasini



o'rganib, Demeni shunday xulosaga keldiki jismoniy tarbiya va sportni haddan tashqari sunniy vositalaridan voz kechdi, ayniqsa shvedlar metodi bo'yicha o'zini klubidagi amaliy faoliyatdan keyin, Demeni birinchi jahon urush-yillarida o'z tizimi ustida ishlashni tugatdi. Demeni gimnastika mashqlar mukammaligining quyidagi belgilarini ko'rsatib o'tdi.

1. Mashqlar turg'un emas, balki serharakat bo'lishi kerak.

Mashqlarning asosiy belgisi- holat emas, harakatdir. Harakat tezligi massaga teskari proparsional, ya'ni qo'llar harakati bir muncha tezroq , oyoqlarni sekinroq bo'lishi lozim. Gavda harakati yanada sekinlik bilan bajarilishi kerak.

2. Harakatlarning tugallangan tebranish kengligi mashqlarning bajarilishida zarur shartidir. Harakatlar tugallanmasdan turib sun'iy ravishda to'xtatilmasligi kerak. Agar muskullarning bir guruhi to'liq qisqarguncha taranglashsa, unga qarama-qarshi muskullar to'liq uzaytirilgan bo'lishi lozim.

3. Harakatlar shakli jihatidan silliq bo'lishi ammo eski gimnastika tizimlarida qabul qilinganidek o'tkir burchaklar va to'g'ri chiziq ko'rinishda bo'lmasligi kerak. Harakatlar yo'nalishi turli-tuman bo'lgani maqul.

4. Mashqlar bajarilayotgan paytda ishtirok etmayotgan muskullar bo'shashgan bo'lishi kerak. Bu charchashlik darajasini kamaytiradi va ortiqcha harakatlar qilmaslikka o'rgatadi.

Harakatlarni o'rganishni oddiylardan boshlash zarur. Dastlabki gavdaning ayrim qismlari uchun bir – biriga bog'liq bo'lmagan mashqlar alohida – alohida bajariladi. (qo'l panjasi, bilan, boldir, oyoq, gavda) so'ngra gavda ayrim qismlari: harakatini birgalikda bajarilishi kerak (ikki qo'l; qo'llar va gavda; qo'l va oyoqlar) va nihoyat, ularni gavda o'zgarishilari bilan birga, ya'ni yurish, yugurish va sakrash holatida (masalan, qo'llarni aylantirib yugurish va shu kabilar) bajarish lozim.

Shunga oid gimnastika mashqlari sport mashqlari oldida tayyorgarlik rolini bajaradi. Sport mashqlarida gimnastikaning ortiqcha harakatlar qilmasligi prinsipi qo'llanishi kerak. Demenning sport mashqlari ham o'z mohiyati bilan gimnastika mashqlari. Ammo umr murakkabroq mashqlar edi. Agar yosh yigit tayyorlovchi gimnastika mashqlari vositasida asta-sekin murakkablashib boruvchi harakatlarni o'rganib oladigan bo'lsa unda sport mashqlarida bu

harakatlarni murakkab faoliyat jarayonlaridayoq bajaradigan bo‘ladi, - degan edi. P.F.Lesgaft.

Demeni sport mashqlarini yetti xilga bo‘lgan edi. Bular yugurish; yugurish, sakrash, tirmashish, og‘irlik ko‘tarish va kurashish, irg‘itish yoki uloqtirish, himoyalash va hamla qilish. Bu turdagi har bir mashq turi ko‘rinishga ega edi (maslan turgan joyda sakrash, oldindan orqaga yoki tomonlarga siljitib sakrash, yugurib kelib sakrash). Binobarin, Demeni sport mashqlari uchun gimnastika metodini qo‘llanib, sportni gimnastika singdirib yuborgan edi. Bunda sportning xarakterli xususiyatlari va uning ijobiy tamonlari yo‘qolib ketgan edi.

Demeni mashg‘ulotlar o‘tkazish uchun o‘zi ishlab chiqqan darslarni shartli tasvirini taklif etadi. Bu shartli tasvir etti qismdan iborat bo‘ladi. Har bir qismda mashqlarni bajarishdan ko‘zda tutilgan maqsad va unga erishish uchun bir necha vosita taklif qilinar edi. Demeni tizimi burjua gimnastika tizimsiga xos vazifalarni hal qilish imkonini berar edi. Garchi o‘sha vaqtda Demen gimnastikasi ilmiy jihatidan asoslangan tizimlaridan bir bo‘lsada, biroq amalda kam qo‘llaniladi.

### **Mavzuni o‘zlashtirish uchun savollar**

1. Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risidagi nazariy bilimlarini rivojlanishi haqida nimalar bilasiz?
2. Burjua sport gimnastika tizimini vujudga kelishi to‘g‘risida ma’lumot bering?
3. Pestolossining fikricha, tana faoliyati harakatlarda namoyon bo‘ldi harakatlar esa bo‘g‘inlar tuzilishi va harakatlanganligiga bog‘liqdir degan g‘oyasi bor bunga izoh bering?
4. 4.G.Fitni tabiri bo‘yicha gimnastikaga shunday mashqlarni qo‘shish zarurki, u salomatlikni saqlaydi, mushak kuchini oshiradi, tanani chiroyli shaklda rivojlantiradi, aniq va ishchi bilan harakat qiladi degan fikrlariga ma’lumot bering?
5. Gimnastikaning milliy tizimlari haqida tushuncha bering?
6. Guts – Mutsni gimnastika maktabini tashkil etish sabablari nimada edi?
7. Yangi zamonning ikkinchi yarmida chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya va sport qanday rivoj topdi?
8. Sport- va sport o‘yinlarini tashkil etilishi?

9. Spenser va Nisseni falsafiy va pedagogik g'oyalarida jismoniy tarbiya to'g'risida nimalar yozilgan?
10. Jorj Demeni gimnastika klublarini kimlar uchun tashkil etgan?
11. Sportning taraqqiyotishi va xalqaro sport uyushmalarini tashkil etilish to'g'risida ma'lumot bering?
12. Xalqaro Olimpiya qo'mitasini tashkil etilishi
13. Xalqaro kongressni maqsad vazifalari nimalardan iborat?

**Talabalarni mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar**

**Quyidagi mavzular asosida reja tuzing va o'z fikr-mulohazalaringizni bildiring “ Mustaqil ish” yozing.**

1. Yan Amos Komenskiy (1592-1670)
2. Djon Lokk (1632-1704)
3. Jan-Jak Russo (1712-17786).
4. Nogani Genrix Pestalossi (1746-1827
5. G.Fit (1763-1836-yillar)
6. Guts – Muts (1795-1839-yillar)
7. Burjua sport – gimnastika tizimining vujudga kelishi.
8. Per Ling (1776-1839-yillar
9. Sport va sport o'yinlarining Yangi burjua idealogi
10. Jorj Demeni 1880-yili o'spirinlar va qizlar uchun maqsadga muvofiq gimnastika klub tashkil qilinishi
11. XIX asrning 70-yillarigacha vujudga kelgan gimnastika tizimsi
12. Xalqaro olimpiyada komitetining faoliyati sportning yanada taraqqiy etishi
13. 1896-yilda Gretsiyani Afina shahrida 1 olimpiyada o'yinlari
14. Sport va sport o'yinlarining Yangi burjua

**Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar
2. Xo'jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O'qituvchi” 1993 y.

**Qo'shimcha adabiyotlar:**

1. Xo'jaev F. O'zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.
2. Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

3 . David C. Watt Sports management and administration  
© 1998 David C. Watt 11 pg.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **XALQ QO‘SHINLARINING HARBIY VA JISMONIY TAYYORGARLIGI**

### **REJA:**

1. Jaloliddin Manguberdi Xorazm shohlar davlatining so‘nggi hukumdori
2. Amir Temurning harbiy jismoniy tayyorgarligi.
3. Zahiriddin Muhammad Boburning harbiy qo‘shini

### **1. Jaloliddin Manguberdi Xorazm shohlar davlatining so‘nggi hukumdori**

To‘liq ismi Jaloliddin ibn Alovuddin Muhammad (1198-1231-yillarda) Xorazm shohlar davlatining so‘nggi hukumdori (1220-1231 y.) mohir sarkarda Jaloliddin hoji (ma-k) bo‘lgani uchun Manguberdi nomi bilan atalgan. Keyinchalik bu nom talaffuzda o‘zgarib “Manguberdi” nomi bilan mashhur bo‘lib ketgan.

Jaloliddin Manguberdi otasining harbiy yurishlarida ishtirok etib, o‘zining jasur jangchi, iqtidorli sarkardalik qobiliyatlarini namoyish etgan.

Jaloliddin qorachadan kelgan, o‘rta bo‘yli, turk lafzli odam edi. Fors tilini ham yaxshi bilardi. Uning botirligiga kelganda shuni aytish kerakki, qaddi-qomati kelishgan kuchli, baquvvat, zabardast, sulton arslonlar orasidagi eng kuchli sher edi. Bir so‘zli, kek saqlamaydigan,

ochiq ko'ngil to'g'ri odam edi. U jiddiy shaxs edi, hech qachon qo'rqmasdi. Juda nari borsa jilmayib qo'yardi. U adolatsizliklarni yomon ko'rardi. Jaloliddin o'ta qatiyatli, nihoyatda irodali, murakkab vaziyatlarda, taqdirning qaltis sinovlarida o'zini yo'qotib qo'ymaydigan favqulotda mard va botir sarkarda edi.

Jaloliddin Manguberdi – o'zbek xalqi tarixidagi ulug' shaxslardan biridir. Mo'g'ul bosqinchilariga qarshi ko'rsatgan bemisl jasorati va murosasiz kurashi tufayli u buyuk vatanparvar va milliy qahramon sifatida butun Sharqda dong taratdi. Jaloliddinning hayoti nihoyatda qiyin va murakkab sharoitda kechdi, mo'g'ullarning to'xtovsiz hujumlari, tayziqi va tahlikasi ostida bo'lishiga qaramay otasi sulton Alovuddin Muhammad tomonidan boy berilgan, barbod bo'lgan Xorazmshohlar imperiyasini mamlakatning janubiy-g'arbiy qismida Yangidan barpo etadi va vatan mustaqilligini saqlab qolish uchun o'n bir-yil mobaynida bosqinchilarga qarshi matonat bilan kurashda, aql bovar qilmas qahramonliklar ko'rsatdi.

Chingizxon bo'yida turgan Jaloliddinga etib oladi va uning qo'shinlarini o'rab oladi. Shu paytda Jaloliddin daryo yoqasida turgan onasi va haramidagi xotin-qizlarni mo'g'ullar qo'lga tushmasliklari uchun daryoga tashlattirdi. Ular daryoga g'arq bo'ldilar. Jaloliddin mo'g'ullar xalqini tobora siqib kelayotgan va qutulish chorasi qolmagan bir lahzada oti bilan daryoga tik tashlab narigi sohilga suzib o'tdi. Joni omon qolgan Xorazmliklar ham unga ergashdilar.

Jaloliddinning jasorati va qahramonligiga qoyil qolgan Chingizxon o'z hayratini yashirishda ojiz qoldi va "Bir otaning ana shunday o'g'li bo'lishi lozim" dedi.

Jaloliddin vaqtida armiyani tashkil etgan unsurlarga qator o'zgartirishlar kiritilgan:

Turkiylarda qadimdan mavjud an'anaga ko'ra qo'shin o'ng va so'l qanotlarga ajratilgan. Xorazmshohlar davrida qo'shinga oid boshqaruv ishlari bilan buyuk devonning bo'lim – devoni arz shug'ullangan. Davlat xazinasidan olingan mablag'lar va ularning sarf to'g'risidagi barcha yozuvlar shu devonda saqlangan. Xorazmshohlar zamonida ham ikkita tizimi bor edi. Qo'shinda xizmat qilgan harbiylarning hammasi ma'lum qiymatdagi ikkitalarga ega bo'lishgan. Xususan katta, kichik sarkardalar, qo'mondonlar bor edi. Katta ikkitalar hukumdorlarning marhammatiga muvofiq kamayishi yoki yana yiriklashishi mumkin edi. Kichik ikkitalar bo'lsa

o'zgarmagan. Ular ota meros edi. Ikkita egalari chaqirilgan zahoti o'z amirlari qanoti ostiga to'planishar va yurish tugagach, yana o'z yurtlariga qaytib ketishardi. Xorazmshohlar Yangi bir ulkani zabt etgach u yerdagi yerlar darhol ikkitalarga bo'linib, mansabdorlar o'rtasida taqsimlanar va devoni arz daftariga qayd qilinar edi.

Jaloliddin maydon va muqobil janglarda o'z qo'shinini an'anaviy bir shaklda, ya'ni o'ng markaz va sul qanoti saflangan. Markazga uning o'zi qo'mondonlik qilgan. Markaz odatda gvardiya qo'shinlaridan iborat edi. O'ng va sul qanotlarga xon, malik, amirlar qo'mondonlik qilishardi. O'ng va sul qanotlar har holda viloyat qo'shinlaridan tashkil topar edi.

Jaloliddin maydon janglarida ham, muqobil janglarda ham pistirma qo'yish usullaridan foydalangan.

### **Amir Temur (1336 -1405-yillar)**

To'liq ismi Amir Temur ibn Tarag'ay ibn Amir Barqul. Amir Temur 1336-yilning 9-aprelida o'sha paytlarda Kesh (Shaxrisabz)ga qarashli Xoja Ilg'or (bu xalqlar xozir Yakkabog' tumaniga qaraydi) qishlog'ida tavallud topgan. Otasi Amir Tarag'ay o'ziga to'q badavlat kishi edi. (1405.18.02 O'tror shahri Samarqanda dafn etilgan.)

Amir Temur o'zining ilk harbiy faoliyatini qo'l ostidagi navkarlari bilan ayrim viloyat amirlariga xizmat qilishdan boshlagan; ularning o'zaro kurashlarida qatnashib jasorat ko'rsatgan, janglarda chiniqqanlar, harbiy mahoratini oshirgan. Dong'i butun Qashqadaryo vohasiga yoyilgan. Amir Temurning aqlu zakovati, shijoati va shuhrati uni Movaraunnahrning nufuzli amirlaridan amir Xizr Yassavuriy va amir Kozog'iy bilan yaqinlashtirdi.

Shundan kelib chiqqan holda Temurning asosiy va sodiq tayanchi uning qo'shinlari edi. Temur qo'shinlari o'z davrida butun Osiyoda eng qudratli armiya hisoblanar edi.

Temur va uning lashkar boshilari jangchilarning jismoniy chiniqqan, baquvvat va epchil bo'lishi muhimligini yaxshi tushunardilar, juda ko'p harbiy yurishlar taqdirini jangchilarning mahorati va jasorati hal qilar edi.

Shu bois Amir Temur askarlar tanlashda quyidagilarga e'tibor berar edi. Qo'shin tuzib, navkar olmoqda uch qoidaga amal qildim: birinchidan - yigitning kuch – quvvatiga, ikkinchidan – qilichni o'ynata olishiga, uchinchidan – aql – zakovatiga, kamolatiga e'tibor qildim. Shu fazilatlar jamul-jam bo'lsa, navkarlik xizmatiga oldim.

Negaki kuch – quvvatli yigit har qanday qiyinchiliklarga, azobu uqubatlarga chidamli bo‘ladi, qilich o‘ynata oladigan kishi raqibini mag‘lub eta oladi, oqil navkar har joyda aql–idroknini ishga solib, mashg‘ulotni daf etmog‘i mumkin.

Amir Temur davridagi jangovor san‘at haqida gapirib “1000 askar” deyilishini quyidagicha tushuntiradi: Bu jangovor san‘atning ming xil usuli bo‘lib, bir uslubini bilgan kishi “bir askarlik”, ikki uslubini bilgan kishi “ikki askarlik” deyiladi. Demak bu san‘atning mingdan ortiq uslublari mavjud bo‘lib, barcha uslublarni bilgan kishi 1000 askarli kishi hisoblanadi, deydi.

Bu san‘atni o‘rganishga ko‘p vaqt talab qilingan. Biroq zarurat tug‘ilganda ayrim usullarni tez o‘rgatishgan ekan. Chunonchi, Amir Temur askarlari ko‘p-yillik safarga jo‘nab ketishdan oldin ayollariga oddiy o‘qlovlardan jangovor sifatida qanday foydalanishni sanoqli kunlarda o‘rgatishgan ekan. Natijada, oddiy o‘qlov ayollar qo‘lida “Sehrli tayoqcha”ga – jangovor qurollarga aylangan.

Aynan xalq o‘yinlari orqali “1000 askar” elementlari bolalar o‘yinlarida ham munosib joy olgan. Misol uchun “Oshiq” o‘yini o‘yin o‘laylik. Agar oshiq tova holida kolsa, tizzada turishgan. Bularning barchasi “1000 askar” san‘atidagi gimnastik harakatlar deyish mumkin. Bundan tashqari, “askar-askar” o‘yini bolalarni bevosita shu jangovor san‘atga tayyorlagan.

Amir Temur jismoniy mashq va mashg‘ulotlar orqali mardlik, epchillik, chidamlilik, sifatlarini o‘zida ham askarlarida ham birdek mukammal tarbiyalab borgan va u amalda sinalgan xususan Ona Vatanni mo‘g‘ullar istilosidan ozod etishda qo‘l kelgan, jabrdiyda xalqni arosatdan olib chiqqan ro‘shnolik bergan ulug‘ insondir.

Ma’lumki, Temurning asosiy va sodiq tayanchi uning qo‘shinlari edi. Temur qo‘shinlari o‘z davrida butun Osiyoda eng qudratli armiya hisoblanardi.

### **Zahiriddin Muhammad Bobur, (1483-1530-yillar)**

Zahiriddin Muhammad Boburni, asli, polvonlar avlodidan desa bo‘ladi. Uning katta bobolari – Sohibqiron Amir Temur, uning o‘g‘li Mironshoh ham, Sulton Muhammad Mirzo, Sulton Abu Said Mirzo ham jismoniy baquvvat, otni musht bilan urganda dovdiratadigan darajada kuchli va polvon kishilar bo‘lgan manbalarda ma’lum.

Boburning otasi Umarshayx Mirzo polvon kelbatli, jismoniy jihatda juda baquvvat yigit bo'lgan. "Boburnomada" ta'riflanishicha, uning mushtiga bironta bahodir chidash berolmasdi. Belbog'ni bog'lab bo'lganlaridan keyin chuqur nafas olganida esa belbog'i uzilib ketar edi.



O'n ikki yoshida Farg'ona taxtiga o'tirgan Zahridin Muhammad Bobur ham o'sha polvon kelbatli kishilar zotidan bo'lgani uchun bolaligidanoq nihoyatda sog'lom, binobarin shox tabiatli, epchil, chaqqon, kuchli, zabardast yigit bo'lib o'sdi.

Boburga kichikligidanoq yugurish, otda chopish, chavg'on o'ynash o'rgatildi. U otda turib to'p surardi, tengqurlari bilan kurashga tushardi. Ammo u bolalik va o'smirlik gashtini uzoq surolmadi. Otaning bevaqt o'limi uni vorisiy taxtga o'tkazdi.

Boburning qizi Gulbadanbegim "Humoyunnoma" asarida quyidagi ma'lumotni keltiradi: Bobur Hindistonda Agra shahrini egallagach, xursandchilikdan bo'lsa kerak, qal'a devoriga chiqib, ikki yigitni ikki qo'ltig'ida dast ko'tarib, devor ustida yugurgan. Yigitlar, masalan: o'rtacha 75 kilogrammdan bo'lsa, demak, 150 kilogramm yukni ko'tarib, devor ustida yugurish uncha – muncha polvonning qo'lidan kelmasligi aniq.

Boburning o'zi jismoniy tomondan baquvvat bo'lgani uchun ham doimo bahodir yigitlarni xush ko'rardi. Shuning uchun ham askarlarini jismoniy tayyorgarligiga ko'proq e'tibor qaratilgan. Askarlar o'rtasida kurash tushish, kamondan o'q otish, uloq, ot chopish, ot ustida kurashish mashqlari ko'proq berilgan.

Sportning eng og'ir va xatarli turlaridan bo'lgan alpinizm ham O'rta Osiyoliklarga qadimdan ma'lum.

Kishidan umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikni, epchillik, jasurlik, chidamlilikni, uddaburonlikni talab qiluvchi alpinizmning ko'p shakllari O'rta Osiyoda shakllangan. Jumladan O'rta Osiyoning, Hindistonning, Afg'onistonning ko'plab past-baland tog'laridan oshib o'tgan Boburning mohir va mashhur alpinizm bo'lganligi haqida uning "Boburnoma" asaridagi ma'lumotlar dalolat beradi. Bobur va



uning askarlari Qobulga borish uchun yaqin yo‘l tashlamoqchi bo‘lib, Qosimbek degan odamni gapi bilan Hinduqush tog‘lari orqali yuradilar.

Kishidan umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlikni, epchillik, jasurlik, chidamlilikni, uddaburonlikni talab qiluvchi alpinizmning ko‘p shakllari O‘rta Osiyoda shakllangan. Jumladan O‘rta Osiyoning, Qushiy degan g‘orga etib kelishadi. Hamma, shu jumladan Bobur ham, qo‘liga kurak olib o‘ziga boshpana-g‘or qazishga kirishadi: “Qo‘limga kurak olib, qor kurab o‘zimga joynomoz miqdori er yasadim, qorni ko‘ksimgacha qazidim xanuz erga etmaydur edi. Xorin elga panoh bo‘ldi. O‘sha g‘orda o‘ltirdim, yigitlarim: katta g‘orga keling, deb har necha dedilarkim, bormadim. Ko‘ngilga keldi: barcha kishilarim qorda va buronda kosayu, men issiq uyda va istiroxatda yotamanmi, dalada barcha odamlar tashvish va mashaqqatda yursalaru, men katta g‘or ichida uyqu bilan farog‘atda yotamanmi? Bu nomardlik bo‘lar edi, bu hamjihatlikdan yiroq ishdir. Men har tashvish mashaqqat bo‘lsa ko‘rayin, har nechuk el toqat qilib tursa turayin, bir fors maqoli bor: do‘stlar bilan birga o‘lsang – to‘ydir. U shundoq bo‘ronda o‘zim qozib yasagan qor chuqurda ultirdim deb yozgandi.

Suvda suzish mashqlari ham har bir O‘rta Osiyolik jangchi uchun majburiy edi. Bu “Oynoma”, “Sayohatnoma” asarlarida qayd etib o‘tilgan. Bobur ham “Boburnoma” asarida o‘zining mohir suzuvchi bo‘lganligini shunday eslaydi: o‘sha kuni men Gang daryosini suzib o‘tdim va uning u chekkasidan bu chekkasigacha necha qadam ekanligini hisoblab chikdim. O‘ttiz qadam masofaga so‘zib borgan ekanman. Shu ondayoq dam o‘tmay YAna ketimga suzib, o‘z joyimga qaytib keldim. Men hamma daryolarni suzib o‘tgan edim, faqat Gang daryosi qolgan edi.”

Shunday qilib Bobur Mirzo 1526-yilning aprelida Hindistonni zabt etib, boburiylar saltanatiga asos soldi va shu tariqa temuriylar sulolasini Hindiston zaminida davom ettirdi.

Boburning sportga qiziqqanligi bir yorqin misol. To‘y tomoshalarda, sayllarda Bobur turli o‘yinlar uyushtirar edi va polvonlarning kurashlarini tashkil qilar edi. Bunday marosimlar Qobilda ham, Hindistonda ham tez-tez o‘tkazilgan.

Bobur Hindistonga borgach, 1528-1529-yillari mamlakat bo‘ylab sayohat-safarlar qilgani ma‘lum. Ana shu safarlari chog‘ida o‘zi bilan ayrim polvonlarni ham olib yurgan va kechki dam olish

paytlarida daryo bo'ylarida ko'ngil ochar marosimlar tashkil qilgan. (ungacha allaqachon chog'ir ichishni man etish xaqida maxsus farmon elon qilgan edi). Bu tantanalar kurash tomoshalarisiz o'tmasdi.

Boburning Sodiq polvon va Qo'lol polvon degan kurashchilari bo'lgan. Qayerda kurash musobaqasi uyushtirilsa Bobur ularni boshqa polvonlar bilan kurashga tushirgan. 1527-yil martida Ganga qo'yiladigan Jo'n daryosi bo'ylab sayohat chog'ida Bobur odamlari tushgan kemala xushhavo degan qishloqda to'xtaydi. Qishloq daryo tomoniga chodirlar tiqilib, shu yerda bir kecha qolishadi. Shohona suhbatlar uyushtirib, yoyilganidan so'ng polvonlar kurashi boshlanadi. Sodiq polvon va Quvlol polvonlar o'zaro do'st bo'lib, hech qachon bir-biri bilan kurashga tushmagan edi. O'sha kuni Bobur, hazil-mutoyiba qilibmi yoki boshqa polvonlar yo'qligidanmi, ikkovini maydonga tushiradi.

Kurash Farg'ona usulida: Chopon keyilgan va belbog' bog'langan, ammo belbog'lar ikki qavat uzilib ketmasligi kerak-da. Sodiq polvon astoydil olishadi, Qulol polvon esa faqat uning harakatiga qarshilik ko'rsatadi, xolos. Odamlar esa undan "Hujum" kutib, "Ha-ha" deb qichqirmoqda. Olishuv anchagina davom etadi. Nihoyat Sodiq polvon raqibini dast ko'tarib yonboshga tashladi. Atrofda esa qichqiriq ovozlari. Bobur o'tirgan joyida tizzisiga urib, Sodiqni olqishlamokda edi. zavqlanganidan uni oldiga chaqirib, o'n ming tanga pul, bir bir ot va bosh-oyoq sarmo mukofot beradi. Boburning odilligi shundaki, mag'lubga ham uch ming tanga pul, bir chopon hadya qildi va yelkasiga qoqib qo'ydi.

Xullas yuqorida bayon etilganlardan ma'lum bo'ladiki, Zahiriddin Muhammad Bobur jismoniy mashq mashg'ulotlari va kurash orqali mardlik, jasurlik, botirlik, epchillik, chidamlilik sifatlarini o'zida ham askarlarida ham birdek mukammal tarbiyalab borgan.

### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar
2. Xo'jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **QADIMGI AJDODLARIMIZ YASHAGAN DAVRLARDA JISMONIY TARBIYA**

### **REJA:**

1. Maxmud Qoshq'ariy Ta'lim va tarbiyaga doir asarlarda jismoniy tarbiya masalalari
2. Abu Rayxon Beruniyning "Qadimgi xalqlardan qolgan yodg'orliklar" asari to'g'risida ma'lumotlar.
3. Alisher Navoyi asarlarida o'yinlarning ahamiyati.
4. Abu Ali ibn Sino badantarbiya haqida mulohazasi.

### **Maxmud Qoshq'ariy Ta'lim va tarbiyaga doir asarlarda jismoniy tarbiya masalalari**

XII asrda yashab ijod etgan Maxmud Qoshq'ariy nomi bilan mashxur bo'lgan vatandoshimiz Maxmud Ibn Muhammad Qoshg'ariy bundan 900-yil ilgari qadimgi turkman, o'g'uzlar, yagmolar, qirg'iz xalqlarining shaharu qo'rg'onlarini, qishlog'u yaylovlarini kezib chiqib, ularning So'z va atamalari to'g'risida lug'at – qomus tuzish niyati bilan turkiy urug'larning so'zlarini to'plabdi. Olim turli xil so'z manolarini o'rgandi, ularni muayyan bir tartibga, solib "Devonu Lug'atit - turk", ya'ni turkiy so'zlar devonini qariyb olti-yil davomida yozdi. Bu devonda Turkistondan to Termiz shahrigacha va Kaspiy Orol sohillaridan Tyan-Shan tog'i etaklarigacha bo'lgan hududda yashagan xalqlar ota - bobolarining tarixi, o'lkamiz geografiyasi, urug', qabila, elatlarning til xususiyatlarini yozma va og'zaki adabiyotining ko'chmanchi tuyaqushlar, yilqichilar, cho'ponlar, o'troq Dehqonlar, bog'bon va kosiblarining tirikchilik usullari, so'z

talaffuzlari va turli soʻz atamalarini oʻz davriga nisbatan mukammal va aqlan lol qoldiradigan darajada zukkolik bilan oʻrganib chikdi.

Maxmud Qoshqʻariy oʻzining “Devonu Lugʻatit - turk” asarida suvda choʻmilish, suv kechish, suvda quvish, shoʻngʻish musobaqalari Oʻrta Osiyo elatlari oʻrtasida keng tarqalganligi toʻgʻrisida maʼlumotlar beradi.

Maxmud Qoshqʻariy devonining yana bir muhim xususiyati shundaki, yuqorida taʼkidlab koʻrsatilgan sohalardan tashqari, oʻnda xalq oʻyinlarining 150 ga yaqin turlari tilga olinadi va shundan 20 ga yaqin oʻyinlarga tarif beriladi. Olim oʻyin turlari, oʻyinlarning bola va kattalarning yosh xususiyatlariga nisbatan taqsimoti, mashgʻulot, musobaqa turlarini bayon qiladi. Maxmud Qoshqʻariy bayonida oʻyinlar nafaqat jismoniy, balki aqliy mashgʻulotlarga ham boʻlinadiki, ular diqqat bilan oʻrganilishga loyiq. Biz devondan hozirgi sportning (agar shunday atama bilan atash joiz boʻlsa) deyarli koʻp sohasi, shu jumladan kurash ham oʻsha davrlarda, yaʼni XII asrda mavjudligini bilib olamiz.

Oʻrta Osiyoda uy hayvonlarini oʻrgatishda, otdan ulov sifatida, mehnatni yengillashtiruvchi vosita sifatida eng qadim vaqtlardan foydalanib kelingan. Shuning uchun Oʻrta Osiyo xalqlarini ot (uy hayvoni, ulov) siz tasavvur qilishi qiyin. Binobarin xalqning koʻp udumlarida toʻy tomoshalari, “Qiz quvdi”, “Yetib ol”, “Uloq” kabi oʻyin tomoshalarida ot doimo ular hamrohi boʻlib kelgan. Shuningdek, otda yurib ov qilish, ot ustida turib kamon tortish, ot ustida kurash tushish, ot poygasi, koʻp kari singari oʻyinlar Oʻrta Osiyo xalqlari orasida eng qadimdan paydo boʻlgan va ular takomillashib, keyinchalik boshqa xalqlar oʻrtasida ham keng tarqalgan deb qarash haqiqatga yaqinrokdir. Chunonchi, Oʻrta Osiyo xalqlarining harakatdagi milliy oʻyinlarining koʻpchiligi ot bilan amalga oshirilgan. Demak, yaxshi chavandoz, mohir mergan, kuchli pahlavon, alp bahodir degan tushunchalar ham mana shunday, millat oʻyinlar natijasi oʻlaroq yuzaga kelgan, deyish mumkin. Shuning uchun xalqimiz oʻrtasida keng rivojlangan oʻyinlaridan biri – kurashdir.

### **Abu Rayxon Beruniy (973-1048)**

Oʻrta Osiyo, jumladan Oʻzbekiston hududida yashovchi xalqlarning bayramlarini oʻrganishda X-XI asrlarda yashagan buyuk qomusiy olim Abu Rayxon Beruniyning “Qadimgi xalqlardan qolgan

yodgorliklar” asari muhim rol o‘ynaydi. Beruniy o‘zining bu asarida qadimiy eronitlar, xorazmiylar, sug‘diylar, rumliklar, yaxudiylar, suriyaliklar, xristianlar, hindlar va boshqalarning kamidordagi mashhur kunlar, hayitlar, milliy o‘yinlar va odatlar haqida tarixiy-madaniy ahamiyatga ega bo‘lgan bebaho fikrlar qoldirgan. Biz uchun eng muhimi shundaki, u O‘rta Osiyo, jumladan Xorazm va Sug‘d xalqlarining islomgacha bo‘lgan-yillik bayramlarda o‘tkaziladigan o‘yinlar xaqida qiziqarli ma’lumotlar beradi.

Beruniy bergan ma’lumotlarga qaraganda, sug‘diylarda Xorazmliklar bayrami (hayit) da o‘tkaziladigan tadbir va o‘yinlar haqida alohida-alohida to‘xtalib hamda ta’kidlaydi, qiziqarli materiallarni bayon qilgan. Masalan: Beruniy Xorazmliklar hayitini ikkiga bo‘lgan:

1. Tabiiy voqealarga bag‘ishlanganlari,-yil boshi bayrami (Navro‘z), ochilish bayrami, gulxanda isinish bayrami, yoki non yopish kuni, mini kechasi va hokazolar.

2. Diniy marosimlar (islomgacha bo‘lgan davrda) arvohlar uchun qabrlarga ovqat qo‘yadigan kun va boshqalar.

Ma’lumki miloddan, ilgari Eron, Sug‘d va Xorazmda zardushtiylik kamidoridan foydalanilgan.-yilning har fasli har oyining o‘z bayramlari va mashxur kunlari bo‘lgan. Masalan: farvardin mox – yoz boshi, tir mox – kuz boshi, mehr mox – qish boshi, diy mox – bahor boshi edi. Ularning oylari ichida to‘rt faslga qarab ishlatiladigan (hayit) kunlari bor edi; - deydi Beruniy.

O‘rta asrlarda “Navro‘z bayrami” yanada rivojlanib, ommaviy tus oldi, bu bayram xaqida deyarli barcha o‘sha davrning allomalari so‘z yuritadi. O‘rta asr va keyingi davrlarda “Navro‘zning” xalq turmushi va manaviy hayotidagi mavqeyi, fayz tarovati, fazilat va xosiyati haqida qomusiy bilim egalari Abu Rayxon Beruniy, Firdavsiy, Maxmud Qoshg‘ariy, Umar Xayyom, Alisher Navoiy, Fayzi Fayoziy, Muhammadali Soib, Mirzo Bedil, Kolim Koshoniy, Furqat, Muqimiy, Sadriddin Ayniy va Hamza kabilar ajoyib fikr mulohazalar bildirganlar, go‘zal shyerlar bitganlar. “Navro‘z”ni Beruniy “Navro‘z olamini boshlanishi” desa, Firdavsiy “Navro‘z bayramlar shoni” deydi.

### **Mavzuni o‘zlashtirish uchun savollar:**

1 .Xalq qo‘shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligiga izoh bering?

2 Qadimgi ajdodlarimizning jismoniy tarbiyaga qo‘shgan hissalarini to‘g‘risida ma’lumot bering?

3. Buyuk sarkarda Amir Temurning harbiy jismoniy tayyorgarligini asosiy g‘oyasi nimalardan iborat edi?

4. Zahiriddin Muhammad Boburning jismoniy tarbiyaga qo‘shgan hissasi to‘g‘risida tushuncha bering?

5. Eng Yangi zamonda jismoniy tarbiyani rivojlanishida o‘z fikr mulohazalaringizni bildirining?

6. Boburning qizi Gulbadanbegim “Humoyunnoma” asarida ma’lumot bering?

7. Alisher Navoiy ijodida ham shatranj mavzusida o‘ziga xos o‘rniga ma’lumot bering?

### **Talabalarni mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar.**

Quyidagi mavzular asosida reja tuzing va o‘z fikr-mulohazalaringizni bildiring “Mustaqil ish” yozing.

1. Abu Ali ibn Sinoning badantarbiya haqida mulohazasi.

2. Xalq qo‘shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi



O‘rta Osiyo, jumladan O‘zbekiston hududida yashovchi xalqlarning bayramlarini o‘rganishda X-XI asrlarda yashagan buyuk qomusiy olim Abu Rayhon Beruniyning “Qadimgi xalqlardan qolgan yodg‘orliklar” asari muhim rol o‘ynaydi. Beruniy o‘zining bu asarida qadimiy eronitlar, xorazmiylar, sug‘diylar, rumliklar, yaxudiylar, suriyaliklar, xristianlar, hindlar va

boshqalarning mashhur kunlar, hayitlar, milliy o‘yinlar va odatlar xaqida tarixiy-madaniy ahamiyatga ega bo‘lgan bebaho fikrlar qoldirgan. Biz uchun eng muhimi shundaki, u O‘rta Osiyo, jumladan Xorazm va Sug‘d xalqlarining islomgacha bo‘lgan-yillik kamidar bayramlari va bayramlarda o‘tkaziladigan o‘yinlar xaqida qiziqarli ma’lumotlar beradi.

Beruniy bergan ma'lumotlarga qaraganda, sug'diylarda Xorazmliklar bayrami (hayit) da o'tkaziladigan tadbir va o'yinlar xaqida alohida-alohida to'xtalib hamda ta'kidlaydi, qiziqarli materiallarni bayon qilgan. Masalan: Beruniy Xorazmliklar hayitini ikkiga bo'lgan:

1. Tabiiy voqealarga bag'ishlanganlari,-yil boshi bayrami (navro'z), ochilish bayrami, gulxanda isinish bayrami, yoki non yopish kuni, mini kechasi va hokazolar.

2. Diniy marosimlar (islomgacha bo'lgan davrda) arvohlar uchun qabrlarga ovqat qo'yadigan kun va boshqalar.

### **Alisher Navoiy (1441-1501-yillar)**

Navoiy odamlarga istak bildirib: "Har tuning qadr ulubon, har kunning o'lsun navro'z" desa, Sadriddin Ayniy: "Navro'zda tabiat jonlanibgina qolmay, inson tabiati ham uyg'onar edi" deydi.

O'rta asrda xozir O'zbekiston hududining turli joylarida "Navro'z" o'ziga xos usullarda uyushtiriladigan bo'ldi. Uni nishonlash vaqti uch kundan tortib, to dalalarda ekin tikish boshlanguncha davom etgan.



"Navro'z" kirishdan oldin joylarda maxsus yig'inlar bo'lib unda bayram raisi yoki korfarmoni tayinlangan, tantanalar jadvali: tomoshalar, sayllar, musobaqalar o'tkazish tadbirlari haqida so'z borgan.

"Navro'z" odatda bozor qoshidagi maxsus maydonlarda va shahar chekkalaridagi maxsus saylgohlarda uyushtirilgan. Odatda bayramning birinchi kuni quyidagicha bo'lgan: ertalab bayram boshlangandan keyin, karnay – surnaychi mushriblar, darbozlar va polvonlarning chiqishlari, kun o'rtasida musiqachilar va boshqa san'atkorlarning ijrolari, kechki payt esa sayllar, xalq o'yinlari, bazmlar uyushtirilgan.

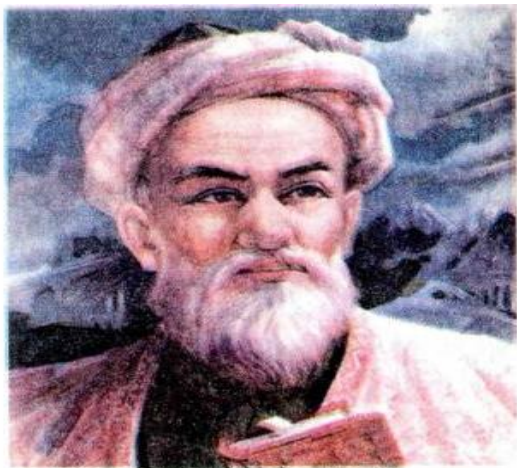
Kun sayin tomosha va musobaqalar avjga chiqa boshlagan. Masharabozlar bayramning eng diqqat markazida turgan. Har xil



musobaqalar: ko'pkari, kurash, poyga bayramning kurki sanalgan. Shu bilanbirga "Navro'z" da bedana, xo'roz, qo'chqor urishtirishlar o'tkazilgan.

### **Abu Ali Ibn Sinoning ta'lim-tarbiya to'g'risidagi g'oyalarida jismoniy tarbiya masalasi**

Abu Ali Ibn Sinoning (980-1037) ta'lim-tarbiya to'g'risidagi g'oyalarida jismoniy tarbiya masalasi g'oyat muhim o'rin tutadi.



Abu Ali ibn Sino

Xalq og'zaki ijodida va buyuk mutafakkir, shoirlar, asarida jismoniy mashg'ulot bilan shug'ullangan kishilarning kuchli, qo'rqmas, botir, sog'lom bo'lishlari har qanday dushmani eng bilishlari to'g'risida juda ko'p ma'lumotlar bor. Lekin O'rta Osiyoda X asrgacha jismoniy mashg'ulotning kishi organizmiga ta'siri to'g'risida ma'lum bir ta'limot bo'lmagan edi. Kishi organizmini chiniqtirishda

jismoniy mashg'ulotning roli katta ekanligini tabiiy-ilmiy tomondan Ibn Sino asoslab berdi. U muntazam kurashda jismoniy mashq qilib turish, boshqa rejimlarga (ovqatlanish, uyqu, badanni toza tutish) qat'iy rioya qilish sog'likni saqlashda eng muhim va asosiy shartlardan biridir, deb biladi.

Ibn Sino kishining anatomik va fiziologik xususiyatlarini hisobga olgan holda "Jismoniy mashq kishini ketma-ket chuqur nafas olishiga majbur qiladigan ixtiyoriy harakatdir", - deb jismoniy mashg'ulotga tarif beradi.

Shuning uchun ham Ibn Sino jismoniy mashq bilan mustaqil shug'ullanadigan kishining organizmi juda mustahkam bo'lib, har qanday kasalliklarni yengib o'tishga qodir bo'lishini isbot qilishga harakat qiladi. Uning "Normal sur'atda va o'z vaqtida jismoniy mashq bilan shug'ullanuvchi odam buzilgan tufayli kelgan kasalliklarning davosiga muhtoj bo'lmaydi", - deyish diqqatga sazovordir. Ibn Sino jismoniy mashq bilan shug'ullanib yurgan kishi birdaniga rejimni



buzsa, salomatligiga zarar keltiradi, bunda “Kishi, ko‘pincha ingichka og‘riq kasalligiga uchraydi” degan fikrni bayon etadi.

Ibn Sino jismoniy mashq bilan muntazam shug‘ullanadigan odamning organizmida keraksiz moddalar to‘planib qolmasligini, badandagi tabiiy issiqliklarning oshirishini va organizmni yengil, chaqqon bo‘lishini isbot qilib beradi.

Ibn Sino o‘zining bu asari “Tib qonunlari” ning birinchi kitobida jismoniy mashg‘ulotni kishining yoshiga, sihat-salomatligiga va kasalligiga qarab, turlicha shakl va odatlarda o‘tkazish kerakligini ta’kidlaydi. Ayniqsa, bolalik, o‘smirlik, yigitlik va qarilik chog‘larida kishi jismoniy mashg‘ulotga turlicha munosabatlar bo‘lishi kerakligi masalasini ko‘tarib chiqishi Ibn Sinoning odam anatomiyasi va fiziologiyasini mukammal bilganidan, kishi organizmining doimo taraqqiy etib borishini ilmiy asosda tushungaligidan dalolat beradi.

Bola organizmining normal o‘sishi uchun uni havosi toza, harorati o‘rta darajali uyda uxlatishni, uyga o‘tkir yorug‘lik tushirmaslikni, tinchlik bo‘lishini ta‘minlashni taklif qiladi. Bolani yo‘rgaklab yotqizganda, uning barcha organlarining to‘g‘ri turishini ta‘minlashga e‘tibor berish organizmning, to‘g‘ri o‘sishiga, mustahkam va sog‘lom bo‘lishga olib keladi. Ibn Sino bolani yotqizganda, uning boshqa a‘zolaridan badan turish kerak, qo‘l-oyoq umurtqa pog‘ona va bo‘ynini qiyshaytirib qo‘ymaslik kerak, deb maslahat beradi. Uyqudan keyin bolaning tetikligini oshirish uchun cho‘miltirish organizmni mustahkamlashga katta yordam beradi, deb uqtiradi.

Ibn Sino bola organizmining o‘sishida va chiniqishida unga ovqatni rejim asosida iste’mol qildirish katta ahamiyatga ega ekanligini ta’kidlaydi. Bolani onasiga belgili muddatlarda emizdirish, birdaniga haddan tashqari ko‘p emizmay, oz-ozdan va lekin, tez-tez emizdirish kerakligini alohida ta’kidlaydi.

Ibn Sino bolaning Yangi-Yangi ovqatlar iste’mol qilishga talab kuchli bo‘lishini tushunadi, binobarin bolaga tez-tez Yangi ovqatlar bermaslik kerak, chunki bunday qilish bola qornining buzilishiga sabab bo‘ladi.

Buyuk mutaffakir, ovqat kishi organizmining doimiy temperaturasini saqlab turishda va barcha organlarning ish faoliyatini boshqarib borishda birdan-bir manbaidir, deydi. Shuning uchun ham kishi o‘z vaqtida ovqatlanishi lozimligini uqtiradi. Ovqatlanishda

rejim buzilsa, ayniqsa bolalarning ishtahasiga salbiy ta'sir etadi, bu esa bola organizmini kuchsizlantiradi, lanjlik, yalqovlik, uyqusizlik, paydo bo'ladi, natijada deydi olim – har xil kasalliklar vujudga kelishi mumkin.

Ibn Sino kishi organizmini chiniqtirishda tabiatning tabiiy kuchlaridan: havo, suv, quyoshdan jismoniy mashg'ulotlar bilan qo'shib olib borish va foydalanishga katta e'tibor beradi.

“Toza havo” – deydi Ibn Sino – bug' va tutun kabi yosh narsalar aralashmagan havodir. Bu ochiq joydagi havodir. Bunday havo toza va tiniq bo'lib, unchalik, chuqurlik, chakalakzor, botqoq yerlar va polizlardan, ayniqsa karam o'simligi ekilgan yerlardan ko'tariladigan suv bug'lari aralashmagan bo'ladi. Olimning fikricha, kishi organizmini chiniqtirishning birdan-bir omili sof havoda davomli sayr qilish, sayrni har xil harakatlar, jismoniy mashqlar bilan qo'shib olib borilishi kerak. Ayniqsa yosh bolalarga ko'proq sof havoda har xil harakatli mashqlar qildirilishi ularning organizmini chiniqtirishda katta ahamiyatga ega ekanligini ta'kidlaydi.

Olimning kishi organizmini chiniqtirishda “Sovuq suvda cho'milish” va “Hammada cho'milish” juda ham foydali ekanini eslatib o'tadi.

Ibn Sinoning hammomda cho'milishi xaqida sportchilarga bergan maslahati ayniqsa diqqatga sazovordir. Uning fikricha “Jismoniy mashg'ulot bilan shug'ullanuvchi kishi, butunlay xordiq chiqarmaguncha hammomga borishga shoshilmasligi” kerak. Ibn Sino sohasidagi bir qancha fikrlarida ilmiy tomondan asoslangan holda eng yaxshi, toza suv iste'mol qilish kerakligi, uning me'yori to'g'risida gapiradi. U toza oqadigan daryo suvini yerdagi chirindilar aralashmasdan, toshloqlardan oqadigan suvni toza suv deb biladi. Suvning yaxshi yomonligini bilish uchun og'irligi teng bo'lgan ikki parcha lattani yoki ikki bo'lak paxtani olib, ikki xil suvda xo'llanadi va tarozida tortiladi, qaysi latta parchasi yengil kelsa, o'sha latta parchasi botirilgan suv toza hisoblanadi. Lekin Ibn Sino suv har qancha toza bo'lmasin, undan har xil yuqumli kasalliklar o'tishi mumkin, shuning uchun ham suvni qaynatibib, filtyerdan o'tkazish kerak deydi.

Kishi organizmini chiniqtirishda quyosh nuridan to'g'ri foydalanish katta ahamiyatga egadir. Ibn Sino bu masalaga katta e'tibor berib, agar quyosh nuridan to'g'ri foydalanilsa, organizmda

modda almashtirishning yaxshilanishi va natijada organizmning o'sishi va taraqqiyoti yaxshi bo'lishi, chiniqishi va nihoyat, kishining tetik bo'lishiga sabab bo'ladi, organizmda ortiqcha moddalarning to'planib qolishidan saqlaydi, bosh og'rig'ini yo'q qiladi va miyani mustahkamlaydi, deb uqtiradi.

Kishi organizmini chiniqtirishda massajning (uqalashning) ahamiyati nihoyatda kattadir. Ibn Sino massajni, bir tomondan, davolash uchun, ikkinchi tomondan, charchashlikka qarshi kurashish shartlaridan biri deb hisoblaydi. Uning fikricha, massaj kuchli va kuchsiz bo'ladi. Kuchli massaj qilish organizmni chiniqtirishga yordam beradi, kuchsiz kilinadigan massaj badanni yumshatadi.

Ibn Sino qanday massaj qilish kerakligi masalasiga aniq to'xtalib, jismoniy mashq boshlanishidan oldin va mashq tugagandan keyin massaj qilish yo'llarini ko'rsatadi va tiklash massajiga ajratadi.

Ibn Sinoni tavsiya qilishicha, tayyorgarlik massajini jismoniy mashg'ulot boshlamasidan ilgari kilinadi, u barcha muskullarni mashq qilishga tayyorlashi kerak. Massaj qilish yengildan boshlanib, mashq qilish oldidan kuchaytiriladi.

Tiklash massaji jismoniy mashq tugagandan keyin qilinib, uni Ibn Sino "Tinchlatish" massaji deb ham ataydi. Bu massajning maqsadi taranglashib turgan muskullarni bo'shashtirishdan iboratdir.

Tiklash massaji. Ibn Sinoning ko'rsatishicha ma'lum yengil bir surashda olib borolishi keark, agar bu xil massaj kuchli "Qattiq va qo'pol ravishda olib borilsa, ayniqsa" bolalarda o'sish to'xtab qolish mumkin.

Ibn Sino jismoniy tarbiya to'g'risidagi fikrlarda faqat jismoniy mashqqa tarif beribgina qolmasdan, balki uning har xil turmush borligini va ulardan qanday qilib foydalanish kerakligini ham ko'rsatib o'tadi. Ibn Sino jismoniy mashg'ulotning roli xaqida gapirar ekan, uning kishi organizmi uchun foydali ekanligini ta'kidlaydi va jismoniy mashg'ulotga odamning shu jarayonida qiladigan harakatlari va maxsus jismoniy mashq harakatlari kiradi, degan fikrni ilgari suradi.

Maxsus jismoniy mashqlari Ibn Sino quyidagicha qiladi: "Kichik yoki katta; juda tez yoki sekin, mashqlar bo'ladi."

Tez harakatlarga: tortishish, musht bilan tortishish, tez yurish, nayza otish, qilichbozlik va nayzabozlik, otda yurish, yuqoridagi bir narsaga irg'ib osilish, bir oyoqlab sakrash, ikki qo'lni silkitish,

arqonda yurish, oyoq uchlarida turib, qo'llarni oldga va orqaga cho'zish va tez harakat qilishlarni kiritadi.

Juda muloyim va yengil mashqlarga: arg'imchoklarda uchish, qayiq yoki kemalarda sayr qilishni kiritadi. Kuchli mashqlarga esa, tosh ko'tarish, otga va tuyaga minish, aravalarda yurishni kiritadi.

O'rta Osiyo xalqlari orasida, boshqa ko'pgina xalqlardagi kabi qadim zamonlardan buyon kurash keng tarqalib kelgan. Kurash kishi organizmini chiniqtirishda juda katta rol o'ynaydi. Ibn Sino shuning uchun ham sportning bu turiga juda katta ahamiyat berib, uning har xil turlarini yozib qoldirgan. Masalan: kurashning bir turini Ibn Sino quyidagicha tasvirlaydi:

“Kurashayotgan kishining biri raqibining o'ng qo'li tagidan o'ng qo'lini, chap qo'li tagidan chap qo'lini o'tkazib, uni quchoqlaydi. Keyinchalik raqibini o'ziga tortadi va uni o'ng yoki chap tomonidan tovlay boshlaydi. Shu kishi yoki bukiladi yo kaddini rostlaydi.”

Ibn Sino kurashning yanada boshqa ko'pgina xillarini ko'rsatadiki, bo'lar uning xalq orasida mavjud bo'lgan kurash shakllarini umumlashtirib xalqlar orasida tashviqot va targ'ibot qilgan. Ibn Sino ko'rsatgan kurash usullari O'rta Osiyo xalqlari orasida hozirgacha saqlanib kelmokda va ular klassik kurash turi bilan xalq orasida e'tiborga sazovordir.

Ibn Sino kishi organizmidagi har bir organ o'ziga xos xususiyatga ega, shuning uchun ham har bir organni chiniqtirishda alohida mashqlar va undan foydalanish zarur, deb ko'rsatadi. Jumladan, ko'krak qafasi muskullarni va nafas olish organlarini chiniqtirish uchun past, goxo baland tovush chiqarish zarur, buning bilan faqat ko'krak qafasi va nafas organlarigina emas, balki og'iz, til ham harakatga keladi, ular ham mashq qildirilishi natijasida taraqqiy etib boradi. Bundan tashqari, nafas olish va nafas chiqarish bilan kishining barcha organlari mashq qiladi, qon tomirlari kengayadi.

Bundan ko'rinadiki, Ibn Sino kishi organizmidagi barcha organlar bir-biri bilan mustahkam bog'liq aloqador ekanligini aniq bilgan.

Ibn Sino kishi ovoziining bir me'yorda bo'lishini ta'minlashi uchun uni mashq qildirish zarur deb hisoblaydi. Uning fikricha, birdaniga kuchli ovoz bilan uzoq vaqt gaplashish zararlidir.

“Ovozni yo'qotmaslik, nafas olish organini ishdan chiqarmaslik uchun, avvalo, o'qishni past ovoz bilan, keyinchalik asta-sekin

kuchaytirish, lekin kuchli ovoz bilan o'qish ham uzoq davom etmasligi kerak" – deb maslahat beradi. Ko'rish organi bo'lgan ko'zni chiniqtirish uchun mayda buyumlarga tiqilib qarash, vaqti-vaqti bilan yuqoridagi narsaga bir laxza ko'z tashlab olish kerak deydi.

Quloq esa juda past ovozlarni, bazan kuchli tovushlarni eshitish orqali tarbiyalanadi.

Ibn Sino jismoniy mashg'ulotlarning ahamiyati va turlari to'g'risida fikr yuritib qolmasdan, balki u jismoniy mashg'ulotni kishi organizmi qanday holatda bo'lganidan boshlash kerakligi xaqida ham qimmatli maslahatlar beradi. Olimning fikricha birinchidan, jismoniy mashqni boshlashdan ilgari kishi tanasi toza bo'lishi, ikkinchidan, iste'mol qilgan ovqati hazm bo'lgan bo'lishi kerak. Lekin ovqat hazm bo'lib, ko'p vaqt o'tgandan keyin, ya'ni och qoringa jismoniy mashg'ulot bilan shug'ullanish yaramaydi, chunki agar kishi xususan, katta kuch talab qiladigan jismoniy mashq qiladigan bo'lsa, bundan faqat zarar ko'rish mumkin, chunki ular (jismoniy mashq) kuch-quvvatdan qoldiradi – deydi.

Ibn Sino jismoniy mashq qilishda ma'lum bir qoidaga rioya qilish kerakligini ta'kidlab, quyidagi uch narsaga alohida e'tibor berish shart, deb ko'rsatadi:

1) Agar terining rangi borsa harakatlarini davom ettira berishi mumkin, agar ter chiqqa boshlasa, harakatni to'xtatish kerak;

2) jismoniy mashg'ulot davomida kishi tanasi yengilligicha qolaversa, mashqni davom ettira berishi mumkin;

3) agar organlar (a'zolar) burtishda davom etsa, mashq davom ettirila berishi mumkin. Agarda shu ko'rsatilgan belgilar – deydi olim, yo'qola borsa mashqni darhol to'xtatish kerak.

Buyuk olim faqat sihat-salomat kishilarning o'z organizmini chiniqtirish uchun bajaradigan jismoniy mashq turlarini va ahamiyatini ko'rsatib qolmasdan, balki kasal, kam quvvat kishilarning jismoniy mashq qilish bilan kasallikdan qutilish yo'llarini ham ko'rsatishga harakat qiladi. Jumladan "Jismoniy mashg'ulot bilan shug'ullanuvchi kishi o'zining kam quvvat organlarini, ortiqcha harakat qildirishdan saqlashi lozim" – deydi.

Harakatlar - deb izohlaydi Ibn Sino organlarning holiga qarab turga bo'ladi. Masalan: oyoq tomirining kengayishi kasalligi bilan og'rigan kishi oyoqning ko'p harakat qiluvchi mashqlar bilan shug'ullanmasdan, balki harakatning ko'pini gavdani yuqori qismida:

bo'yin, bosh va qo'llarga ko'chirishi kerak. Gavdaning yuqori qismida kilinadigan harakatlar oyoqlarga kam ta'sir qiladi. Ibn Sino jismoniy mashqlarning hamma turlari bilan barcha odamlar bir xil shug'ullanishi yaramaydi deb uqtiradi. Kishi albatta o'zining sog'lig'iga qarab, qurbiga yarasha mashqni tanlab olishi kerak deb hisoblaydi.

“Har bir odam – deydi Ibn Sino, o'ziga mos harakatlarini tanlashi kerak. Arg'amchilarda uchish kabi yengil mashq holsizlangan kishilar uchun harakat qilish va o'tirishga qurbi etmaydigan kishilar uchun muvofiq”.

Bundan tashqari, Ibn Sino yana bir qancha kasalliklarni davolashda yengil mashqlardan foydalanish kerakligi to'g'risida aniq maslahatlar beradi.

Masalan: agarda odamni ohista tebratilsa, uyquga kiradi va bu harakatda atrofga el taraladi. Bu harakat, Ibn Sino fikricha miya kasalliklari natijasida kelib chiqqan parishonlik, esarlik holatlaridan xalos bo'lish hamda ishtaxani ochish, tabiatni uyg'otish uchun foydalidir. Karavotda yotqizib tebratish kun ora tutadigan, qorin, bo'yрак kasalliklariga duchor bo'lgan kishilar uchun foydali ekanligini ta'kidlaydi.

Ibn Sinoning hayotiy masalalarga qiziqqanligi va unga o'z vaqtida ilmiy va amaliy javob berishga tayyor ekanligi jismoniy tarbiya sohasidagi fikrlarda ham kko'rinib turibdi.

Ma'lumki, O'rta Osiyo xalqlari uzoq vaqtlardan buyon ko'pgina mamlakat xalqlari bilan aloqa qilib kelgan. Ibn Sino bir mamlakatdan ikkinchi mamlakatga boradigan kishilar sog'lig'ini saqlash uchun qanday tadbir choralar ko'rishlari to'g'risida fikr yuritadi.

“Tib qonunlari” birinchi kitobining maxsus bobini “Sayohatchilar rejimi” deb ataydi. Quriqlikda va dengizda sayohat qiluvchi kishilarga sog'likni saqlash, organizmni mustahkamlash, yo'lda o'zini qanday tutib bora bilishi kerakligi to'g'risida qimmatli maslahatlar beradi. Muttaffikning fikricha, kishi sayohatga chiqishdan oldin unga tayyogarlik ko'rish kerak, buning uchun esa avvalo yengil jismoniy mashq bilan muntazam suratda shug'ullanish va sayohatga zarur bo'lgan odatni hosil qilish shartidir.

Sayohatchi yo'lda turli qiyinchiliklarga uchrashi mumkin, uni yengib o'ta bilish uchun sayohatga chiqishdan oldin oila hayotida o'rgangan, odat bo'lib qolgan rejimni o'zgartirishga to'g'ri keladi.

Bunda kishi – deydi Ibn Sino o‘zini avvalo kaloriyasi kuchli ovqat bilan ta’minlashi, charchamasligi zaruriy choralardan biridir.

Ibn Sinoning sayohatchilarga bergan maslahatining yana bir qimmatli tomoni shundaki, u otda yuradigan kishi qornini xaddan tashqari ortiqcha to‘ydirmasligi, ochlik va charchashni yengib o‘ta olishga odatlangan bo‘lishi kerak, iste’mol qiladigan ovqat kam bo‘lsa ham organizm quvvatini saqlab turishga qodir bo‘lishi kerakligini maslahat beradi.

Ibn Sinoning sayohatchilarga kunning issiq va sovuq vaqtlarida o‘zlarini qanday tutishlari kerakligi to‘g‘risidagi ko‘rgazmasi diqqatga sazovordir. Olimning fikricha, quyoshli issiq kunlarda uzoq yo‘l bosadigan sayohat harakat qilishlari kerak, bunday sayohatga chiqishdan oldin Ibn Sino sayohatchiga piyoz va qattiq iste’mol qilishni tavsiya qiladi. Agar yo‘lda juda ham chankashlik, tashnalik bo‘lsa, og‘izni sovuq suv bilan chayqab tashlash lozim deydi.

Havoning sovuq kunlarida sayohatga chiqadigan olimlar ham bir qancha qoidalarga rioya qilishlarini talab etadi. Eng avvalo kishi og‘iz va burunga sovuq havo kirishidan saqlanishi, agar sayohatchi dam olish uchun bir joyga qunib, gulxan yoqsa, uning oldiga birdaniga yaqinlashmasdan, balki asta-sekin isinish kerakligi to‘g‘risidagi maslahati hozirgi davrda ham o‘z kuchini yo‘qotgani yo‘q.

Ibn Sino birinchi marta dengizga sayohat qilishga chiqadigan kishining boshi aylanishi, ko‘ngli aynishi, hattoki qusishi mumkin, bunga qarshi kurashish uchun olma, anor va behi iste’mol qilishi kerak – deydi.

“Tib qonunlari” birinchi kitobining yakuniy qismida Ibn Sino quyidagi yettita faktordan to‘g‘ri foydalanish sog‘likni saqlaydi va mustahkamlaydi, degan xulosaga keladi. Bulardan: 1) mijozni mo‘tadil tutish; 2) yeyiladigan va ichiladigan narsalarni (ovqatni) tanlash; 3) badanni tuklardan tozalash; 4) burunga tortiladigan havoni yetarli va yaxshi qilish; 5) qaddi-qomatni to‘g‘ri tutish; 6) kiyimlarni qulay qilish; 7) jismoniy va ruhiy harakatlarni normal qilishdan iboratdir.

Ibn Sinoning jismoniy tarbiya sohasidagi fikrlarining xarakterli tomoni shundaki, bu masalani kishi faoliyatining boshqa tomonlaridan ajralgan holda emas, balki insonning barcha faoliyati bilan chambarchas bog‘liq holda olib qaradi. Chunki Ibn Sino jismoniy tarbiyani bolaning yoshiga, kuchiga va hayotiy tajribasiga yarasha olib

borish kerakligini, jismoniy mashqlarkishining organizmini mustahkamlash bilan bir qatorda, u kishining ruhini shakllantirishga, aqliy qobiliyatning o'sishiga ham katta yordam berishini uqtiradi.

O'rta asr sharoitida bu buyuk mutaffikning jismoniy tarbiya sohasidagi fikrlarini tabiiy-ilmiy tomondan asoslab berishi o'sha davrga nisbatan juda katta progressiv ahamiyatga egadir. Lekin o'sha davrda Ibn Sinoning jismoniy tarbiya to'g'risidagi fikrini oddiy xalq ommasi o'zining hayotida qo'llay olmagan.

Ibn Sinoning jismoniy tarbiya to'g'risidagi ko'pgina fikrlari hozirgi davrda ham o'z kuchini yo'qotgan emas. Ota-onalar, tarbiyachilar va pedagoglar bulardan tanqidiy ravishda o'z amaliyot faoliyatlarida foydalanishlari mumkin. Buning uchun keng imkoniyatlar mavjuddir.

Abu Ali Ibn Sino xaqida Hindistonning buyuk davlat arbobi javoxirlar Neru o'zining "Hindistonning ochilishi" degan asarida O'rta Osiyo olimlari, mutaffiklarini tilga olar ekan, fan taraqqiyotiga o'zining salmoqli hissasini qo'shgan Ibn Sino nomini alohida ta'kidlab: "Ulardan eng mashxuri doktorlar, podshohi" degan nomni olgan Buxorolik Ibn Sino (Avitsena) dir degan edi.

### **Mavzuni o'zlashtirish uchun savollar:**

1 .Xalq qo'shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligiga izoh bering?

2 Qadimgi ajdodlarimizning jismoniy tarbiyaga qo'shgan hissalarini to'g'risida ma'lumot bering?

3.Buyuk sarkarda Amir Temurning harbiy jismoniy tayyorgarligini asosiy g'oyasi nimalardan iborat edi?

4.Zahiriddin Muxammad Boburning jismoniy tarbiyaga qo'shgan hissasi to'g'risida tushuncha bering?

5.Eng Yangi zamonda jismoniy tarbiyani rivojlanishida o'z fikr mulohazalaringizni bildirining?

6.Boburning qizi Gulbadanbegim "Humoyunnoma" asarida ma'lumot bering?

7.Alisher Navoiy ijodida ham shatranj mavzusida o'ziga xos o'rniga ma'lumot bering?

### **Talabalarni mustaqil tayyorgarligi uchun topshiriqlar.**

Quyidagi mavzular asosida reja tuzing va o'z fikr-mulohazalaringizni bildiring "Mustaqil ish" yozing.

1Abu Ali ibn Sinoning badantarbiya haqida mulohazasi.



## 2.Xalq qo‘shinlariningharbiy va jismoniy tayyorgarligi

### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev P. Meliev P.Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 130 – 138 betlar
2. Xo‘jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi.1993 y. 25 – 35betlar.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y. 34 b.

### **Qo‘shimchaadabiyotlar:**

1. Xo‘jaev F.O‘zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.
- 2.Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
- 7.[www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# **MARKAZIY OSIYOGA JISMONIY TARBIYANING RIVOJLANISHI**

## **REJA:**

- 1.Markaziy Osiyoga jismoniy tarbiyani rivojlanish xususiyati.
2. Miloddan oldingi IX-VI asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiya.

### **1.Markaziy Osiyoga jismoniy tarbiyani rivojlanish xususiyati.**

Oʻrta Osiyo hududida hususan Surxondaryo zamini ilk bor ibtiodiy odamzod makoni topgan joy sifatida tariflanadi. Boysuntogʻ tizmalari bagʻridan Teshikkitash gʻoridan topilgan oʻrta paleolit davriga (Miloddan avvalgi 100-40 ming-yilliklar) oid ibtidoiy odam manzillarining qoldiqlari topilgan. Ibtidoiy odamzod yashagan davr, olimlarimiz eʼtirof etganidek, bundan qariyb bir million burungi zamonga toʻgʻri kelsa, Boysuntogʻ tizmalarida tasvirga tushirilgan surat-dinazavrlarning toshda qotib qolgan izlari qaysi davrga daxldor ekanni oʻzingiz tasavvur qilib olavering! Maʼlumki, dinozavr mezozay erasida, yaʼni bundan 60 million-yil ilgari yashab oʻtgan sudralib yuruvchi hayvondir. Surxondaryo togʻlarida tosh davrning soʻnggi bosqichi-yuqori (miloddan avvalgi 40-12 ming-yilliklar) doir topilmalar ham tolaygina. Shulardan birinisiz tarix kitoblarining ilk sohifalarida koʻp koʻrgansiz. Bu odam qifasini antronolog M. M. Gerasimov Boysoʻnning shimoliy– gʻarbidagi Teshikkitash oʻnguridan qazib olingan sakqiz-toʻqqiz yashar bolaga tegishli suyaklar asosida tiklangan. Ushbu topilma “Neandertal odam” nomi bilan mashhur boʻlib, Oʻzbekistonning, umuman Markaziy Osiyoning hozirgi zamon odami (kromanon) shakllangan mintaqaga taaluqli ekanini asoslaydigan manba sifatida fanda katta kashfiyot hisoblanadi.

Mazkur gʻor togʻlar oʻrtasidagi Zovsxaloshsoy degan yerda joylashgan va u er dengiz sotxida 1500 metr balandlikdadir. Gʻordagi bir yarim metrlik qatlam toshdan yasalgan mehnat qurollari, turli xil hayvonlarning singan suyaklari borligi maʼlum boʻldi. Qatlamlarda gulxan izlari topildi. Gulxanlar atrofida esa togʻ echkisi, bugʻu, yovvoyi ot, monard, ayiq, quyon, kaklik, oʻrdaklarning koʻplab suyaklari topildi. Teshikkitash gʻoridan jami boʻlib 3000 ming yaqin turli xil predmetlar topilgan, ularning 339 tasi puxta va pishiq ishlangan mehnat qurollaridir. Qazilma paytida tosh qurollardan

tashqari suyaklardan qilingan buyum, ish qurollari ham topildiki, bu peandertal davr kishilarining taraqqiyot yo‘lidagi sezilarli va hatto Surxondaryo O‘rta Osiyo hududida insoniyat neandertal bosqich taraqqiyotini bosib o‘tilganligiga yaqqol dalil bo‘la oladi.

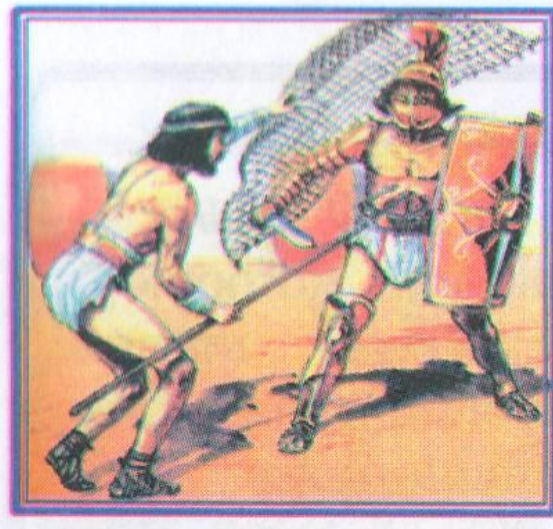
Arxologik topilmalar Surxondaryo hududida istiqomat qilgan ibtidoiy jamoa tuzumi, kishilarning ov bilan faol shug‘ullanganliklaridan, havfsala bilan mehnat qurollari yasab, ularni kundalik ish jarayonida qo‘llaganliklari va o‘z tajriba mahoratlarini keyingi avlodlarga meros qilib qoldirganliklarni aniq ravshan isbotlaydi. Ov ularning jismoniy kuch-quvvatini imkoniyatlarini yanada mustahkamlagan, sezgirliги, xushyorligini oshirgan bilimlarini kuchaytirgan, ov-qurollarini yasash va amalda qo‘llash esa insondan muayyan darajada jismoniy kuchni, aqliy o‘tkirlik va amlaiy kunikmalarni talab etar edi. dastlabki texnika asta sekin takomillashib bordi, otish qurollarining amalda qo‘llanishi tufayli tezlik harakati ham osha boradi. Paleolit davrining oxirlarida otish qurollari nayza keyinroq esa kamon yoyidan otish kashf etildiki, bu insonning ilk mexanizmlarning yaratish yo‘lidagi dadil qadamlari edi.

Sherobod tumani hududidagi g‘orlarda topilgan rangli tasvirlar jamiyat tarixini davrlashtirishga mezolit va neolit davriga oiddir. G‘oyalarga Kuxitang tog‘laridagi Zarautsoy g‘orlarining har ikkala tarafida ham borligi ma‘lum bo‘ldi. U qadar chuqur bo‘lmagan Zarautkamar degan g‘ordagi tasvirlar ancha yaxshi saqlangan. Qoyalardagi tasvirlar mineral buyoqlar yordamida chizilgan. G‘orning har ikkala tarafidagi tasvirlar mavzu va uslubiy jihatdan bir-biriga bog‘liqdir. Masalan, qoyaga tushirilgan asarlardan birida yovvoyi ho‘kizlarni ovlash payti tavsirlangan. O‘nda chopib borayotgan ho‘kiz va uning ortidan quvib borayotgan itlar hamda odamlar ifodalangan. Ovchilar kamondan ayrimlari esa sonqondan otmoqdalar. Shuni alohida ta’kidlash lozimki, kamon kashf etilishi bilanoq, o‘zidan avval ishlatilgan barcha otish qurollaridan har jihatdan ustun va foydali ekanligini isbot qildi.

Kamonning keng yoyilishi va qo‘llanishi keyinchalik ovchilikning sifat jihatdan rivojlanishi va takomillashuvchiga olib keldi.



**Spitamen**



Tarixiy ma'lumotlarga qaraganda ibtidoiy ovchilar hayotida ovchilik o'yinlari muhim o'rin tutgan. Ba'zi maktablarda ular ovdan o'tkazilishi yozilgan bo'lsa, boshqalarida ovdan keyingi o'yinlar haqida fikrlar bayon etilgan. Agar bu ma'lumotlarni chuqurroq tahlil etadigan bo'lsak, unda ovchilik o'yinlari ovdan oldin ham, undan so'ng ham o'tkazilgan, deyish mumkin. Ovdan oldingi o'yinlar-ovoldi mashq (ovga tayyorgarlikka tekshirish, ovga ruhiy va jismoniy tayyorgarlik ko'rish) vazifasini o'tgan ham jiddiy o'ziga xos kichik marosim shaklida uyushtirilgan. Bu o'yinlar jarayonida ibtidoiy odamlar o'ljani osongina ko'lga tushirish, unga yaqinlashishni o'rganishga, buning uchun niqob kiyib yoki hayvon terisini yopib, hayvon qiyofasiga kirishni, uning yurish turishlari va tovush chiqarishlarni mashq qilishgan. Aynan shunday o'yinlar jarayonida yoshlarni ham ov qilishga o'rgatishgan. Shu boisdan ham u o'ziga xos maktab vazifasini o'tab, bir tomondan ovchilar mahoratini o'stirishga yordam bergan bo'lsa, ikkinchi tomondan esa, ularda taqlid mashqlarini shakllantirgan va rivojlantirgan.

Ovdan so'nggi o'yinlar ov muvaffaqiyatli tugagandagina uyushtirilgan deb taxmin qilish mumkin. Chunki ovdan o'lja bilan qaytish, bu ziyofat, xursandchilik qilishga, butun jamoaning bayram qilishiga imkoniyaratgan.

Ovchilar bunday o'yinlar yordamida "kun bo'yi ov qilib, charchab qaytgach, kechquro'nлари o'z a'zo-badanlariga dam berish, buncha taassurotlarini ifodalashardi". Bu jarayonlar, ya'ni har bir

muvaffaqiyatli ovdan keyin o‘yinning an‘ana bo‘lib qolishi bayram kayfiyatida o‘tadigan maxsus marosimni shakllantira boshlagan.



O‘rta Osiyo territoriyasida ibtidoiy odamlar hayotida ham ovchilik o‘yinlar bo‘lgan degan taxmini isbotni biz namoyon davri Sheroboddan Zarut Qaramsabning toshlariga tushirilgan tasvirlardan; Miloddan oldingi II-I ming-yilliklarda Farg‘ona vodiysidagi Saymalitosh g‘orlarida aks ettirilgan devoriy rasmlaridan va boshqa arxelogik topilmalar toshidagi tavsirlardan topishimiz mumkin. Ularda nafaqat totemlarga sig‘inish, balki ov jarayoni, ovdan keyingi shodiyonalik, hayvon niqobi va qiyofasidagi ovga o‘yinlari aks ettirilgan.

Odamzod tobora tashqi muhitga moslasha bordi. endi u g‘orlardagi emas, tekisliklarda ham makon qura boshladi. Hozirgi Termiz tumaning daryo vohalarida Ayrattomda shu davrga oid manzillar uchraydi. Mezoment (o‘rta tosh) davrida (miloddan avvalgi 12-6 ming-yilliklar) tosh qurollar va ularni yunish usuli takomillashdi. Magay g‘ori manzilidan o‘sha davrga xilma-xil tosh qurollar topilgan. Bu qurollardan ko‘rinib turibdiki, u davr odamlari qurolni ma’lum geometrik shakllarga sola bilmaganlar. Mezolit davrida o‘ngurlar davriga o‘yib chizilgan. Bundan ovchilar qo‘lida o‘q-yoy, sopqon,

ko'pchiligi cho'qqisimon yopinchiq yopinib olgan. Bundan yaxlit ov manzarasi, ovchilarning turq-tarovati, diniy tasavvurlari tasvirlangan.

Bobotog' va Boysuntog'da neolit va jismoniy davriga, ya'ni Yangi tosh davriga (Miloddan avvalgi 5-3 ming-yilliklar) oid topilmalar uchraydi. Bu davrda odamzod toshni silliqlab bolta, istana va teshalar yasay boshladi. Keyinroq temirdan, xususan misdan qurol yasashga o'tildi. Bulardan darhaqiqat keyin, chayla qurish, go'sht qiymalashda va jangovar qurol sifatida foydalanadi. Ajdodlar endi o'zlariga suv xavzalari bo'ylarida yerto'la, chayla, bazan chuvalalardan kulbalar qurib oladilar. Ilk qishloqlar paydo bo'ldi. Dehqonchilik va chorvachilik vujudga keldi. Juft nikohli oila tarkib topdi.

Mehnat taqsimotining vujudga kelishi munosabati bilan qadimgi odamlarning chorvachilik va dehqonchilikka o'tish (bu jarayon O'rta Osiyoda Miloddan oldingi 3-ming-yillik oxiri- II-ming-yillik boshlariga to'g'ri keladi) ana shu sohaga oid. Mehnat o'yinlarini vujudga keltira boshladi.

Ma'lumki, dehqonlarning hayoti eng quvonchli voqea bu hosilni yig'ish va Yangi noz-nematlarni totib ko'rish jarayoni bo'lgan. Ilk bo'yi kutilgan bunday jarayon, tabbiy, dehqonlar bayramlar kayfiyatini vujudga keltirgan. Bunday ko'tarinki kayfiyatni harakatlarda aks ettirish maqsadida kishilar o'yinlar tashkil qilgan. "Mehnat o'yinlari" yaxshi kayfiyat, ya'ni keng manoda aytganda, bayram holati vujudga keltirgan. Bronza davrlaridan boshlab o'troq dehqonchilikning vujudga kelishi va uning rivojlanishi natijasida bahorda mehnat mavsumiga kirishish, kuzda hosilni yig'ib olish yakuniga bag'ishlangan o'yinlar shu tariqa yuzaga kelib, ular-yillar o'tishi bilan an'anaga aylana boshlagan. Demak, insonning "birinchi kasbi"- ovchilik asosida-"ovchilik o'yinlari" vujudga kelgan bo'lsa, uning dehqonchilika o'tishi va u bilan shug'ullanish natijasida "mehnat o'yinlari" shakllanib boradi va Yangi mehnat bayramlar uchun zamin yaratdi. O'sha vaqtda mehnat va o'yn bir-biriga chambarchas bog'liq bo'lgan va diniy aqidalar bilan bog'langan. Kishilik o'yinlari odamlarning dahshatli tabiat kuchlariga qarshi kurashda birgalikda harakat qilishga bo'lgan hayotiy ehtiyojlaridan kelib chiqqan.

Ibtidoiy jamoa tuzumi dastlabki ijtimoiy tarixi formatsiya edi. Ishlab chiqarish vositalari va ishlabchiqarish maxsulotlarning umumiy

tengsizlik ham, sinflar ham odamning odam tomonidan ekspluatatsiya qilinishi ham bo'lmagan.

Ibtidoiy jamoa tuzumi sharoitlaridayoq vujudga kelgandan va korxonalar toifasi hukumron sinf hokimyatini mustahkamlashda katta rol o'ynadi. Engelsni aytishicha, eng ibtidoiy davrlarda odamlarning o'z tabiati va ularning tevarak-atrofidagi tashqi muhiti to'g'risidagi eng nodon, eng johil, ibtidoiy tasavvurlaridan paydo bo'lgan din qurldorga ozod jamoatchilar omasini o'z kuchiga qaram va bo'yso'ndirishga yordam berdi. Hukumron sinflar ibtidoiy jamoa tuzumi sharoitlarida odamlarning mehnat faoliyati jarayonida vujudga kelgan va rivojlanib borgan ko'pgina jismoniy elementlaridan ham foydalandilar.

Mehnat faoliyati bog'liq bo'lgan va ko'pincha sehrgarlik harakatlari xarakteriga ega bo'lgan turli tuman o'yinlar, raqslar, xorovodlar va musobaqalar barcha markaziy Osiyo davlatlarining ozod aholisi o'rtasida tarqalgan edi. Xalq orasida harbiy mashqlarning ko'pgina turlari ham keng qo'llanilar edi. Qadimgi Markaziy Osiyoning ko'p sonli yodgorliklari xalq o'rtasida kurashga, qilichbozlikka doir mashqlar, ko'p sonli akrobatik mashqlari, dorbozlik va raqs mashqlari, koptok o'ynash mashqlari va hokazolarning tarqalganligidan dalolat beradi.

Hukumron quldor boshliqlar hokimyatning kuchayib borishi bilan xalqning jismoniy tarbiya elementlaridan borgan sari ko'proq darajada hokimyatning sinfiy maqsadlari yo'lda foydalanildi. Armiyadagi rahbarlik roliga mansub bo'lgan aslzoda quldorlar mashqlarning xalq orasidagi turlaridan o'zlarida jangchi uch o'n zarur bo'ladigan sifatlarni kamol toptirish uchun foydalanganlar. Ular maxsus uyushtirilgan jismoniy tarbiya va harbiy jismoniy tayyorgarlik yordamida o'zlarining oddiy xalq ommasidan ajratib ko'rsatadigan va bu bilan o'zlarini yuqori to'tadigan jismoniy fazilatlarni kamol toptirishga intilar edilar.

Ayni bir vaqtda qadimgi Markaziy Osiyoning quldor boshliqlari o'zlarining xalq ommasiga bo'lgan hukumdorligi va ta'sirini kengaytirishga intilib, ko'pgina xalq bayramlari an'analaridan keng foydalanganlar; ko'p sonli musobaqa o'yinlari, raqslar va xorovodlar bu xalq bayramlarining tarkibiy qismini tashkil etgan.

Hukumron quldorlar doirasi xalq mashqlari turlaridan o'z kamolati va ko'ngil ochish yo'lida ham keng foydalanganlar.

Quldorlar, bir tomondan o'zlarining bo'sh vaqtini ko'pgina o'yin ov, turli mashqlar bilan o'tkazar, ikkinchi tomondan, o'zlari uchun tomoshalar tashkil qilib, ularda ancha chaqqon, kuchli va epchil ozod jamoachilarni ishtirok ettirar edilar.

Shunday qilib, Markaziy Osiyo quldorlik davlatlarida jismoniy tarbiya elementlarining rivojlanishidagi xarakterli xususiyati shundan ibortaki, ozod dehqonlar orasida rasm bo'lib kelayotgan xalq jismoniy tarbiyasi shakllari va xalq o'yinlari, hamda mashqlarining turlari bilan birga, quldor boshliqlarning bu jismoniy tarbiya elementlarini o'z obro'yi va hukumronligin kuchaytirish uchun o'zlashtirishi va foydalanishiga bo'lgan intilish yaqqol ko'zga tashlanadi.

## **2.Miloddan oldingi IX-VI asrlarda markaziy osiyoda jismoniy tarbiya.**

Hududiy jihatdan Markaziy Osiyo hozirgi Turkmaniston, O'zbekiston, Tojikiston, Qirg'iziston Respublikalari hamda Qozog'istonnig janubiy viloyatarini qamrab oladi. U g'arbdan sharqda-Kaspiy dengizidan to Tyan-SHandagi Xontangri muzligigacha 2400 km, shimoliy janubiy-Qozog'iston cho'llaridan Qushkagacha 1280 km cho'zilib ketgan.

Markaziy Osiyo-Oltay chegarasiga bo'lgan hududda yashagan xalqlar umumiy nom bilan skiflar deb atalganlar. Skiflar boshqa nom bilan xalqlar sifatida atalib, turli tillarda so'zlashganlar.

Yunon tarixchisi Gerodot bergan ma'lumotlarga ko'ra, Kaspiy dengizidan sharqdagi tenglikda, ya'ni Qoraqumda, Amudaryo va Sirdaryoning quyi oqimida massagetlar yashagan. Strabonning yozishicha xorazmliklar ham massagetlar toifasiga kirgan. Massagetlardan sharq tomonda soklar yashaganlar. Dehqonchilik bilan shug'ullangan o'troq aholi o'zi yashab turgan joyning nomi bilan xorazmsitlar, sug'dlar, baqtrilliklar va marg'iyonaliklar deb atalgan.

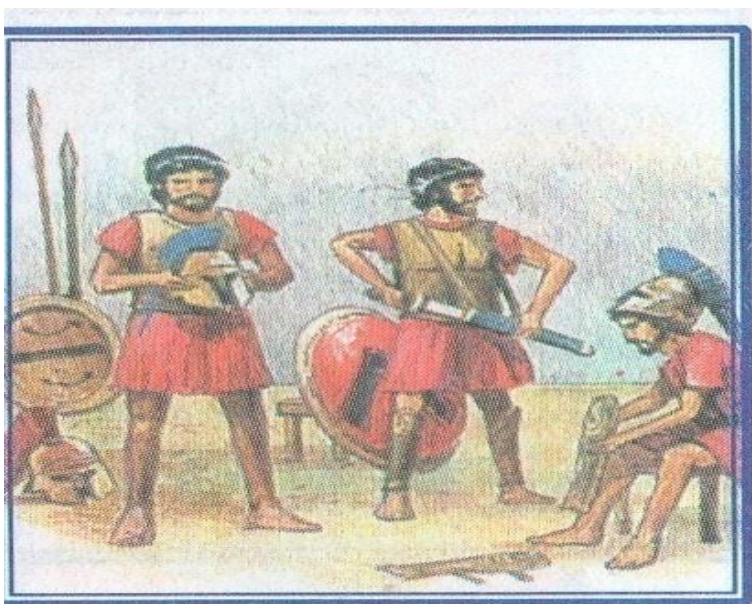
Massagetlar miloddan avvalgi VI-V asrlarda qabilalarining yirik ittifoqi bo'lgan. Bu qabila ittifoqiga bir necha sak qabilalari kirgan.

Grek tarixchisi Efor (miloddan oldingi 405-330-yillar), saqlarni odalat ko'chmanchilardan chiqqan, o'lja, boylikka berilmaydilar, bir-biriga odilona munosabatda bo'ladilar, erkaklar va ayollar o'rtasida to'la tenglik bo'lgan, ayollar janglarda erkaklar qatori qatnashganlar, ayollar kamondan yaxshi otganlar, ular buni otda turib qayrilgan holda ham uddalay olgan, deb yozgan.



Yunon sayyohi Dionisiy Periegit saqlar to‘g‘risida: “Sug‘diyona ortida Yaksart (Sirdaryo) oqimi bo‘ylab o‘qzar, o‘qi behuda ketmaydigan, dunyodagi eng mohir o‘qchi saqlar yashaydi”, - deb yozgan edi.

Tarixchi Gerodotning yozishicha, eramizdan avvalgi ming-yilliklarda hozirgi O‘zbekiston yerlarida yashagan xalqlar mis va temir qazib olishini bilganlar. Mis va temirdan harbiy va mehnat qurollari yasash san‘atini o‘rganib olganlar. Ular shuningdek, kulolchilik, to‘qimachilik va zargarlik hunarlarini egallaganlar. Markaziy Osiyo hududlarida bunday taxminan 2500-3000-yillar ilgari quldorlik tuzumi vujudga kelgan deb hisoblash mumkin.



Markaziy Osiyoda tashkil topgan davlatlar podshoh boshliq qabilalarining ittifoqi edi. Shu bilan birga qabilalarning o‘z sardorlari bo‘lardi, ular harbiy yurishlar vaqtida davlat qo‘shinlariga boshchilik qilardi. Podshoh hokimiyati nasldan-naslga o‘tgan bo‘lsada, ammo ittifoq kengashi va qabila yig‘ini bilan cheklangan edi. Podshoh oilasi va uning a‘zolari davlatni boshqarishda asosiy vazifani egallab oldilar. Natijada podshoh qabila boshliqlarining demokratik huquqlarini cheklab quydi. Podshohlar o‘z xonadonining xavfsizligini ta‘minlash uchun yaxshi qurollangan gvardiya to‘zganlar. Xuddi shu gvardiyaga suyanib, u o‘z qaramog‘idagi aholining hammasini o‘ziga itoat ettirib turishga erishgan. Bu davrda aholining tabaqalanish jarayoni yuz berayotgandi, bunda harbiy aristokratiya, kohinlar, jangchilar va

dehqonlar qatlami ajralib chiqdi. Moddiy nematlar ishlab chiqarish vazifasini chorvadorlar bilan dehqonlar boshqarishardi.

Miloddan oldingi ming-yillikning oʻrtalaridan boshlab Markaziy Osiyo xalqlari forslar, keyinroq greklar hujumiga duchor boʻldi, eski shaharlar va davlatlar vayron qilindi. Bu xalqlar uzoq vaqtlar maboynida ajnabiy bosqichlari zulmi ostida yashashga majbur boʻldilar.

Miloddan oldingi VI asr oʻrtalarida eron qabilalari birlashadilar. Ahamoniylar urugʻidan boʻlgan birinchi hukumdor-Kayxisrov (Kir) boʻldi. Shunday qilib, Kayxisrov miloddan oldingi 529-yilda Markaziy Osiyo xalqlariga bir qancha yurishlar qildi. Biroq Kayxisrov Markaziy Osiyoni bosib olishda har qanday shafqatsizlikdan qaytmadi.

Quyi Osiyo lashkarboshi Garnag bironta ham tirikon qoldirmadi. Yuqorida Osiyoni esa Kayxisrovning oʻzi yer bilan yakson etdi.

Kayxisrovga qarshi hal qiluvchi jang Amudaryoning chap qirgʻogʻida avj oldi. Bu vaqtda massagetlarni eri vafotidan keyin podshoh boʻlgan Toʻmaris boshqarar edi.

Tarixchi Geradotning “Tarix” kitobidagi massagetlar malikasi Toʻmarisning Eron shohi Kayxisrov bilan olib borilgan jang voqeasi avlodlar osha bizgacha etib kelgan.

Toʻmaris massaget qabilalarining boshligʻi hukumron boʻlib, el-yurtning tinchligi va osoyshtaligini koʻz qarachigʻidan himoya qiladi. Biroq Axmoniyilar podshosi Kayxisrov massagetlar osoyshtaligiga xavf soladi. Boshda u Toʻmarisga uylanish yoʻli bilan massagetlarni oʻziga qaram qilmoqchi boʻladi. Toʻmaris bu zolim podshoning shum niyatini bilib, uning taklifini rad etadi. Kayxisrov urush ochib, oʻz maqsadiga erishmoqchi boʻladi. Toʻmaris urushining oldini olishga qanchalik intilmasin, u urush boshlashga qaʼtiy qaror qilgan edi. Shundan keyin Toʻmaris mardona mudofaa jangiga otlanib dushmanga: “Biz bilamizki, sen jangchilikni xohlamaysan, shu sababli bashorati maslahatchimizga koʻnmay, maslahatlar bilan toʻqanishishni istasang, koʻprik yasayman deb oʻtirma. Bizga aysang, biz senga halaqit bermay, daryodan uch kunlik yoʻlga choʻzib ketamiz, bermalol daryodan oʻtasan, undan soʻng yuzma-yuz urushamiz. Bordi-yu, agar biz bilan daryoning sen turgan qirgʻogʻida urushmoqchi boʻlsang, uni ayt, bunga ham biz rozi, faqat nomardlik qilma”, -deydi, Toʻmaris mardona kurashga shaylanadi. Kayxisrov esa

hiyla-nayrang yo‘liga o‘tadi. U To‘marisning o‘g‘li Sparangiz boshliq bir guruh massagetlarni mast qilib, asir oladi. To‘maris g‘azab bilan: “...Ey qonxo‘r Kayxisrov, qilgan ishing bilan maqtanmay qo‘yaqol! Sen mening o‘g‘limni yuzma-yuz jangda engganing yo‘q, uni makkorlik bilan sharob ichirib qo‘lga tushirding. endi mening nasihatimga kir, o‘g‘limni menga topshirib, kelgan yeringga ziyon-zahmatsiz qaytib ket. Agar so‘zimga kirmasang, massagetlar tangrisi Quyosh nomi bilan qasamyod qilamanki, men sendan ochko‘z yuhoni qon bilan sug‘oraman”, -deydi. Kayxisrov bu so‘zlarga quloq solmaydi, urush davom etadi. To‘maris boshliq massagetlar qattiq jangga kirib, Kayxisrov qo‘shinini engadilar, uning o‘zini o‘ldiradilar. To‘maris Kayxisrovning boshini qon bilan to‘lg‘izilgan mishga solar ekan, o‘z kurashiga yakun yasab: “Ey nomard, sen meni-jangda seni holollik bilan yengib chiqqan bir ayolni makkaoralik bilan o‘g‘limdan judo qilib, farzand dog‘ida kuydirding, sen umrining bo‘yi qonga to‘ymading, men o‘z o‘timga amal qilib seni qon bilan sug‘ordim.

Markaziy Osiyo xalqlarining chet el bosqichlariga qarshi olib borgan kurashi vatanparvar cho‘pon Shiroqning o‘lmas qahramonligi haqidagi qissada yorqin ko‘rsatib berilgan. Bu qadimgi afsonani birinchi marta miloddan avvalgi II asrda yashagan grek tarixchisi Polien o‘zining “harbiy hiylalar” degan asarida keltirgan. “To‘maris” afsonasi kabi “Shiroq” afsonasining ham asl nusxasi saqlanmagan. U Polien asarlarida bunday hikoya qilinadi:

Sak qabilasining tinchligi va mustahkamligi xavf ostida qoladi. Yovuz niyatli Doro yaqinlashib kelmoqda. Sak hukumronlari Omarg, Saksfar, Samiris dushmanga qarshi kurash rejasini tuzayotgan paytda cho‘pon Shiroq paydo bo‘ladi. U dushmanni engish rejasini uylagan. Bu reja sak qabilalarini Doroning qulligi xavfidan qutqaradi, dushmanli halokatga olib boradi. Shiroq Doro qo‘shinini “ko‘chib ketgan” saklarning yo‘lini 7 kun deganda “kesib olib chiquvchi yo‘lga” boshlaydi. Shiroq dushmanni bepoyon cho‘lu biyobonga olib boradi. Dushmanning ochlik va suvsizlikdan halok bo‘lishi muqarrar. Yettinchi kuni ham saklardan darak topolmagan Doroning qo‘shini boshlig‘i Ranosbat Shiroqning kallasini chopib tashlaydi. Shiroq: “Men yengdim, yolg‘iz o‘zim butun boshli bir qo‘shinni yengdim, jonajon qabilam saklar va ona tuprog‘im boshiga tushgan yoki kelgan baloni daf qilib, bosqinchi Doro lashkarlarini halokatga olib keldim, to‘rt tomoniing har qaysisi yetti kunlik yo‘l, istagan tarafingizga

ketavering. Baribir borgangiz ochlik va tashnalik emirib nobud qiladi. Mening qonim esa shu erga to‘qiladi”-deb o‘limni shodlik qaxqaxasi bilan kutib oladi va mardlik ko‘rsatdi.

Shunday qilib, Doro I miloddan oldingi 513-yilda saklarni tormor qilishga erisha olmadi, ularning mustaqillikka bo‘lgan irodasini bukib ololmadi.

Markaziy Osiyo xalqlarining yunon makedon bosqichlariga qarshi mustaqillik uchun kurash.

Hozirgi Serbiya tarkibidagi Makedoniya milloddan oldingi 1 ming-yillik o‘rtasida grek dunyosining alohida bir qismi edi. Bu yerda ham xuddi Markaziy Osiyodagidek qulchiligi va shahar hayoti hali rivojlanmagan edi. Makedoniya aholisi asosan erkin dehqonchilik hamda chorvadorlardan iborat edi.

Milloddan avvalgi V asrdan boshlab Makedoniyani yurishlari boshlandi. U faqat Filip II (miloddan oldingi 359-336-yillar) harbiy jihatdan qudratli davlatga aylanib, Osiyoni bosib olishga o‘z oldiga maqsad qilib qo‘yadi.

Miloddan oldingi 336-yilda Makedoniya qo‘shining ilg‘or qismi Gallspond (Dardanel) bo‘g‘ozidan kechib o‘tadi, ammo eronliklar tomonidan qo‘llab quvvatlagan fitna tufayli Filip II o‘ldiriladi. Miloddan oldingi 336-yilda tug‘ilgan 20 yashar o‘g‘li Aleksandr Makedonski (Makedoniyalik Iskandar) uning vorisi bo‘ldi. Aleksandr Filipning ikkinchi xotini Olimpiadadan tug‘ilgan edi. Aleksandr ma’lumotiga Arastu (Aristotel) murabbiyligiga, harbiy tayyorgarlikni esa o‘z otasi Filip rahbarligida oldi. 16 yoshdan boshlab otasi tomonidan borilgan barcha janglarda qatnashdi. Aleksandr Makedonski o‘zining butun ongli hayotini jang-jadallarda o‘tkazdi.

Iskandar Markaziy Osiyoga bostirib kirishda bu yerdagi xalqlarni “faqat qul qilishdan boshqa narsaga yaramaydigan yivvoyi (varvar) lar” deb atab, ularni pisand qilmagan edi. Biroq, uzoq Markaziy Osiyo ko‘rgan-kechirganlari iskandarning “varvarlar” haqidagi tasavvurni chippakka chiqardi. Lekin Iskandar Samarqand bosib olgach, u yerda o‘zining bir garnizotini qoldirib, Farg‘ona vodiysi tomon harakat qiladi va Xo‘jandga yaqinlashadi. Bu yerda Iskandar Kironolning tog‘li aholisiga duch keladi. Kironolliklar Iskandarni tog‘lar to‘xtatishga harakat qiladilar. Bu yerdagi jangda Iskandar yaralanadi. Lekin baribir tepalikni egallashga muvassar bo‘ladi.

Tepalikni egallashda Makendoniyalik jangchilarni bir qismi qoyalardan qulab tushgan bo'lsa. Tog'liklar esa asir tushmaslik uchun ataylab o'zlaridan g'oyalardan tashlab, halok etishdi.

Qator mamlakatlarni tiz cho'ktirgan jahongir bu yerda tog'li "vaxshiylar"ning irodasiga, e'tiqodiga va yurt mustaqilligi uchun ko'rsatgan jasoratiga o'lim keltiradi. Arriionning bergan ma'lumotiga qaraganda, bu janga zolim kishidan 8 ming kishigina omon qolgan holos.

Ayni shu paytda Zarafshon vodiysida yirik qo'zg'olon ko'tarildi. 3-yilga davom etgan qo'zg'olon markazi Sug'diyona edi. Ko'p o'tmay bu qo'zg'olonga Baktriya aholisi ham qo'shildi. Grek makedoniyalarga qarshi endi o'troq aholi ham bosh ko'taradi.

Xalqni qo'zg'olonga otlantirgan Sug'd harbiy sarkardasi Markaziy Osiyo xalqlarining chinakam qahramoni, mard, poytaxti Samarqandda qo'zg'olon boshlandi. Qo'zg'olonchilar grek qo'shinlarining qurshab oldilar. Vaziyatni jiddiyligini sezgan Iskandar Sirdaryo ortidagi saklar bilan bitim tuzishga majbur bo'ladi va unda kuchini qo'zg'olonni bostirishga qaratadi. Lekin Spitamen doimo o'zini hech kim kutmagan joyda paydo bo'lardi. Spitamen o'zini kichrayib qolgan lashkari bilan Baqtriyada paydo bo'ladi. U kichik bir qalada joylashib olgan grek-makedon gornizonini tor-mor etib, greklarning Zarisasidagi qishki qarorg'ohiga yaqinlashdi. Bu yerdagi pistirmaga olib keladi va u yerda barchasini qirib tashlaydi.

Bu g'alabadan so'ng Spitamenning obro'-e'tibori kuchaya bordi va uning lashkariga yangidan-yangi kuchlar kelib qo'shila boshlaydi.

Spitamenni poylab turgan greklar bilan katta jang bo'ladi. Biroq Iskandar bilan yashirincha til birkirib olgan ko'chmanchilar sog' qoladilar. Bu esa Spitamenni jasorati edi. Iskandar vafotidan so'ng Baktriyani qisqa muddatiga Aleksandr Selevek davlati tarkibiga, so'ngra esa grek Baktriya podsholigi tarkibiga kiradi.

Eramizning I-III-asrlarida Qushon davlati hozirgi O'zbekiston, Tojikiston, Pokiston shuningdek Afg'oniston va Hindistonning katta qismi egallab oladi hamda Rim, Parfiya, Xitoy xonliklari bilan tenglashib, antik dunyoning yirik imperiyalaridan biriga aylandi.

Tarixiy manbalar va ilmiy asarlar shuni tasdiqlaydiki, arablar bostirib kirguncha qadar O'rta Osiyoda yuksak tarbiya hukumron bo'lgan, dehqonchilik hunarmandchilik O'rta Osiyo xalqlarining o'ziga xos bo'lgan ko'p asrlik tarbiyaga, shuningdek, xalq xo'jaligiga,

jismoniy tarbiya harakatiga benihoyat katta putr etkazishdi. XI asrning buyuk olloma olim, xorazmlik Abu Rayxon Beruniy Qutayba haqida: "Qutayba Xorazm yozuvini bilgan, Xorazm afsonalarini saqlagan kishilarni, ularning orasida bo'lgan olimlarning hammasini turli yo'llar bilan ta'qib ostiga oldi va yo'q qilib yubordi"deb yozgan edi.

VIII asrning oxirlarida IX asrning boshlarida O'rta Osiyoda iqtisodiyotning rivojlanishi bilan tarbiyaning turli jabhalaridagi an'analarning uyg'otish va kuzatildi. Taniqli arxeologik olimlar V.M.Masson, G.A.Pugachenkova, L.I.Albadm, A.Asqarov va boshqalarning Xolchayontepa, Bolaliktepa singari qadimiy joylardan topgan kamon o'qlarining uchlari juda ko'p narsalardan dalolat beradi. Xolchayontepadan topilgan ot va suvoriylarning haykalchalari g'oyatda katta ilmiy qimmatga ega ekanligi bilan ajralib turadi. Bu narsa shuni ko'rsatadiki, Xolchayon otlari yengil qurollangan suvoriylar uchun mo'ljallangan. Suvoriylar o'ziga xos kiyimda yurishga va yoy bilan qurollanishgan.

Topilgan suvoriy haykalchalari shuni ko'rsatadiki, ular otda elib borayotib, nishonga aniq o'rganlar. Bu esa katta jismoniy kuch va malakani, chaqqonlikni talab etar edi.

Arxeologiya va etnografiya ma'nbalari shundan dalolat beradiki Respublikamizni janubiy hududida qadim-qadim zamonlarda ham jismoniy tarbiyaning muayyan tizim mavjud bo'lgan. Shuni ko'z olidingizga keltiringki, sanoqsiz harbiy yurishlarda ishtirok etuvchi Baktriya jangchilariga katta jismoniy tayyorgarlik: chaqqonlik, tezlik, kuch va chidamlilik juda zarur bo'lgan. Bu sifatlar ularda uzoq muddat davom etgan mashg'ulotlardan so'ng qaror topgan. Bu davrda ot sporti, kamondan otish, yugurish, sakrash, irg'itish, suvda suzish, ovchilik shaxmat, kurash va boshqa ko'pdan-ko'p o'yin turlari yuksak taraqqiy etgan. Surxondaryo hududida Nina mabudasining paydo bo'lishi shundan guvohlik beradiki, bu yerda qadimgi grek olimpiya o'yinlariga o'xshash sport musobqalari o'tkazilgan.

O'rta Osiyoning tashqi tadqiqotchisi G. Pugachenova shaxmat tarixi haqida shunday yozadiki: "...fil suyagidan yasalgan-balandligi 2.2 eni 2 santimetr bo'lgan ikkita shaxmat figurasining topilishi katta kashfiyotdir. Ulardan biri fil, ikkinchisi esa ho'qiz timsolidir. Ularning eramizdan bo'lgan I-II asrlar, ya'ni Qushon saltanati davriga mansub deyish mumkin. Dalvazrnitepadan topilgan shaxmat donachalari

chaturing o‘yinning shatranj shakliga oid bo‘lishi kerak”,- deb yozgan edi.

Zaminimizda shaxmat donachalarining topilishi shundan dalolat beradiki, Surxondaryo hududida Osiyoning boshqa joylarigi qaraganda shaxmat ancha taraqqiy etgan. Xalq afsonalari, eposlar, rivoyatlar bu hududda qadim zamonlardan xalqning o‘ziga xos jismoniy tarbiyasi shakllangan va rivojlanganligidan guvohlik beradi. Masalan, “kurash”, “ko‘pkari uloq”, “poyga”, “olomon poyga”, ovchilik va boshqa ko‘plab harakatli o‘yinlar, bellashuvlar keng yoyilgan. Mazkur xalq rivoyatlarida aytilishiga, balandlikni, uzunlikka sakrash, yugurish, og‘ir yuk ko‘tarish kamondan o‘q otish va boshqalar jismoniy tarbiya vositalari bo‘lib xizmat qilgan. Balandlikka sakrash baland yonayotgan gulxanning ustidan, devorning o‘tishdan iborat bo‘lgan. Yovqur yigitlar ikki tarafga bo‘linib, bellashganlar, yengilganlarni amalga oshirishgan. Bunday musobaqa – bellashuvlar ko‘pincha diniy bayram (Qurbon “ hayiti ”, Ramozon “hayiti”, to‘ylarda o‘tkazilgan).

Shunday qilib, hududimizda qadim-qadim zamonlarda odamlarning kundalik hayotida o‘ziga xos jismoniy tarbiya muhim rol o‘ynagan. Xalq ijtimoiy tarixiy taraqqiyot davomida mavjud sport turlarini takomillashtirgan, Yangilarni o‘ylab topgan va keyingi avlodlarga meros qilib qoldirgan. Shuni alohida e’tirof qilish kerakki, milliy jismoniy mashq turlari yoshlarni jasurlik, chaqqonlik, epchillik va sobitlik ruhida tarbiyalash ularni qiyinchiliklarni dadil bartaraf etishi ruhida voyaga etkazishida bebaho vositalardir. Bu mashqlarning umumiy tarkibi xalqlarimizda jismoniy tarbiyaning tarixan qanday shakllanganligi, rivojlanganligini atroflicha anglab olishiga imkon berdi.

Xalq sport turlarining vujudga kelishi, xususan, kurash, ko‘pkari uloq, olomon poyga, chovg‘on (ot ustida xokkey) ov va boshqalar tarixan juda olis-olislariga borib taqaladi. Biz yaxshi bilamizki, xalq sevgan botirlar, bahodir odamlar qo‘shiq va dostonlarda, xalq rivoyat va afsonalarida qo‘llangan.

Jismoniy tarbiyaning eng murakkab mashqlaridan bo‘lgan yugurishda g‘oyatda chidamli bo‘lish o‘zbek yuguruvchilari uchun xarakterli bo‘lgan. Buning yorqin misoli shuki, qadim zamonlarda chet eliklar bilan bo‘lgan qattiq jangchilardan keyin tez yuguruvchi

jangchi g'alaba xabarini jang maydonidan o'z elatlariga tez yugurib etkazar edi.

Bundan tashqari qadim zamonlarda jang boshlanishida xabar topgan tez yurar razvedkachi o'z xonini xabardor qilishda marafon yugurishidan foydalanib, shahar va vodiya Samarqandni (Samarqandlik tez yugurar, mohir razvedkachi) ismga xizmatkori ayniqsa, marafon yugurishda mashhur bo'lgan. Abu Xafs Nasafiyning aytishiga, Abu Muslim o'ldirilgandan keyin Bodioldo (shamolday tez yuguruvchi) uning jasadini dushmanlarning ko'liga tushmaslik uchun Bog'doddan Samarqandgacha faqat tunlarda marafonga yugurish olib kelshiga muvoffaq bo'lgan. O'rta Osiyoning buyuk allomalari, shoir va mutaffiklari Abu Ali Ibn Sino, Beruniy, A.Navoiy, Firdavsiy, Bobur, Hakim at-Termiziy, Xo'ja Samandar Termiziy va boshqalar o'z asarlarida xalq o'yinlari va bellashuvlariga alohida o'rin berishgan. Masalan, Xo'ja Samandar Termiziyning mashhur "Dastur ul-mulk" asarida shunday deyiladi.

Sinov gali o'zni juratda ko'rsat,  
Umid chavg'oningga mo'ljali to'p shay.  
Axir, saodatga intilishgan fursat,  
Botirlar yovlarga yuzma-yuz kelgan.

Kezi kelganda shuni aytish kerakki, barcha zamonlarda bizning hududimizda jismoniy tarbiya omma orasida faol va keng yoyilishi haqida gap ham bo'lishi mumkin emas. Bu quyidagicha izohlanadiki, faqat boylarga o'z farzandlarini otda yurish, kamondan otish, kurash tushish, shaxmat o'ynash kabilarni o'rgatadigan tarbiyachilar yollash imkoniga ega bo'lgan. Oddiy xalqning jismoniy jihatdan chiniqish o'z oqimida, ko'p hollarda unig mehnat bilan shug'ullanishi jarayonida tarkib topgan.

Xalq o'rtasida o'tkaziladigan sayllar, to'ylarga musobaqalarga g'oliblar uchun qimmatli sovg'alar ajratilgan. Sport musobaqalari va bellashuvlar tabiat bag'rida ko'p sonli tomoshabinlar bemalol kuzatishi, olqishlashi va tomosha qilish mumkin bo'lgan joylarda o'tkazilgan.

Hozirgi O'zbekiston hududida yashagan xalqlar jismoniy tabiyasi o'zining tarixiy taraqqiyotida og'ir va mashaqatli yo'lni bosib o'tdi. U qonli voqealar bo'ronida, tashqi dushmanlarning juda ko'p madaniy boyliklarni yakson etgan, qirg'in keltiruvchi hujumlari, qariyb sira to'xtamaydigan o'zaro urushlar, mehnatkashlarning



ajnabiylari zulmiga va mahalliy ekspluatatorlarga qarshi kurashlari alangalari rivojlangan. Ammo podshohlar biri kelib biri ketgan, xalq qal'asi bergan xalqning eng yaxshi farzandlari o'z o'tmishi an'analarini davom ettirib, Yangidan Yangi moddiy va madaniy boyliklarni yarata berganlar.

O'zbek xalqining eng ilg'or farzandlari-Axmad Donish, Fitrat, Furqat, Muqimiy, Zavqiy, Avaz O'tar o'g'li, Abdulla Qodiriy, Sadriddin Ayniy, Hamza, Usmon Nosir, Cho'lpon, Oybek va boshqalar O'rta Osiyo xalqlarining sotsial va milliy zulmga qarshi chiqqan, xalqlar do'stligi, progressiv g'oyalarini tashviqot va targ'ibot qiluvchi shaxslar edi.

## **2.XIX asr o'rtalarida inqilobgacha turkistonda jismoniy tarbiya.**

Rus generali Chernyaev Toshkent shahrini bosib olish hamda uni Turkiston viloyatiga qo'shishni o'z oldiga maqsad qilib qo'yadi. U 1864-yil kuzida Toshkentni bosib olish uchun birinchi marta urunib ko'radi, lekin bunga muvoffaq bo'la olmaydi. Rus qo'shinlari shahar yaqinidan turib to'plardan. Toshkentni o'qqa to'tadilar. Shahar himoyachilari o'z navbatda javob o'qlari bilan dushman hujumini qaytarib turadilar. Ruslar bu jangda 72 kishini yo'qotib, Chimkentga qaytib ketadilar.

Chernyaev 1865-yilning bahorida Chirchiq daryosi qirg'og'ida joylashgan va Toshkentni ichimlik suvi bilan ta'minlab turgan Niyozbek qal'asini 28 aprelda bir zarb bilan egallab oldi va anhorga oqib keluvchi suvni bo'g'ib qo'yishga farmon beradi. Shaharga non va boshqa oziq-ovqat keltiruvchi yo'llarni to'sib qo'ydi. Toshkent shahari qamaldi qoldi. Chernyaev Toshkent o'z ixtiyori bilan taslim bo'ladi deb o'ylagandi, lekin bu hol yuz bermadi. Nihoyat 1865-yil 9 may kuni ikki tomon kuchlari bir-birlari bilan to'qnashdi. Rus qo'shini bilan shahar himoyachilar o'rtasida jang Solar arig'i atrofida davom etdi. Dushman to'p va zambaraqlarda o'q yog'dirib turishga qaramay himoyachilar qahramonlarga jang qildilar. Jang chinakam qizib ketadiki, to'proq osmonga sapchirdi, to'plar gumburidan, quloqlar qomatga kelar edi. Yetti yoshdan Yettmish yoshgacha erkak-xotin, yosh-qari xizmat kamarini bellariga mahkam bog'lab, shahar lashqariga yaqindan yordam bera edi. Toshkent himoyachilari Sho'rtepa joylashgan rus qo'shinlariga qarshi hujum boshlaydilar.

Ana shu jangda talantli sarkardi Alimqul og‘ir yaralanib safdan chiqadi va ko‘p o‘tmay halok bo‘ladi. Alimqul halok bo‘lgach, uning qo‘shinlari Toshkentni o‘z holicha tashlab chiqib ketadi.

O‘rta Osiyoning chor Rossiyasi tomonidan bosib olinishi mehnatkashlarning ekspluatsiya qilishiga barham bermadi, balki uning Yangi shakl, ko‘rinishlarini vujudga keltirdi. Oq podosh zamoni hukumronligi O‘rta Osiyo xalqlarining madaniy taraqqiyotiga har jihatdan to‘sqinlik qildi. Biroq barcha salbiy ko‘rinishlarga qaramasdan, Turkiston o‘lkasining Rossiyaga qo‘shib olinishining progressiv jihatlari ham bor edi. Turkiston o‘lkasi xalqlarining xo‘jalik va madaniy taraqqiy uchun muayyan darajada sharoit vujudga keldi. Chorizmning reaksiyon va xalqqa qarshi siyosatiga kirmasdan, Rossiya Turkistonning ilg‘or fikrli odamlari O‘rta Osiyoning Rossiya tarkibiga qo‘shib olinishi nainki siyosiy va iqtisodiy jihatdan, balki milliy tarbiya, shu jumladan, jismoniy tarbiya harakatining rivojlanishi yo‘lida ham katta progressiv ahamiyatga ega ekanligini juda yaxshi bilardilar.

Rossiya mahalliy aholini zo‘rovonlik bilan ruslashtirishga intilib, o‘zbek xalqining milliy tarbiyasini rivojlanishiga to‘sqinlik qilardi. Biroq, shunday sharoitda Turkistonning Rossiya tomonidan bosib olishi o‘zbek xalqi hayotida ijobiy moment bo‘ldi. Xalqning iqtisodiy va madaniy jihatdan rivoj topishiga to‘sqinlik qilib kelgan ba’zi reaksiyon odatlar yo‘q darajaga kelib qoldi.

Qadimiy xalq o‘yinlari, jismoniy mashqlar va musobaqalar jismoniy tarbiyaning xalq vositalari sifatida saqlanib qolaverdi. Biroq inqilobga qadar bu vositalar, xuddu avvaldagidek, asosan mahalliy boylar, oq suyak zadagonlar va chorizmni gumashtarlari ihtiorida bo‘lib ulardan xalq ommasini ozodlik uchun, zolimlarga qarshi sinfiy kurashdan chalg‘itish maqsadlarida foydalanib kelinar edi.

Inqilobga qadar O‘rta Osiyo maktab, madrasa, qiroat xonalarda maktab gigiyenasining eng oddiy qoidalariga juda kam darajada rioya qidinar edi. Bolalar maktabga qatnay boshlagan dastlabki kunlaridanoq ularga zohidlik singdirila borilardi. Dars paytida ular quruq bo‘yra yoki sholga ustida cho‘kka tushib o‘tirishardi. O‘qitish asosan feodal diniy aqidalarni singdirish, keyinroq esa qur‘on yodlashtirishdan iborat bo‘lardi. Jismoniy mashq bajarish, hatto odatdagi serharakat o‘yinlar o‘ynash ham ruxsat etilmasdi, bu esa

bolalar va o'smirlarning jismoniy rivojlanishiga va o'sishiga salbiy ta'sir ko'rsatardi.

XIX asr ikkinchi yarmida Turkiston o'lkasidagi o'quv yurtlarida jismoniy tarbiyani joriy qilishga birinchi marta ko'rildi. O'g'il va qiz bolalar gimnaziylarida va ba'zi maktablarda birinchi marta jismoniy tarbiya joriy etildi. Biroq mashqlar muntazam ravishda o'tkazilmas, o'qituvchilarning bilim darajasi va tayyorgarligi yetarli emasdi.

1890-1892-yillarda Turkiston o'lkasidagi maktablarda jismoniy tarbiya mashqlari bir muncha joylandi. Bu davrda harbiy maktab va bilim yurtlarida gimnastika, qilichbozlik, otish va turli o'yin mashg'ulotlari o'tkazila boshlandi. XX asr boshlarida gimnastika, tennis rivoj topdi.

Toshkentda 1994-yilda "Okrug qilichbozlik-gimnastika maktabi" ochildi va unda qilichbozlik, jihozlar ustida gimnastika mashg'ulotlari o'tkazil boshlandi. Maktablar gimnaziylar va bilim yurtlarida jismoniy tarbiyadan malakali qadrlar etishmasligi mahaliy hokimiyat rahbarlarini 1912-yilda jismoniy tarbiya o'qituvchilari tayyorlaydigan birinchi gimnastika va harbiy sof kursi ochishga majbur qiladi.

O'rta Osiyoda umumiy xalq maorifi ishlariga, shu jumladan jismoniy tarbiyaga nihoyatda kam e'tibor berilar edi. Masalan, 1914-yilda butun Turkiston o'lkasi hududida bor yo'g'i 160 ta maktab bo'lib amaldorlar va mahaliy feodallarni bolalari edi.

Inqilobdan ilgari Turkiston o'lkasidagi maktablarda jismoniy tarbiya muvaqqat va hech qanday tizimga asoslanmagan, shuning uchun ham Turkistondagi o'quvchi yoshlarni jismoniy jihatdan kamol toptirish va sog'lom hamda baquvvatlashtirish vositasi bo'lmas edi.

1916-yil 1-oktyabrdan boshlab O'rta Osiyoda "sport safarbarligi" degan tashkilot o'z ishini boshladi. Bu tashkilotga erkaklar gimnaziyasi, seminariyasi, real bilim yurti va hunar bilim bortlarining talabalari bir oy muddatga safarbar qilinardi. Dastur tariqasida askarlar yoki qo'shinlar uchun mo'ljallangan jismoniy tayyorgarlik qo'llanmasidan foydalanilardi. "Sport safarbarligi" o'z mohiyat e'tibori bilan g'alaba qilguncha davom ettiriladigan urush uchun Yangi zahiralar tayyorlashga xizmat qilardi. Ushbu tashkilot Turkistondagi o'quv yurtlari talabalari harbiy va jismoniy tayyorgarligining o'ziga xos ko'rigi ham edi. Bu ko'riklar inqilobdan

oldingi Turkistondagi o'quv yurtlari talabalarini jismoniy tarbiya nafaqat past darajada ekanligini bildiradi.

1890-yillarga kelib Toshkent va Samarqand shaharlarida daslabki poyga o'tkazish jamiyatlari tashkil qilindi. Bular eng serg'ayrat, ishchan sport jamiyatlari edi, chunki bu jamiyatlarning asoschilari va faxriy prezidentlari durustgina pul ishlab olishlari va obro' ortirishlari mumkin edi.

Turkiston o'lkasi aholisi o'rtasida velosiped sportiga qiziqish kuchayishi 1895-yilda "Turkiston havaskor" velosipedchilar jamiyati tuzilishiga, keyinchalik esa Toshkentda velosiped yo'lini qurilishiga sabab bo'ladi. Ryaxovskiy, Petroveniy va boshqalar Turkistondagi dastlabki velosipedchi sportchilari jumlasidandir. Bu jamiyat Turkistonda velosiped sportini rivojlantirishda katta rol o'ynadi.

1904-yilda "Toshkent gimnastika va jismoniy mashq havaskorlari jamiyati", 1906-yilda esa "Sokol" yengil atletika guruhi tashkil yetildi. Mazkur jamiyat va guruh sportning shu turicha havaskor bo'lgan bir to'dagina kishilar o'rtasida mashg'ulotlar o'tkazardi.

1912-yilda Toshkentdagi "Okrug" qilichbozlik gimnastika maktabida bo'lib o'tgan saralash musobaqasi revolyusiyadan oldingi davrda gimnastikani, yengil atletika qilichbozlikdan o'tkazilgan yirik musobaqa edi. Bu musobaqalarda Stogolmda bo'ladigan V olimpiada o'yinlarida qatnashadigan. Rossiya komandasini to'ldirish uchun eng yaxshi sportchilar tanlab olingan edi.

1913-yilda tashkil etilgan "Toshkent sport havaskorlari jamiyati". Inqilobdan ilgari Turkiston o'lkasidagi eng yirik sport jamiyati edi.

Biroq mehnatkashlar ommasi bu jamiyatlardan chetda turardi. Jamiyat a'zolari asosan martabali va mulkdor kishilar-burjua ziyolilari, savdogarlar hamda bekorchilikdan zerkib biror ermak izlovchi harbiy mansabdorlar edi.

Inqilobdan oldingi turkistonda sport g'oyat sust rivojlangandi. O'sha-yillarda Turkiston yoshlarida fizkultura va sportga intilish katta edi-yu, ammo chor hukumatining malaylari jismoniy tarbiyani o'zlari uchun foydali, o'ziga xos ko'ngli ochish vositasiga aylantirishga harakat qilardilar.

1908-yildan boshlab Turkistonda professional polvonlar qatnashadigan chempionatlar o'tkazila boshladi. Bu chempionatlarda

butun dunyoga taniqli Zaikin, Padubniy Vaxturov, Bul, Hoji Muqon kabi juda ko‘p boshqa polvonlar qatnashdilar.

Toshkent Beshyog‘och daha Chaqar mahallada yashab o‘tgan Ahmad pahlovon Topilboy o‘g‘ilning O‘rta Osiyoda kurashib, yiqitmagan pahlovon qolmagan edi. Shu vaqtlarda butun jahonga mashhur bo‘lgan nemis pahlovoni Reppel Toshkentga kelib, sirkda o‘z pahlovonligini ko‘rsatib hamma tomoshabinlarni qotil qilib yurardi. Uning og‘irligi sakkiz yarim pud (133 kg) bo‘lib, sakkiz pudlik cho‘yanni ikki qo‘li bilan, o‘n olti pudlik cho‘yanni kafti bilan ko‘tarar edi.

Shu pahlovon Ahmad pahlovonning dovrug‘ini eshitib qolib, u bilan kurash tushmoqqa jazm qilibdi. “Kim yiqilsa, yonida ellik so‘m beradi” deb garov bog‘lashibdi. O‘sha kuni sirkni odam bosib ketibdi. Yigirma sakkiz yoshli Ahmad polovon egnida bag‘ri bog‘langan oq yaktak bo‘lib tushgan Reppel chiqib keldi. Uning belida tasma belbog‘i bor edi.

Ikki zarbardast pahlovon o‘rtada bel tutishib ketdilar. Tomoshabinlarning yuragi zirqirab ketdi. “Kim-kimni yiqitar ekan?” degan tashvishda nafaslarini ichlariga yutib tek turib qoldilar. O‘sha asnoda sirkda pashsha uchsa bilinar edi. Faqat ora-sira pahlovonlarning “gih” etgan tovushlarigina eshitilib qolar edi. orada bir necha daqiqa o‘tar-o‘tmas Ahmad pahlovonning “yo Alisher xudo” degan nidosi eshitilib qoldi. Shudam yer larzaga kelgandek bo‘ldi. Charhpalak bo‘lib tushgan Reppel yerda uzra tushib yotar edi. Qarsak ustiga qarsak bo‘ldi, qiy-chuv ko‘tarildi. O‘sha-yillarda Turkiston o‘lkasidagi sirklarda milliy kurash musobaqalari ham o‘tkaziladigan bo‘lib qoldi.

1906-yilda O‘rta Osiyoda futbol vujudga kelgan-yil deb hisoblash mumkin. Lekin O‘zbekistonda birinchi bor futbol komandasi Qo‘qon shahrida “Muskomanda” (musulmonlar jamoasi) tashkil etilgan. Bu jamoani Kamol va Husan Muhiddinovlar, Oxunjon Boymatov va Hoshimjon Aminov kabi fidoiy kishilar tashkil etishgan. 1930-yillarga kelib jamoaning shuhrati Turkiston o‘lkasi bo‘ylab keng tarqaldi.

“Muskamonda” 1934-yilda O‘rta Osiyo va Qozog‘iston Respublikalari sport olimpiadasida g‘olib bo‘lgan.

Ilg‘or ziyolilarning yerli aholi o‘rtasida sport ishlarini yo‘lga qo‘yish, ularni turli sport komandalariga jalb qilish yo‘lidagi har

qanday tashabbusiga hokimiyat mamurlari to'sqinlik qilardi. Masalan, 1913-yilda Toshkentdagi maktab ishchilarning sport to'garagi tashkil etishga o'rinishlari behuda ketdi. Ishchilarning maxsus iltimosnomasiga Turkiston general-gubernatori "Har qanday sport jamiyatlari tashkil etishni taqiqlayman" deb revolyusiya qo'ydi.

1915-yilda ommasining qalbida chuqur joy olgan, uning ta'sirli tomoshabinlaridan hisoblangan kurash musobaqasi har qanday taqiqlashlarga qaramay, shahar va qishloqlarning ko'p odam to'plashadigan qulay maydonlarida zo'r qiziqish bilan davom etaverdi. Bu esa gar amaldorlarini keskin choralar ko'rishicha, kurash maydoni atroflicha to'planganlarni zo'rlik bilan tarqatib, hatto ularga qarshi jazo tadbirlarni ko'rishga majbur etadi.

Ammo ana shunday taqiqlash siquvlarga qaramay, xalq ommasi o'z jismoniy tarbiyasini, xalq o'yinlarni avaylab saqladi va rivojlantira berdi. O'zbek xalqi o'rtasida kurash, poyga, uloq, dorbozlik, akrobatika, turli xil xalq o'yinlari ilgarigidek keng tarqalganligiga qola berdi. Hech bir bayram, hatto diniy hayitlar, ayniqsa bahorni navro'z sayillari polvonlarning hammasi hayratga soluvchi o'yinlarsiz o'tmas edi. Oddiy xalq arqon tortishi, yog'och oyoqda yurish, silliq xodaga tirmashib chiqish va boshqa ommaviy o'yinlarda qatnashib ko'ngil ochar edi.

N.S. Lixoishi o'zining "Turkistonda o'tkazilgan yarim umr" kitobida yozganidek, yerli aholi kurashni juda sevardi. Ko'klamning dastlabki yorug' kunlari etib kelishi bilanoq sport yoshlari har juma kuni juma namozidan keyin shahar chekkalaridagi bog'larga yo'l olishadi, u yerda odam yig'ilib, bahorda kurash bellashuvini tomosha qilish va kurash sovrinini olish uchun to'planishadi. Bellashuvlar rosa avjiga chiqqan payt olomon birdan har tarafga tarqalib, bir-birini bosib, to's-to'polon bo'lib, boshi oqqon tomonga devor oshib qochib qolishdi. Bog' yonidagi ko'chadan otliq politsiyachilar kelayotgan mahliyo bo'lib, hushtak chalishga ulgurolmay qolibdi.

Yana Lixoshin o'z ocherklarida kurashga tushgan polvonlarning bellashuvini, ularning kurashish texnikasi va tip-tikasining ma'lum rejalar asosida ekanini, kurash doira shaklidagi maydonda o'tkazilishini batafsil tariflangan. Ya'ni har bir kurash 2-3 daqiqa davom etib, oyoq chalish va avval belbog'dan ushlash usullari qo'llanilgan. Demak, XX asr boshlarida kurashning eng qadimgi

usullari va an'analari (bellashuvlarning doira maydonchada bo'lishi, belbog'dan ushlash usuli) saqlanib qolgan.

Musobaqalar va xalq o'yinlarining shu kabi barcha shakllari odamlar o'rtasida muhim o'zaro munosabat vositasi bo'lib, mehnatkashlar sinfiy ongini uyg'otishda, ularni belbog'liqqa, huquqsizlikka, chor mustamlakachilari bilan mahaliy feodal zulmiga qarshi kurashga otlantirishda tashkilotchilik rolini o'ynadi.

Hozirgi O'zbekiston hududida jismoniy tarbiya tarixi jarayonida kurash, ot sporti, o'q yoy otish, dorbozlik, akrobatika va g'oyat xilma-xil o'yinlar hamda turli olishuvlar singari milliy sport turlarining taraqqiy etishi yaqqol ko'zga tashlanib turadi.

Inqilobdan ilgari O'zbekiston chor Rossiyasining qolqon chekka o'lkasi edi. xo'jalik va madaniy jihatdan qalqonsiz huquqsizlik, rus burjuaziya va mahaliy ayonlarining shafqasiz ekspluatatsiyasi o'zbek xalqining qismati bo'lib qolgan jismoniy tarbiyadan juda oz kishilar bahramand edi. sport maydonchalari shug'ullanar, mehnatkashlar ommasi spot jamiyatlari faoliyatidan chetda, musobaqalarda hamda sportning ayrim turlaridan mashg'ulotlarda qatnashmas edi. O'zbekistonda 1917-40-yillarda jismoniy tarbiya va sportni rivojlanishi.

1917-yil Ulug' oktyabr sotsialistik revolyusiyasi o'zbek xalqi tarixida Yangi sahifa ochdi. Bu inqilob o'zbek xalqini sotsial va milliy zulmdan qutqardi, unga qoloqlikdan taraqqiyotga tarixda misli ko'rilmagan sakrash yasash imkoniyatini berdi. Ulug' oktyabr sotsialistik revolyusiyasi o'zbek xalqining iqtisodiy siyosiy va madaniy jihatdan har tomonlama rivojlanishi uchun keng yo'l ochib berdi.

Kommunistik partiya Sobiq ittifoq hokimiyatining dastlabki-yillaridanoq jismoniy tarbiyani vazifasi ishchi va dehqon yoshlar salomatligini tiklash va sovet hokimiyati tevaragida jipslashtirishning kuchli vositasi bo'lishidan iborat ekanini belgilab berdi. Partiya jismoniy tarbiya va sportni mehnat nashlar manfaatlari uchun, ularning oshirish va davlatning mudofaa qobilyatini kuchaytirish uchun xizmat qildiradi boshladi.

Yosh sovetlar hukumati, o'sha davrda juda katta qiynchiliklarni boshdan kechirayotganiga qaramay, madaniy qurilish masalalariga, shu jumladan jismoniy tarbiyali rivojlantirishga katta e'tibor bera

boshladi. Jismoniy tarbiyani amalga oshirish esa, umumiy harbiy ta'limga yuklandi.

Shunday qilib Turkiston o'lkasidagi yosh jismoniy tarbiya tashkilotlarining ishtoki 1923-yil iyun oyiga qadar Turk frontining umumiy harbiy ta'lim boshqarmasi rahbariligida amalga oshirilib kelindi.

1918-yilda Turkiston yoshlarining birinchi proletor tashkiloti vujudga keladi. 1919-yilda u rasmiy komsomol tashkilotiga-Turkiston kommunistik yoshlar soyuziga aylandi. Bu soyuz Respublikada jismoniy madaniyat harakati masalalariga katta e'tibor bera boshladi. Turkiston komsomolning birinchi o'лка sezida 1927. Turkiston jismoniy madaniy va sport ishlarini rivojlantirish vazifalariga katta ahamiyat berildi,-yilda xalq universiteti qoshida jismoniy tarbiya to'garaklari tuzilib, bu to'garaklarda sportning suvda suzish turi ilk marta rasm bo'ladi, futbol kamondalari tuzildi, yengil atletika va gimnastika mashg'ulotlari o'tkazildi, sentyabrida Turkiston Umumiy harbiy ta'lim boshqarmasining ko'rsatmasi bilan birinchi O'rta Osiyo olimpiadasiga tayyorgarlik ko'ra boshladi. Olimpiada 1920-yil oktabr boshlarida o'tkazildi. Dasturchi yengil atletika, futbol, ot sporti, shaxmat kabi sport turlari, shuningdek uloq, kurash, arqon tortish va boshqa an'anaviy xalq o'yinlari kiritilgan edi.

Turkiston hukumati rahbarligida Umumiy harbiy ta'lim organlari va uning jismoniy tarbiya sovetlari, o'лка komsomol tashkiloti va kasaba uyushmalari olib borilgan juda katta ishlar ijobiy natijalar berdi.

Yosh hokimyatning dastlabki-yillaridayoq Toshkent, Samarqand va Skobelev tugatildi. Maorif, Sog'liqni saqlash komissarliklarining hamda umumiy harbiy ta'lim Boshqarmasi bosh boshlig'ining 1920-yil 31-oktyabridagi Direktivasiga muvoffaq butun Sovet Rossiyasidagi kabi Turkiston o'lkasida ham barcha maktablar va harbiy ta'lim kurslarida 1921-yil 1-fevraldan boshlab jismoniy tarbiyaning izchil tizimi-"maktab yoshidagi bolalar o'rtasida va hamma yoshdagi o'smirlar o'rtasida jismoniy tarbiyani amalga oshirish" joriy qilindi. Yuzlab jismoniy tarbiya instruktorlari tayyorlandi. Bu esa mazkur Deriktivni O'zbekistonda ham amalga oshirish imkoniyatini berdi.

Maorif Xalq Komissarligi bilan Turkfront Umumiy harbiy ta'lim boshlig'ining shu masala yuzasidan. 1922-yil 4-martda chiqargan 12-



buyrug'ida bunday deyilgan edi: 1.O'quvchi. yoshlarni sportiga tortishni amalga oshirish maqsadida Umumiy harbiy ta'lim Bo'limlari mahalliy Xalq Maorif bo'limlari bilan birgalikda Respublika hududidagi maktablarda va Xalq Maorif Komissarligiga qarashli bolalar muassasalarida sport to'garaklari tashkil qilishga kirishsinlar bu to'garaklar orqali jismoniy tarbiya asoslari turlariga tadbiq etilsin ishlatilmayotgan kuchlar va zarur sport ashyolari shu to'garak ixtiyoriga topshirilsin. 2.Jismoniy tarbiya mashug'ulotlari (o'yinlar, sport va gimnastika) majburiy dars qatorida joriy etilsin va bu dars maktablaridagi mashug'ulotlarning umumiy hisobiga kiritilsin.

Ulug' Oktyabri revolyusiyasini birinchi-yildan boshlab jismoniy tarbiya darslari maktablarda joriy qilina boshladi. Bunga misol tariqasida 1918-yil Farg'onada shahrida tashkil qilingan o'zbek maktabini ish tajribasini keltirish mumkin. Bu maktabga T.N.Qori-Niyoziy ochib unga rahbarlik qilgan edi, keyinchalik u kishi O'zbekiston fanlar akademiyasining ko'tarildi. Qori-Niyoziy domla keyinchalik shunday eslaydilar: "Bolalar o'zlarining Yangi maktablarini joni dili bilan sevardilar va juda tezgina o'qishga kirishib ketdilar"-degan edi. Maktabda uncha katta bo'lmagan sabzavot, gullar ekadigan joylari, jismoniy tarbiya shaharchasi va ustaxona bor edi. Dars tomom bo'lgandan keyin bolalar uylariga ketmasdan, balki ulardan ayrimlari polizga, gulzorga borib ishlashardilar, qolganlari esa jismoniy tarbiya bilan shug'ullanar edilar yoki bo'lmasa geografiya xaritasi oldida bahslashdilar.

Ana shu maktabda 1919-1921-yillarda jismoniy tarbiya darsini olib borgan o'qituvchi G.M.Bernatsiyni aytishiga ko'ra jismoniy tarbiya darsida gimnastika majburi bo'lib hisoblanardi va u o'quvchilar o'rtasida katta qiziqish va muhabbat hissi bilan foydalanilardi. Bu shuni ko'rsatib turibdiki sovet hokimyatini birinchi-yilidan boshlab Aynan, Farg'onada 1920-yili Umumiy majburiy ta'lim bo'limida jismoniy tarbiya bo'yicha dastur nashr qilindi biz Respublikamizda maktab dasturlaridan birinchi edi. keyinchalik aniqlashiga ko'ra dasturni tuzatuvchi va mualif N.G.Yelkin ekan.

Keyinchalik Toshkent, Qo'qon, Andijon, Samarqand va boshqa shaharlar maktalarida jismoniy tarbiya darslari joriy qilindi.

1921-1924-yillarga kelib maktablardagi jismoniy tarbiya darslari bir muncha faollashdi. Chunki 1922-yilning martida Xalq Maorifi

Komissarligi va Umumiy majburiy ta'lim boshqarmasi bilan birgalikda maktablarda jismoniy tarbiya darslari majburiy fan sifatida kiritilishi haqida qo'shma buyruqlar qabul qilindi. Albatta, kadrlarni yetishmasligi, material ba'zalarini yo'qligi va kamligi sababli bu buyruqni bajarish o'ng'ay bo'lmasdi. 1922-yilning dekabrda Turkiston o'lka fizkultura soveti qoshida maktab komissiyasi tashkil etiladi. Shuningdek uni faolyati maktablarda jismoniy tarbiyani jonlantirishga yordam berishdir.

1929-yili Farg'ona viloyati harbiy komissariati qoshidagi Umumiy majburiy ta'lim bo'limi tomonidan "Besh-yillik maktablarida 1-2 sinflarda jismoniy tarbiyani darsini o'tish qisqacha dasturi" nashr qilindi. Bu dasturda gimnastika, yugurish, sakrash o'yin mashg'ulotlarini o'tkazish nazarda tutilgan. Uni kirish qismida quyidagi ko'rsatmalar berilgan: Gimnastik quyidagi maqsadga ega: to'g'ri jismoniy rivojlanishini berish, organizmdagi nuqsonlarini to'g'rilash, harakat koordinatsiyasining ishlab chiqish bilish, intizomini rivojlantirish va nerv tizimlarini mustahkamlash.

Yugurish yurak, o'pka, hazm qilish organlaridagi mushak tolalarini rivojlantirishga yordam berish, energiya va irodani rivojlantirish.

Sakrashlar, yugurishdi qanday bo'lsa, bunda xuddi shunday, biroq qo'shimcha epchillikni, ko'z bilan o'lchashni va mushaklarni tez qisqarish qobiliyatini rivojlantirish.

O'yinlar: Umumiy jismoniy rivojlanishidan tashqari nerv tizimsini mustahkamlashda, psixologik sifatni mustahkamlaydi va rivojlantiradi bularni barchasi esa pedagogik tarbiya vositalaridan biri hisoblaniladi.

Dasturda o'qituvchilarga quyidagilarni tavsiya qilinadi:

1. Mashg'ulotni albatta, toza havoda yoki oddiy shamollatilgan xonada o'tkazilishi kerak, lekin hozirgina dars o'tkazilgan xonasida emas.

2. 10 daqiqa vaqtini gimnastika mashqlariga, qolgan vaqtini-yugurish, sakrash yoki o'yinarga, bag'ishlanadi; agarda o'yin bilan barcha o'quvchilar shug'ullanalar, unda to'liq darsni o'yinga bag'ishlagani maqul.

O'lkada jismoniy tarbiyani majburiy dars sifatida maktab dasturiga kiritish o'qituvchi kadrlar tayyorlash masalasini keskinlashtirib yubordi. Turkiston o'lkasi sharoitida bu masalasini hal

qilish ham katta qiyinchiliklar bilan bog'liq edi. Turkiston Fronti Umumiy harbiy ta'lim boshqarmasi boshlig'i A.N.Izrailevning 1921-yil 10-fevralida N.I.Podvoyskiy nomiga yuborgan bildirishidan ma'lum bo'lishiga, Toshkentda jismoniy tarbiya o'qituvchilari tayyorlaydigan "sport kursi tashkil etish" uchun kelishilib, 40 kishidan tashkil topgan kursni 1921-yil 15-fevraligacha ochish belgilandi. Keyinchalik Samarqand va Skobelev shaharlarida ham xuddi shunday kurslarni tashkil etish tadbirlari ko'riladi.

1921-yil 13-yanvarda umumiy harbiy ta'lim boshqarmasi huzurida barcha idoralar va tashkilotlarning jismoniy tarbiya sohasidagi faoliyatini tartibga solib turadigan idoralararo tashkilot-Turkiston Markaziy fizkultura Sovet 1923-yilga qadar o'lkadagi barcha tashkilotlarning fizkultura va sportni rivojlantirish sohasidagi ishlarni yo'lga solib turuvchi rahbar organ bo'lib keldi. Sovet tarkibida sog'iqni saqlash va maorif xalq komissarliklarni hamda Umumiy harbiy ta'lim Boshqarmasidan ikkitadan vakil, Turkiston Kompartiyasi Markaziy Komiteti, VSSPS byurosi, Turkiston kommunist yoshlar Soyuzi Markaziy Komiteti, Toshkent deputatlari Soveti, Turkiston Kommunistik partiyasi Markaziy Komiteti huzuridagi xotin-qizlar bo'limi, Turkiston sportligasi va dehqonlar uyushmasidan bittadan vakil bor edi. Umumiy harbiy ta'limning barcha hududiy okruglari huzurida ham xuddi shunday fizkultura sovetlari tuzildi. Markaziy fizkultura Sovetning dastlabki raisi A.N.Izrailev, masul sekretari I.V.Gaidul, ilmiy metodik komissiyasi boshlig'i D.Ukransev edilar.

Shu davrda viloyat fizkultura Sovetlari (hozirga bo'linishi asosida) hal tuzilib, ularga ham rahbar xodimlari tayinlandi.

Markaziy fizkultura soveti va uning joylariga organlari tuzilishi fizkultura harakatida katta rol o'ynadi, o'lkadagi barcha yirik shaharlarda sport to'garaklari vujudga kelishiga, xilma-xil sport tadbirlari o'tkazilishiga va maktablarda jismoniy tarbiya o'qitish majburiy dars sifatida quyshimcha yordam beradi. Masalan, 1922-yil 25 sentyabrda olingan ma'lumotlarga ko'ra o'sha vaqtda Markaziy Fizkultura Soveti tizimida 46 ta tuman va uchastka sport tashkilotlari bo'lib, ular 1920-yildagidek 2800 kishini emas, balki 4797 a'zoni (shu jumladan 382 xotin-qizni) birlashtirar edi. o'lkada 11 gimnastika zallari va shaharchalari, 345 ta sport maydonchasi va bitta veloterek bor edi. Gimnastika 17 tashkilotda, yengil atletika 20 tashkilotda,

futbol 26 tashkilotda, basketbol 7 ta tashkilotda rivojlantirila boshlagan edi. Ammo og‘ir atletika, boks, qilichbozlik va velosiped sportni rivojlantirish hamon sust borar edi. Velosiped otiga 3 tashkilotda, og‘ir atletika va boks iki tashkilotda yo‘lga quyilgan edi.

Shu-yilda Qo‘qon yengil atletika musobaqalari, Qo‘qon, Andijon va Jalolobod komandalari o‘rtasida futbol uchrashuvlari o‘tkazilgan. Futbol komandalari orasida Qo‘qon va Andijon komandalari kuchli bo‘lgan.

1921-yili Toshkentda “Olimp” birlashgan sport jamiyati tashkil etiladi. Bu o‘sha davrda Turkistondagi eng yirik sport tashkilotlaridan biri edi. Ushbu jamiyatning futbol komandasi ko‘p-yillar mobaynida O‘rta Osiyodagi eng kuchli komandalardan biri hisoblanaib keldi.

Shundan so‘ng jismoniy tarbiya va sport Turkiston Respublikasining eng uzoq shaharlariga ham etib bordi. Buxoro, Chorjo‘y, Kattaqo‘rg‘on, Namangan va Urganch shaharlarida jismoniy tarbiya harakati rivojlana boshladi.

Birinchi olimpiadada bo‘lgani kabi Farg‘ona komandasi muvaffaqiyatli qatnashib, yengil atletika, basketboldan birinchi o‘rinni egalladilar. Ikkinchi olimpiadada gimnastika va boks musobaqalari bo‘lmadi hisob, chunki komandada qatnashgan tashkilotlar bu turlardan komandalar olib kelmadilar, basketboldan faqat Farg‘ona, Samarqand va Chirchik shaharlarining xotin-qizlari komandalari qatnashdi. Hatto olimpiada tashkilotchisi bo‘lgan Toshkent shahri ham basketbol, gimnastika va boksdan komandalar qo‘ya olmadi. Olimpiada Toshkentning futbol komandasigina barcha uchrashuvlarni mag‘lubiyasiz o‘tkazdi.

Ikkinchi olimpiada butun o‘lkada jismoniy tarbiya va sportni tashviqot-targ‘ibot qilishda va uni yanada rivojlanishida katta rol o‘ynadi. 1922-yilda yengil atletikadan Turkiston Respublikasi rekorlarining birinchi rasmiy jadvali elon qilindi.

1923-yil apreldan boshlab Umumiy harbiy ta‘limning fizkultura Sovetlari 24 sport klubini, 15 ta sport jamiyatini, 17 sport to‘garagi va 14 ta tashkilotini birlashtiradi, ulardagi a‘zolar soni 12.135 kishiga etgan edi.

1923-yil 27-iyunda Buturosiya Markaziy ijroiyy Komiteti o‘zining 1923-yil 22- sentyabr qarori bilan o‘lka fizkultura sovetini tuzdi va 1924-yil 23-yanvarda O‘lka Fizkultura Soveti to‘g‘risidagi Nizom tasdiqlandi.

O'lkasovetining raisi qilib sog'liqni saqlash komissari va O'zbekiston K.P.Markaziy komitetini sekretari S.S.Asfandiyorov, masul sekretari qilib N.M.Testeles tayinlandi.

Milliy davlat chegaralanish arafasida O'lkasovetining Fizkultura Sovetining tuzilish texnika nomi siyosati ilmiy ta'lim komitetidan iborat bo'lib, ularga Sovet Prezidiumi rahbarlik qilardi. Texnika komiteti (raisi B.Ergardt) jamoatchilik faolini birlashtiradi. Mazkur faollar kuch bilan seharakat o'yinlar, yengil atletika, og'ir atletika, himoya qilish va hujum qilish harakatlari hamda harbiy sport seksiyalari tashkil etilgan binobarin, butun ta'lim sport ishlari shu komitetda mujassamlashtirilgan edi. Bu komitet o'lkadagi jismoniy tarbiya to'garaklari uchun musobaqa dasturlari va nizolari ishlab chiqar, musobaqalar uyushtirish va o'tkazish ustidan nazorat qilar, uzil-kesil ajrimlar chiqarar va sport ishlariga baho berardi. Toshkentda birinchi o'lkasadioni qurilish ham shu komitet xizmatlari jumlasiga kiradi.

Ilmiy ta'lim komiteti (raisi A.G.Demov) hech qanday ilmiy metodik ba'zasi bo'lmagani uchun, amalda hech qanday ish qilmadi. Bu "Turkistonimizda nihoyat darajada kambag'al bo'lganligi tufayli bizda loaqal birorta antropometrik kabinet yo'qligi natijasidir" deyilgan edi.

O'lkasovetining Prezidiumi katta tashkilotchilik ishlarini amalga oshirdi, oltita viloyat Sovetlarining (Sirdaryo, Samarqand, Farg'ona, Turkimaniston, Yettisuv, Amudaryo) barchasi o'z vaqtida tuzilishini ta'minladi, ular ishiga rahbarlik qildi. Xalq komissarlari, Kasaba soyuzlari va komsomol organlari o'rtasida muvofaqlashtiruvchilik rolini o'ynadi. Butun ittifoqi kengashlariga va qizil sport internati Kongresslariga Turkiston Respublikasi nomidan vakillar qatnashtiradi, shaharlararo va Respublikalararo sport uchrashuvlari hamda bayramlari uyushtirishga rahbarlik qildi.

Shunday qilib o'lkadagi barcha viloyatlarda ham fizkultura Sovetlari tuziladi. Masalan, Buxoro Markaziy Ijronya Komiteti huzurida Fizkultura Sovetini tashkil etish to'g'risidagi qaror 1924-yil 25-mayda qabul qilingan edi. bu qarorning nomida "ilmiy, o'quv va tashkiliy faoliyatni muvofaqlashtirish va birlashtirish" maqsadlari bilan bir qatorda, "shuningdek sportning milliy turlarini ravnaq toptirish maqsadida" doim so'zlar ham qayd qilingan edi.

Ayni, 1924-yilda, O'lkada Fizkultura Sovetining O'sha-yili 16-mayda Toshkentda ochilgan birinchi stadionida Sirdaryo viloyati olimpiadasi o'tkazildi. Bu olimpiada jismoniy tarbiya to'garaklarining hamda ayrim klublarning komandalari qatnashdi. Musobaqalar dasturiga birinchi marta basketbol (erkaklar), velosiped sporti va boshqa sport turlari ham kiritildi. Olimpiada yengil atletikadan, futboldan, klassik kurashdan va velosipedchilardan bir qancha qobiliyatli yosh sportchilar o'z mahoratlarini namoyish etdilar.

Shu bilan birga 1924-yilda Turkiston futbol komandasi birinchi marta qatnashib yuqori natija ko'rsatdi.

Xuddi shu-yili Turkistonda jismoniy tarbiya va sportni targ'ibot qilish maqsadida "Fizicheskaya kultura Turkistana" sport jurnali nashr qilina boshladi va unda Respublikani sport hayoti yoritilib boriladi. Sovet hokimiyatning dastlabki-yillaridanoq Turkistonda jismoniy tarbiya kasaba uyushmalari madaniy ishlarning uzviy qismi, ishchilar sinfini birlashtirish va ularning jismoniy jihatdan kamol toptirishning samarali usullaridan biri bo'lib qoldi.

1924-yilda o'tkazilgan butun Turkiston olimpiadasi Turkiston Respublikasidagi fizkultura tashkilotlarining milliy davlat chegaralanishidan oldingi davrda (1917-1924-yillar) qilgan ishlariga yakun yasadi. Bu olimpiadada Sirdaryo, Farg'ona, Turkiston, Samarqand va boshqa viloyat komandalari qatnashdi. Komanda hisobida Sirdaryo viloyatining sportchilari birinchilikka oldi.

Xulosa qilib shuni aytish kerakki, Turkistonda Sovet hokimiyatning dastlabki-yillari yosh Turkiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport qaror topdi. Turkiston xalqlari o'rtasida jismoniy tarbiya harakati ommaviy tarzda rivojlana boshlagan, madaniy qurilish sohasida keskin kurash borgan, jismoniy tarbiya sohasida Yangilik bilan eskilik o'rtasida kurash olgan davr bo'ldi.

Ulug' oktyabr sotsialistik revolyusiyasi g'alabasidan keyin Turkiston jismoniy tarbiya o'z milliy shaklini saqlab qolgan holda Yangidan Yangi mazmunni kashf etdi. Bu keng darajada mehnatkashlar ommasining mulki, qolaversa kelajakda o'sib kelayotgan yosh avlodni sog'lom qilib tarbiyalashdagi kuchli vosita bo'lib qoladi.

### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 130 – 138 betlar

2. Xo‘jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y. 34 b.

### **Qo‘shimcha adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev F. O‘zbekistondagi jismoniy tarbiya T. 1997 y. 56 – 65 betlar.
2. Xoldorov T. Nurmatov F. Yunusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz).

## **XALQARO SPORT HARAKATINING RIVOJLANISHI VA XALQARO OLIMPIYA QO‘MITASINING TASHKIL TOPISHI**

### **REJA:**

1. XOQning tashkil etilishi
2. Olimpiya kongresi
3. Zamonaviy olimpiya o‘yinlari
4. Olimpiya ramzlari

### **1. XOQning tashkil etilishi**

✦ Kongressda 12 mamlakat vakillari ishtirok etadi. 21 mamlakat esa yozma ravishda o‘z xohishlarini rozilik bildiradi. Katta mamlakat hisoblangan Germaniya bundan bosh tortadi. Chunki, Mamlakatdagi harbiylar olimpiya o‘yinlari g‘oyalariga qarshi edilar.

- ✦ Kongressda asosan tashkilotlar masala muhokama etiladi.
- ✦ Havaskorlik va professional sport haqida.
- ✦ Olimpiya o‘yinlarini qayta tiklash to‘g‘risida.
- ✦ O‘yinlarning dasturi va uni o‘tkazish tartiblari haqida.
- ✦ Xalqaro olimpiya qo‘mitasining tarkibi haqida.

✦ Kongressda Xalqaro olimpiya qo‘mitasi tuzilganligi haqida qaror qabul qilindi. Uning tarkibiga Gretsiya, Fransiya, Rossiya, Angliya, AQSH, Shvetsiya, Vengriya, Chexiya, Italiya, Belgiya, Argentina, Yangi Zelandiya vakillari kiritildi. Olimpiya qo‘mitasining birinchi prezidenti etib grek Demetrius Vikelas (1894-1896-yillar) saylandi. Keyinchalik uning o‘rnini Per de Kuberten egalladi va to 1925-yilgacha XOQ prezidenti bo‘lib faoliyat ko‘rsatdi. So‘nggi 12-yil davomida u XOQ faxriy prezidenti deb hisoblandi.

- Olimpiya Kongressida I-Olimpiya o‘yinini Afinada o‘tkazishga qaror qabul qilingan edi. chunki antik Olimpiya o‘yinlari Vatani Gretsiya bo‘lganligi va D.Vikelasning XOQ prezidenti qilib saylanishi buning asosiy sababi edi

- Kongressda Olimpiya Partiyasi nizomi tasdiqlandi. Unda XOQning maqsad va vazifalari, o‘yin qoidalari va ular bilan bog‘liq asosiy masalalar ifoda etilgan edi.

- I-Kongress Xalqaro Olimpiya harakatida muhim ahamiyatga ega bo‘ldi. Uning mohiyati keyingi olimpiya harakatini rivojlantirishda asosiy o‘rinda turadi. Kongress kun tartibidagi barcha masalalarni ko‘rib chiqib, asosiy tomonlarni tasdiqladi.

Olimpiya ramzi – bir-biriga kiritilgan (ulangan) besh halqa. Ular yashil, qora, qizil, sariq va ko‘k rangda tasvirlanib, besh qitani bildiradi. Bu 1913-yil Kuberten taklifi bilan tasdiqlangan.

Olimpiya belgisi (emblema) – besh halqa ramzi bilan birga qo‘shib,-yil, shahar va mamlakatning olimpiya harakatidagi belgilari (nishon) ifodalanadi.

Olimpiya mashalasi – Olimpiya shahrida quyosh nuri taftida (olov) fakel yoqiladi. Yoqilgan mashala (fakel) turli vositalar orqali olimpiya o‘yinlari o‘tkaziladigan joyga etkazib beriladi. Bu an‘ana 1936-yil XI-Olimpiya o‘yinlaridan buyon davom etib keladi.

Olimpiya shiori (deviz) – Tezroq, balandroq, kuchliroq! (“Sitrus, altrus, fartrus!”)-olimpiya harakatini bildiradi. Bu shior 1895-yil Kubertenning safdoshi va o‘rtog‘i din xodimi Martin Xidon tomonidan taklif etilgan va 1913-yil bu shior XOQ tomonidan tasdiqlangan. 1920-yil XII Olimpiadada birinchi marotaba bu shior o‘qiladi.

Olimpiya qasamyodi – Olimpiada sportchilar qasamyodi Kuberten tomonidan ishlab chiqiladi va XII Olimpiya o‘yinlarida (1920) amalga oshiriladi. Shu o‘rinda aytish lozimki, olimpiya



o'yinlari hakamlari ham qasamyod qiladi. Bu esa 1968-yildan buyon amalda qo'llanib kelinmoqda.

Olimpiya gulxani – Gimn 1896-yilda yaratilgan. Kostas Palamos so'zi va Spiros Samar musiqasi bilan yaratilgan olimpiya gimni rasmiy ravishda 1957-yilda XOQ tomonidan tasdiqlanadi.

Olimpiya medallari va yorliqlari – oltin medal-kumushdan yasilib, uning usti 6 g. oltin bilan qoplangan. Kumush medal esa-925 sifatidagi (proba) kumushdan tarkib topgan va bronza medali. Ular 1.2.3 o'rinlar uchun mo'ljallangan. Diplomlar (yorliq) 1-6 o'rinlardagi sportchilar va jamoalarga taqdim etiladi.

Olimpiya mukofotlari – orden va kuban. Ordenlar oltin, kumush va bronzalardan iborat bo'lib, olimpiya harakatiga qo'shgan ulkan hissalar va sport natijalariga ega bo'lganni uchun rahbar shaxslarga, sportchilarga beriladi. Bu 1975-yilda tasdiqlangan. Olimpiya kubogi 1906-yilda tasdiqlanib, olimpiya sport turlarida katta yutuqlarga erishgan jamoalarga beriladi.

Olimpiya nishonalari (atributlar) – nishonlar (znachok), tangalar (manet) talismonlar (ramziy shakl), piktogrammlar va hokazo hisoblanadi. Bu nishonlarni Olimpiya o'yinlarini o'tkazuvchi shahar va tashkiliy qo'mita tomonidan tayyorlanadi.

Boshda takidlanganidek XOQ faoliyatlari eng qiyin davrlarga to'g'ri keladi va boshqarish ishlarida ko'p murakkab voqeliklarga duch keladi.

✦ Per de Kuberten

✦ 1894-yili 23-iyunda Per de Kuberten tashabbusi bilan xalqaro olimpiyada o'yinlarni o'tkazish vazifasini o'z ichiga oluvchi Xalqaro Olimpiya qo'mitasi tuzildi.

✦ Xalqaro Olimpiya Qo'mitasini tashkil etuvchi a'zolari:

✦ E.Kallo (Fransiya), Generil A.D.Butovskiy (Rossiya), General Balk (Shvetsiya), professor U.M.Sloun (AQSH), Lord Amitxill (Buyuk Britaniya), Ch.Xerberg (Buyuk Britaniya), Feranya Kemen (Vengriya), I.Gut – Yarnovskiy (Bogemiya), X.B.Subner (Argentina), L.A.Kaff (Yangi Zelondiya), graf Lukkezi Palli (Italiya), graf. M. de Buze (Belgiya), Kiyaz d, Anuriya Korafa (Italiya) va V.Gexbordey (Germaniya).

✦ V.Gexbardey Parijda o'tkazilgan kongressda qatnashmagan, lekin 1895-yili uni keyingi chislo bilan Xalqaro Olimpiya Qo'mitasini ta'sis etish komissiyasi a'zoliciga kiritilgan.

✦ Xalqaro Olimpiya Qo'mitasining prezidenti qilib grek Demetrios Vikelas, bosh kotib qilib esa fransuz baron Per de Kuberten saylandi. Ikki-yildan keyin Vikellas istefoga chiqadi va 1896-yildan keyin Kuberten prezidentlik lavozimini egallaydi.

✦ Ma'lumki ta'sis anjumani Olimpiya o'yinlarining asosiy huquqlari, qoida va nizomlarini shuningdek antik yangiliklariga to'rt yilda bir morotoba o'tkazish to'g'risidagi qarorni Olimpiya nizomi (Xortiyasi) tasdiqlaydi. Per de Kuberten birinchi zamonaviy Olimpiya o'yinlarini 1900-yilda Parij shahrida o'tkazish to'g'risida taklif kiritadi, biron Gretsiyalik taniqli shoir va tarjimon Demetrios Vikelas anjuman ishtirokchilarining Olimpiya o'yinlarini 1896-yil o'tkazishga, shuningdek 1900-yilda bo'ladigan Olimpiya o'yinlarini o'tkazish arenasi Parij shahri bo'lishiga chaqiradi. Bungacha antik Olimpiya o'yinlarining beshigi hisoblangan Ellada yerida birinchi zamonaviy o'yinlari o'tkaziladi. Masalani shunday hal qilishadi.

1. I Xalqaro atletik kongress qachon va qayerda o'tkazildi.
2. Per de Kubertening Olimpiya o'yinlarini tiklashdagi asosiy faoliyatlari nimadan iborat edi.
3. I Olimpiya o'yinlari haqida batafsil gapirib bering.
4. I Olimpiya o'yinlari chempioni va marafon yugurishidagi chempionlar kimlar.
5. I Olimpiya o'yinlarining kelguvsi o'yinlar uchun qanday ahamiyati bo'ldi.
6. XX asrning birinchi yarmida xalqaro ahvol sport va olimpiya harakatiga qanday ta'sir o'tkazdik.
7. Xalqaro sport harakatida qanday Yangiliklar yuz berdi.
8. Xalqaro ishchilar sporti harakatida qanday Yangiliklar vujudga keldi.
9. XX asrning birinchi yarmidagi XOQ prezidentlari kimlar edi.
10. Olimpiya ramzlari va belgilari nimalardan iborat.
11. Olimpiya Kongresslari va ulardagi muhokama qilingan asosiy masalalar nimalardan iborat edi.

#### **Asosiy adabiyotlar:**

1. Xo'jaev P. Meliev P. Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y 30 – 38 betlar
2. Xo'jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y. 25 – 35 betlar.

3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **MILLIY OLIMPIYA QO'MITASINI TASHKIL TOPISHI**

### **REJA:**

1. Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomi.
2. Uning tarkibiy tuzilishi: Bosh Assambleya, Kongress, sessiya, ijroqo'm. O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy vazifalari.

### **1. Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomi.**

Xalqaro Olimpiya harakatining olamshumul kengayishi, O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportning rivojlanishi, ayniqsa, Respublikamizning mustaqillikni qo'lga kiritib, davlat sifatida tanilishi natijasida O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasi 1992-yil 21-yanvarda tashkil etildi va shu-yili Xalqaro Olimpiya qo'mitasi /XOQ/ tarkibiga rasmiy ravishda a'zo bo'ldi. O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining birinchi ta'sis majlisida Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomi ham qabul qilindi va keyinchalik Xalqaro Olimpiya qo'mitasining Nizomi va Milliy Olimpiya qo'mitasining ish tajribalari asosida qayta ko'rib chiqildi hamda unga qisman o'zgartirishlar kiritildi. O'sha paytlarda. Milliy Olimpiya qo'mitasi tarkibiga 527 kishi va faxriy a'zolikka 11 kishi saylandi.

O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomida asosan uning tarkibiy tuzilishi, maqsad va vazifalari, burchlari hamda huquqlari alohida belgilangan. Shuningdek, sportchilar, murabbiylarning

huquq va vazifalari, musobaqalarda qatnashish jarayonlari, moliyaviy ta'minot, a'zolik badallari ham o'z ifodalarni topgan.

Nizom O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi va Xalqaro Olimpiya qo'mitasi partiyasi talablari asosida ishlab chiqilgan bo'lib, Milliy Olimpiya qo'mitasining bayrog'i, ramzi va boshqa nishonlari haqida qayd etilgan. O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasi hukumatga qarashli bo'lmagan mustaqil faoliyat ko'rsatuvchi tashkilotdir. Uning oliy organi Bosh Assambleya /majlis/ hisoblanadi. U-yil davomida bir marotaba o'tkaziladi. Assambleyalar oralig'ida rahbarlik ishlari Milliy Olimpiya qo'mitasining Ijroiya qo'mitasi tomonidan olib boriladi. Uning tarkibi Prezident, 2 ta vitse prezident, bosh kotib va 18 nafar a'zoldan iborat. Ular 4-yil muddatga saylanadi.

Kongress /Qurultoy/ Milliy Olimpiya qo'mitasining eng yirik va kengaytirilgan majlisidir. Unda Olimpiya harakati va sport turlarini rivojlantirish bilan bog'liq masalalar muhokama etiladi. eng ilg'or tajribalar, ilmiy - tadqiqot natijalari va muammoli masalalarga alohida yondoshiladi. Zarur bo'lsa, Milliy Olimpiya qo'mitasi a'zolari va Prezidentini ham saylaydi.

Milliy Olimpiya qo'mitasining sessiyasi u yoki bu qarorni tasdiqlash, ularning ijrolarini muhokama qilish, komissiyalarning hisobotlarini eshitish kabi faoliyatlar bilan shug'ullanadi.

### **Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy vazifalari**

O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy maqsadi:

- havaskorlik sportini rivojlantirish hamda Olimpiya harakatini himoya qilish;
- olimpiya o'yinlarida sportchilar ishtirokini ta'minlash;
- sportni rivojlantirish, respublika va jahon sportchilari hamda olimpiya o'yinlari qatnashchilari orasida do'stlikni mustahkamlashga qaratilgan olimpiya g'oyalarini mustahkamlash.

Nizomda ifoda etilgan maqsadlarni amalga oshirishda Milliy Olimpiya qo'mitasi quyidagi vazifalarni o'z oldiga qo'yadi:

Olimpiya qoidolari va Nizomning bajarilishini taminlash;

Bosh Assambleya qarorini amalga oshirish;

Milliy Olimpiya qo'mitasi Assambleyasi kun tartibini tayyorlash;

moliyaviy harajatlarni ta'minlash va javobgarlik;

yillik hisobot tuzish;

idora ishlari, arxiv saqlash masuliyati va hokazolar.

O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi Ijroiya qo'mitasi qoshida 10 dan ortiq turli komissiyalar ish olib boradi. Ular, asosan, olimpiya harakati bilan bog'liq bo'lgan tashkiliy, tayyorgarlik, ilmiy-nazariy yordam, targ'ibot, xalqaro aloqalar va boshqa sohalarda faoliyat ko'rsatadi.

O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi Prezidenti, uning yordamchisi, Ijroqo'm a'zolari Davlat jismoniy tarbiya va sport qo'mitasi, sport jamiyatlari, uyushmalari, assotsiatsiyalari bilan bevosita hamkorlikda ish olib boradi. Xalqaro Olimpiya harakati, Xalqaro Olimpiya qo'mitasi va ular bilan bog'liq masalalar bo'yicha respublikadagi masul idoralarga murojaat etadi va o'z vazifalarini amalga oshiradi.

## **2. Uning tarkibiy tuzilishi: Bosh Assambleya, Kongress, sessiya, ijroqo'm. O'z.R Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy vazifalari.**

Xalqaro Olimpiya qo'mitasi Xartiyasi va O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining Nizomida qayd etilishicha, ilgor tajribaga va shart-sharoitlarga ega bo'lgan oliy o'quv yurtlari, viloyat markazlari hamda yi-rik sanoat shaharlarida Olimpiya klublari tashkil etilishi mumkin. Bu tashabbus 1985-1987-yillarda S. Ayniy nomidagi Samarqand davlat pedagogika instituti (hozirgi SamDU) jismoniy tarbiya fakulteti jamoasi tomonidan amalga oshirildi va keyinchalik shu asosda Olimpiya Akademiyasi tashkil etish haqidagi g'oya paydo bo'ldi.

O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasi ta'sis etilgach /1992/, barcha viloyatlarning sport qo'mitalari qoshida Olimpiya klublarini tashkil etish an'anaga aylandi. Ularning boshqaruv faoliyati klub raisi /prezident/ hayot a'zolari va kengash tomonidan olib boriladi.

Olimpiya klublarining asosiy vazifasiga quyidagilar kiradi:

O'z hududlarida jismoniy tarbiya va sportni keng targ'ib qilish;  
sport turlarini rivojlantirishga hissa qo'shish;  
o'quvchi-yoshlar va aholi o'rtasida Olimpiya g'oyalarini targ'ib qilish;

sport musobaqalarini o'tkazishda ko'maklashish;

ilg'or tajribalarni ommalashtirish;

mutaxassis xodimlar bilan hamkorlik qilish;

Respublika sport taraqqiyoti va sportchilariig erishgan g'alabalarini matbuot va uslubiy qo'llanmalarda keng yoritish;

Xalqaro Olimpiya qo'mitasi va O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining amaliy faoliyatlarini chuqur o'rganish, qo'yilgan vazifalarni amalga oshirishda ko'maklashish va hokazo.

### **Olimpiya akademiyasi va uning vazifalari**

O'zbekiston Olimpiya akademiyasi O'zbekiston Milliy Olimpiya qo'mitasiga bevosita yordam beruvchi va olimpiya g'oyalarini targ'ib qiluvchi jamoatchilik asosida faoliyat yurituvchi tashkilotdir.

Ta'kidlash lozimki, Xalqaro Olimpiya akademiyasi /XOA/ 1961-yilda tuzilgan. U Gretsiyaning Olimp shahrida joylashgan va 170 dan ortiq mamlakatlarda uning tarmoqlari, ya'ni milliy Olimpiya akademiyalari /MOA/ tashkil etilgan. Xalqaro Olimpiya akademiyasining asosiy vazifasi Olimpiya harakati, jismoniy tarbiya va sport nazariyasini o'rganish hamda targ'ib qilishdan iborat. Uning faoliyati Xalqaro Olimpiya qo'mitasi tomonidan boshqarilib, moliyaviy ta'minoti esa Gretsiya Milliy Olimpiya qo'mitasi zimmasidadir.

Xalqaro Olimpiya akademiyasi har-yili bir haftalik sessiya tashkil etadi va unda falsafiy-g'oyaviy muammolarga bag'ishlangan maruzalar eshilib, seminarlar o'tkazadi. Ularning asosiy mohiyati Olimpiya harakati tarixi, sport mashg'ulotlari hamda jismonii tarbiya va sportning uslubiy masalalari bayonidan iborat bo'ladi. Bu anjumanlarga Milliy Olimpiya qo'mitalari, taniqli olimlar, murabbiylar, soha vakillari, hatto talabalar, aspirantlar va sportchilarni safarbar etish mumkin.

1987-yil 18-fevralda Davlat sport qo'mitasi va O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya institutining tashabbusi bilan O'zbekiston Respublikasi Olimpiya akademiyasi gashkil qilindi. 1993-yil 18-aprelda O'zbekiston Respublikasi Olimpiya akademiyasi /O'zROA/ rasmiy ravishda ta'sis etiddi.

O'zbekiston Respublikasi Olimpiya akademiyasi faoliyati uning saylangan prezidenti, ijroqo'm direktori tomonidan boshqariladi. 1994-yilda Olimp shahrida o'tkazilgan Xalqaro Olimpiya akademiyasi sessiyasida O'zbekiston Olimpiya akademiyasi vakillari ilk bor ishtirok etishdi va keyingi-yillarda ham faol qatnashib kelmoqdalar.

O'zbekiston Respublikasi Olimpiya akademiyasi ijroqo'mida /Nizomga muvofiq/ 12 kishi, ya'ni etuk olimlar, o'qituvchilar, murabbiylar, Olimpiya harakatining namo-yandalari jamoatchilik asosida faoliyat ko'rsatadilar.

O'zbekiston Respublikasi Olimpiya akademiyasi o'z faoliyatini, asosan, Olimpiya g'oyalari, Olimpiya harakati, Olimpiya o'yinlarini

ommalashtirishga qaratgan. Shu o‘rinda muhim faoliyatlarning natijalarini misol tariqasida keltirish maqsadga muvofiqdir.

1996-yil Olimpiya ta’limi tizimining tashkiliy va ilmiy-uslubiy asoslarini yaratishning hal qiluvchi ja-rayoni amalga oshirildi. Ya’ni turli hududlarda Xalqaro Olimpiya akademiyasi bilan o‘zaro aloqalar ta’minlandi. Ayniqsa, Xalqaro Olimpiya qo‘mitasining tashkil topi-shiga /1894/ va zamonaviy Olimpiya o‘yinlarining /1896/ 100 yilligi munosabati bilan o‘tkazilgan Respublika ilmiy-nazariy anjumanlari /1994, 1996/ muhim ahamiyatga ega bo‘ldi. 1997-2000-yillarda Olimpiya harakati va o‘yinlari bilan bog‘liq ilmiy-amaliy anjumanlar o‘tkazildi. Maruzalar, amaliy takliflar, ilmiy-nazariy tahlillar anjumanlarning ilmiy to‘plamlarida o‘z ifodasini topdi.

O‘zbekistonda Olimpiya harakati bilan bog‘liq barcha muammolar va masalalarni hal etishda O‘zbekiston Prezidenti va hukumatining bevosita yordami e’tiborga loyiqdir. Ayniqsa, O‘zbekiston Prezidentining 2000-yil 7-iyundagi «O‘zbekistonda Olimpiya harakatini yanada rivojlantirish va mamlakat sportchilarini Sidney shahridagi /Avstraliya/ XXVII Olimpiya o‘yinlariga tayyorlash to‘g‘risida»gi Farmoni muhim ahamiyat kasb etdi. Farmonda bayon etilishicha: «Mamlakatda Olimpiya harakatini yanada rivojlantirish va O‘zbekiston sportchilarining Sidney shahridagi /Avstraliya/ XXVII Olimpiya o‘yinlarida muvaffaqiyatli ishtirok etishlarini rag‘batlantirish maqsadida, shuningdek, O‘zbekistonning xalqaro obro‘sini mustahkamlashda, yosh avlodni milliy g‘urur va Vatanga sadoqat ruhida tarbiyalashda o‘zbek sportchilari erishgan yutuqlarning g‘oyat katta ahamiyatini e’tiborga olib:

XXVII Olimpiya o‘yinlarida sovrindor bo‘lgan O‘zbekiston sportchilarini rag‘batlantirish, Vatanimizning sportdagi shon-shuhratini oshirishga qo‘shgan munosib hissasini e’tirof etish maqsadida quyidagi miqdorda bir yo‘la beriladigan mukofotlar belgilandi:

- Oltin medal uchun - 100000 AQSH dollari;
- Kumush medal uchun - 50000 AQSH dollari;
- Bronza medali uchun - 25000 AQSH dollari /"Sport" gazetasi, 2000-yil, 9 iyun/.

Ushbu farmon murabbiylar va Olimpiya o‘yinlarida qatnashadigan sportchilarga katta kuch va ruhiy ozuqa baxsh etdi. Natijada Sidney shahrida o‘tkazilgan XXVII Olimpiya o‘yinlarida /2000-yil 15-sentyabr – 1-oktyabr/ qatnashgan 77 nafar sportchilar orasida 4 kishi Olimpiya

o'yinlari medallari va O'zbekiston Prezidenti mukofotiga sazovor bo'ldilar. Ular: Muhammadqodir Abdullaev boks bo'yicha oltin medal sovrindori; Artur Taymazov erkin kurash bo'yicha kumush medal sovrindori; Rustam Saidov va Sergey Mixaylov boks bo'yicha bronza medali sovrindorlari bo'lishdi.

Olimpiya o'yinlari g'oliblari va barcha qatnashchilarini respublikamiz jamoatchiligi munosib kutib oldi. Ular O'zbekiston Prezidenti, hukumati, Davlat jismoniy tarbiya va sport qo'mitasi, sport jamiyatlari, uyushmalari rahbarlari va boshqa homiyar tomonidan munosib taqdirlandilar.

Umuman olganda, Respublikada Olimpiya harakati va o'yinlarining muqaddas bo'lgan shiorlari: «Tezroq», «Balandroq», «Kuchliroq» hamda «Tinchlik», «Do'stlik» «Hamjihatlik» kabi g'oyalari chuqur singib bormoqda. Bu faoliyatlarni ommalashtirish ishlarida faqat O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi xodimlari, uning tarmoqlaridagi mutasaddilar, Respublika Olimpiya akademiyasigina emas, balki sport tashkilotlari, jamiyatlari, o'rta maxsus va oliy o'quv yurtlari, sport homiy-lari, sport inshootlari xodimlari va boshqa juda ko'p tashkilotlar, muassasalar hamda rasmiy shaxslar ham yaqindan turib ishtirok etmoqdalar.

O'zbekiston sportchilarining Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroklari, ularning erishgan yutuqlari «Jismoniy tarbiya tarixi» darsligi va ilmiy-amaliy anjumanlarning ilmiy to'plamlari hamda maxsus o'quv-uslubiy qo'llanmalarda bayon etilgan.

#### **Mavzuni o'zlashtirish uchun savollar**

- 1.O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining tuzilishi kanday?. 2.Uning tarkibiy tuzilishi nimalardan iborat?.
- 3.O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasining asosiy vazifalariga nimalar kiradi?.
- 4.Olimpiya klublarining vazifalari nimalardan iborat?.

#### **Adabiyotlar.**

- 1.Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish T.: 2002y.70-72b
2. J. Eshnazarov Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T.: 2008y.32-36b.

#### **Qo'shimcha adabiyotlar**

1. Abdumalikov R. Eshnazarov J. Ajdodlar jismoniy tarbiya va sport tarixini o'rgatish masalalari.



2. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.

3. Xo'jaev F. O'zbekistonda jismoniy tarbiya. 1997 y.

4. Akramov A.I. O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sport tarixi. O'zDJTI 1997 y. F. Xo'jaev va boshqalar "Xalq milliy o'yinlari" 1 qism Toshkent 2001-yil

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)

4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)

6. [www.bilimm](http://www.bilimm)

7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **O'ZBEKISTON SPORTCHILARNING OSIYO, JAHON VA OLIMPIYA O'YINLARIDAGI ISHTIROGI**

### **Reja:**

1. O'zbek sportchilari xalqaro arenalarda.
2. 2000-yilda Toshkent shahrida Milliy sport turlarini rivojlantirish
3. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining 1999-yil 27-maydagi "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 271 sonli qarori.

### **1.O'zbek sportchilari xalqaro arenalarda**

1996-yilning 17-yanvarida O'zbekiston Respublikasi Vazirlar maxkamasini 27-sonli "O'zbekistonda futbolni rivojlantirishni chora-tadbirlar to'g'risida"gi qarori qabul qildi. Bu qarordan keyin barcha BO'SMlarda futbol bo'limlari, har bir viloyatda futbol internatlari ochildi, bu Respublikamizda futbolni rivojlantirishga imkoniyat yaratib berdi.

Qadimgi yunon xalq Olimpiya shahrida ommaviy musobaqalar o'tqazishi bilan zamonaviy olimpiadaga asos solinganidan deyish mumkin. Shu ma'noda bizga omad qulib boqdi. chunki, turon zaminida birinchi marta Xalqaro Olimpiya qo'mitasi tasarrufida o'tkazilayotgan Markaziy Osiyo o'yinlarining uyushtirish

vatandoshlarimiz zimmasiga tushdi. Demak, xalqimiz yaqin kelajakda dunyo tarixidan Toshkenta nomi bila o‘rin olsa ajab emas.

Ona Vatanimiz mustaqillika erishgandan buyon o‘tgan vaqt davomida Respublikamiz ko‘plab yirik xalqaro turnirlar maskani bo‘lib qoldi. Ayniqsa milliy kurash, tennis, futbol bo‘yicha uyushtirilgan xalqaro turnirlarning o‘tkazilayotganligi va milliy qadriyatlarimiz tiklanayotganligi, sportimiz taraqqiyotini, yurtimizdagi osoyishtalikni namoyish etmoqda. Shuni alohida ta’kidlash lozimki, Osiyo va dunyo sporti tarixidan joy oladigan bunday nufuzli musobaqalarni o‘tqazishga mustaqilligimiz sharafiga ila muyassar bo‘lib, turibmiz. Maqsad, mohiyati jihatidan bo‘naqa salohiyatli sport bayram Respublikamizda ilk bor o‘tkazilayotir. Tabir joiz bo‘lsa aytish mumkinki, bunday musobaqa kelajakda O‘zbekistonda Osiyo, Olimpiada o‘yinlarini o‘tqazish sari tashlangan dastlabki yirik qadam bo‘ladi.

Toshkentdagi “Paxtakor” Markaziy stadionida bo‘lib o‘tgan Markaziy Osiyo o‘yinlari tantanali ochilishida Xalqaro Olimpiya qo‘mitasi prezidenti Xuan Antanio Samarang Osiyo Olimpiya kengashi bosh kotibi Ranjar Singk Toshkent tantanalaridan xayratga tushdi. Ayniqsa mahoratli dorboz Tohir Toshkanboev Olim mashalasini olib olov yoqiladigan barkash tomonga dor ustidan yurib borganda. Muysafid Samarang ham sevinganidan chapak cholib yubordi.

Xullas, Turkiston umumiy o‘yimiz shiori ostida 1-Markaziy Osiyo o‘yinlarining 12-sport turi bo‘yicha Toshkentda o‘tkazilgan bahs nihoyasiga etdi. U mitaqamiz kuchli sportchilari mahoratlarini sinovdan o‘tqazish bilan bir qatorda Markaziy Osiyo davlatlari o‘rtasidagi qardoshlik, do‘stlik, hamqorlik rishtalarini yanada mustahkamladi.

Respublikamiz sportchilari 1-Markaziy Osiyo o‘yinlarida, bir haftalik bahslardan so‘ng 158 oltin, 156 ta kumush va 165 bronza medalini qulga kiritishdilar. Qozog‘istonliklar 168 ta, Qirg‘izistonliklar 67 ta, Turkistonliklar 41 ta, Tojikistonliklar 15 ta medallar bilan taqdirlandilar.

Mamlakatimiz sportchilari orasida mohir merganimiz Shuhrat Axmedov eng ko‘p-10 ta (6ta – oltin, 3 ta – kumush, 1ta-bronza) medalga sazovor bo‘lidi. Uning jamoasini Enver Osmonovlar shunday nufuzli musobaqalarda ishtirok etib, suzish bo‘yicha 2 marta

shohsupaning baland pogʻanasiga koʻtarilishidi. Shunday qilib yurtimizga sport – tinchlik elchisi ekani amalda namoyon boʻlib turdi.

1997-yili Oʻzbekiston jismoniy tarbiya va sport qoʻmitasi, Respublika sport kurashlari assotsiyasi va Oʻzbekiston erkin kurash federatsiyasining tashabbusi bilan “Mustaqillik kubogʻi” dunyoga keldi va oʻtgan qisqa davr ichida Gran-pri turkumidagi musobaqalar orasida moʻnosib oʻrin topdi. Jahon sport kurashlari assotsiatsiyasi tomonidan yuksak baholandi.

Mamlakatimizda “Mustaqillik kubogi”ning yuqori saviyada tashkilashtirilishi 1999-yil erkin, yunon rum va ayollar kurashi boʻyicha XIII Osiyo chempionatini yurtimizda oʻtkazilishiga asos boʻldi. Ushbu nufuzli musobaqada Oʻzbekiston terma jamoasi 30 dan ortiq Osiyo davlatlari orasida 1-oʻrinni egallagandi.

Qilingan ulkan mehnatlar natijasida aynan Osiyo chempionati kunlarida Oʻzbekiston birinchi Prezidenti Islom Qarimov dunyodagi davlat rahbarlari orasida birinchi boʻlib, Jahon sport kurashlari assotsiatsiyasining yuksak mukofati “Oltin marjon” bilan taqdirlandi.

“Mustaqillik kubogi” jahon sport kurashchilari rivojiga ulkan hissa qoʻshdi. Shu bilan birga Oʻzbekiston shuhratini olam ahliga oʻziga xos tarzda koʻz-koʻz etmoqda shu kungacha boʻlib oʻtgan Gran-pri turkumidagi ushbu musobaqalarda dunyoning 60 dan ortiq chiqishgan. Ularning 40 nafaridan oshigʻini turli vaqtlarda Osiyo, Yevropa, Jahon chempionlari boʻlgan sportchilar tashkil etadi.

1998-yili AQSH Nyu-York shahrida yaxshi niyat oʻyinlarida qatnashgan bokslarimiz 1- oltin (Tulyanov T) va 1 bronza (Erbekov D) olishga muvoffaq boʻldilar.

1999-yil Oʻzbekiston sportchilari uchun xalqaro turnirlarga boy-yili boʻlib hisoblanadi, chunki sportchilarimiz XXVII-Olimpiya oʻyinlari arafasida yirik xalqaro turnirlarda, shular qatorida olimpiya oʻyinlariga yoʻllanma oladigan saralash musobaqalarida muvaffaqiyatli qatnashdilar. Davlatimiz rahbariyatining doimiy eʼtibori tufayli xalqimizning faxriy boʻlgan oʻzbek kurash xalqaro maydonda tan olindi. 1992-yildan Termiz, Buxoro, Urganch, SHahrisabz, Toshkent va boshqa shaharlarda oʻzbek kurashi boʻyicha Amir Temur, At-Termiziy, Baxovuddin Naqshband, Bobur Mirzo, Pahlovon Mahmud xotiralariga bagʻishlangan xalqaro turnirlar oʻtqazib kelinyapti. Oʻzbek kurashining Yangi qoidalari, Yangi kiyimi tasdiqlanib, 1992-yilda Janubiy Koreyada, 1993-yilda Kanadada,

1994-yilda Yaponiyada, 1995-yilda Hindistonda, 1996-yilda Atlantada, 1998-yilda Moskvada o'tgan xalqaro turnirlarda targ'ib qilinib, ilmiy tizimiga asoslangan tarzda dunyo maqyosiga olib chiqiladi.

1998-yili Xalqaro kurash assotsiyasi tashkil etilib, 1999-yilda Toshkent shahrida kurash bo'yicha birinchi 2000-yilda Turkiyaning Antaliya shahrida ikkinchi, 2001-yilda Vengriyaning Budapesh shahrida uchinchi, 2002 jahon chempionatlari o'tkaziladi.



Shu bilan birga belbog'li kurash, turon yakka kurashi, ko'pkari-uloq kabi munosib o'rin egallay boshladi. Mazkur sport turlari bo'yicha ham mamlakatda muntazam ravishda xalqaro musobaqalar tashkil etilmoqda.

2000-yilda Toshkent shahrida Milliy sport turlarini rivojlantirish marqazi tashkil etilgan bu boradagi ishlarni muvaffaqiyatlashtirish imkonini bermoqda.

Uzoq tarixga ega bo'lgan milliy kurashimiz umuminsoniy qadriyatlarni o'zida aks ettirishi, usullarining boyligi bilan qisqa vaqt ichida ko'pgina mamlakatlar sport jamoatchiligi e'tiborini tortdi. Mamlakatimiz Prezidenti va sport faollari sayi-harakati tufayli xalqaro miqyosda tobora ommalashib borayotgan sportining bu turi yaqin

kelajakda Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilishi shubhasiz.

1999-yil Respublikamiz sportchilari uchun Olimpiya o'yinlaridan oldingi juda masuliyatli bo'lib hisoblanadi, chunki sportchilarimiz juda ham ko'p xalqaro uchrashuvlar va olimpiya o'yinlarida qatnashishga saralash musobaqalardan muvaffaqiyatli o'tishga qattiq tayyorgarlik ko'rish davri hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1999-yil 27-maydagi "O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 271-sonli qarori asosida jismoniy tarbiya va sport ishlarini hayotga tatbiq qilishda xalq Ta'lim maktablari jamoalari faol ishtirok etmoqda. Ularda jami 5592400 o'quvchi-yoshlar Ta'lim olmoqda. Maktablarda jismoniy tarbiya bilan muntazam ravishda 5506556 o'quvchi, 989507 nafari sport seksiyalarida, 6239 yoshlar sog'lomlashtirish guruhlarida shug'ullanadi. Ularni jismoniy tarbiya va sog'lom qilib tarbiyalashda 20920 o'qituvchi faol xizmat qilmoqda.

1999-yilning 1-3-may kunlarida Toshkent shahrida "Milliy kurash" bo'yicha 1-jahon chempionati bo'lib o'tdi. Bu chempionatga 48 davlatdan kurashchilar qatnashdi. Yuqori darajada o'tgan musobaqada Respublikamiz vakillarining barcha vazn toifalarida Akbar Qurbonov, Kamol Murodov, Toshtemir Muhammadievlar jahon chempioni unvonini qulga kiritdilar.

1999-yilning may oyida Toshkentda erkin kurash bo'yicha XIII-Osiyo chempionatida muvaffaqiyatli qatnashdilar. Ular 3 ta-oltin, 2 ta-kumush, 3 ta – brnaza oldilar.

Shu yili Sidney shahrida o'smirlar o'rtasida jahon chempionati musobaqalari bo'lib o'tdi. Mansurov D 2-o'rinni egalladi. Kattalar o'rtasida bo'lib o'tgan jahon chempionatida 1ta – 2 o'rinni, 2 ta – 2 o'rinni egallashdi.

1999-yili Respublikamizni boks bo'yicha terma komandasi AQSH ni Xyuston shahrida o'tkazilgan jahon chempionatida 2 ta – oltin bitta – kumush (M.Abullaev, O'.Haydarov), T.Turg'unov kumush medallarini qo'lga kiritdilar. Dzyu-do bo'yicha o'tkazilgan jahon chempionatda 1 tadan kumush medalini oldilar.

Shu yili og'ir atletika bo'yicha o'smir va yoshlar o'rtasida jahon chempionati bo'lib o'tdi. O'smirlar va yoshlar jamoalari umum komanda hisobida birinchi o'rinni oldilar.

2000-yil 23-24-aprelda Qoraqalpoq xalqining sevimli pahlavon, farzandi Sapalak polvon xotirasiga bag'ishlangan xalqaro turnir bo'lib

o‘tdi. Turnirga 10 ga yaqin davlatlardan mehmonlar tashrif buyurdilar. Jami yuz nafar kurashchi-polvonlar o‘rtasidagi musobaqa 5 vazn toifasida o‘tkazildi. Ushbu turnirda Qudrat Raxmetov, Jumaboy Qonyarov, Abdulla Saidov, Rustam Otaev, Murod Boltaniyazovlar g‘olib chiqdilar.

## **RISHOD SOBIROV**



2000-yil 14-15 aprelida Shahrizabzda o‘zbek kurash bo‘yicha Amir Temur xotirasiga bag‘ishlangan Prezident sovrini uchun III xalqaro turnir bo‘lib o‘tdi. Unda mahalliy polvonlarimiz qatori Rossiya, Polsha, Turkiya, Isroil, Bolgariya, Ozarbayjon, Gurziya, Qirg‘iziston, Turkmaniston, Tojikiston, Litva, Latviya kabi yigirmadan ortiq mamlakatlarning sara pahlavonlari faqat mutloq vazn toifasida g‘oliblik uchun bellashdilar. O‘zbekistonlik

polvon Baxrom Avazov g‘olib chiqdi.

Shu yilning may oyida oxirida Rossiyani Bryansk shahrida xotin-qizlar orasida xalqaro turnir o‘tkazildi. Dekabr oyida Belarusiyaning Minsk shahrida erkaklar orasida Yevropa chempionati o‘tkazildi.

2000-yil 26-fevralida Andijon viloyatining Buloqboshi tumanida “belbog‘li” kurash bo‘yicha “Xojabobo” xotirasiga bag‘ishlangan turnir bo‘lib o‘tdi. Unda Qirg‘iziston, Qozog‘iston polvonlari ham ishtirok etishdi.

O‘zbek kurashi jahonni qamrab olmoqda – 1 milliondan ortiq nusxada chop etiladigan Buyuk Britaniyaning “Totnc sport” jurnalida yangragan bu so‘z, bug‘unda haqiqatga aylandi. O‘zbek kurashi Amerika, Afrika, Yevropa, Avstraliya, Osiyo qitalariga tezlik bilan yoyilmoqda.

Bug‘un Turk polvoni Salim Tatar o‘g‘lini, Yapon polvoni Komimotani, Polshalik Pavel Malavaneski, Barazilyalik Karlos polvonni, Parchavaylik Katsugarini, Gruzin Xoxlashvilini, Qozog‘istonlik Doston Primqulovni, Bolgar Geogriy Tannovni dunyo o‘zbek kurashi palavoni sifatida biladi.

Jahon o'zbek polvonlari-Toshtemir Muhammadiev, Kamol Murodov, Baxrom Avazov Akbar Qurbonov, Matumquli Maxmudovlarni, Abdulla Tangirievlarini san'atiga tan beradi.

Vengriyalik Loslo Tot, Hindistonlik Jagde, Toshler, Turkiyalik Ibrohim O'zbek, Rossiyalik Ig'or Yalishev, Boliv Yakil Edgor Kladr, jarlik Andrey Frenyalar o'zbek kurashining dunyoga yoyilishida jonbozlik ko'rsatayotgan insonlar qatorida tanildi.

Bug'un kunda XKA 5 qitani 70 dan ortiq mamlakatlari bilan madaniy sport aloqalarini yo'lga qo'ygan jahonning 50 dan ortiq mamlakatlarida esa rasmiy federatsiyalar faoliyat olib bormoqda.

2000-yilning 6-7 may kunlari Rossiya Federatsiyasining Tver shahrida 1984-86-yillarda tug'ilgan yosh yigit va qizlar o'rtasida O'zbek kurash bo'yicha tarixiy 1-jahon birinchiligi bo'lib o'tdi. Unda kurrai zaminimizning 15 ortiq davlatlarning yosh polvonlari etdilar. Jumladan, ispaniya, Farnsiya, Rossiya, Ozarbayjon, Ukraina, Belarusiya, O'zbekiston, Gruziya, Qozog'iston kabi davlatlarning yosh yigit va qizlari g'oliblik uchun o'zaro kuch sinashishdi. Jahon birinchiligi o'g'il bolalar o'rtasida 6 ta vazn toifasida bo'lib o'tdi.

48 kg vazn toifasida Hojiboev Nizomiddin (O'zb), 50 kgda Nurtoev Hikmat (O'zb)birinchi o'rinni oldilar. 55 kgda Ermatov Bahrom, Ravshanov Olim, Bekchanov Umidlar 2-3 o'rinlarni egalladi. 60 kgda Mamatov Furqat birinchi o'rinni qo'lga kiritdi.

Qiz bolalar o'rtasida 48 kg vazn Haytambetova Feruza 2-o'rin, 52 kgda Jalolova Gulmira, Hazratova Dilshodlar 3-o'rinni, 57 kgda Kojemyaniko Lyudmila 2-o'rinni oldilar.

Umumiy hisobda O'zbekiston sportchilari birinchi o'rinni oldilar (3 oltin,3 kumush, 4 bronza). Bir so'z bilan aytganda 1-Jahon birinchiligini bunday yuqori saviyada, oliy darajada o'tish O'zbek kurashini kurrai zaminimizda yashovchi barcha millat vakillarining qalbidan chuqur dam olishi, O'zbekistonlik har bir fuqaroning g'ururlanishiga va faxrlanishiga arziydi.

2000-yil 1-3 oktabrda Angliyaning Bedford shahrida "Islom Karimov turniri" muvaffaqiyatli o'tkazildi.

2000-yil 13-17 iyulida Turkiyaning Antalya shahrida o'zbek kurashi bo'yicha 2-jahon chempionati bo'lib o'tdi. Bahrom Avazov, Mahtumquli Maxmudov jahon chempionatida turkiyalik Asl birinchi o'rin egalladi.

2000-yilda Avstarliyaning Sadneey shahrida o'tgan Olimpiya o'yinlarida esa, 77 nafar sportchimiz Vatanimiz sharafini himoya



qilib, bokschilardan Muhammadqodir Abdullaev oltin, Rustam Saidov, Sergey Mixaylovlar bronza, erkin kurashchi Artur Toymazov kumush medallari sohibi bo'ldilar.

O'zbekiston sportchi va murabbiylar mehnatini manaviy va moddiy rag'batlantirishga katta e'tibor berilib, "O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan sport ustosi" va "O'zbekiston Respublikasida xizmat ko'rsatgan sportchi" faxriy unvonlari ta'sis etildi. (1992-yil).

28 iyun-1iyul 2001-yil poytaxtimizda JAR sport majmuasida sambo bo'yicha Osiyo X- chempionati bo'lib o'tdi. Bu bahslar qitamizning O'zbekiston, Qozog'iston, Turkmaniston, Mug'iliston, Yaponiya, Qirg'iziston, Turkiya, Tojikiston singari davlatlari ham bir qismi Osiyoga to'tashgan Rossiya vakillari ishtirok etdilar. O'zbekistonlik sportchilar to'rtta 1-o'rinni egalladilar.

2001-yili erkaklar o'rtasida Sambo bo'yicha jahon chempionati musobaqasi Rossiyaning Krasnoyarsk shahrida bo'lib o'tdi. Ushbu bellashuvda 27 davlatdan 300 nafarga yaqin sportchilar 9 vazn toifasida g'oliblik uchun kurashishdi.

52 kg-Shavkat Jo'raev 2-o'rin. Haqiqat, 27 davlat orasida O'zbekistonnig 2-o'rinni qo'lga kiritish o'ziga xos voqelik.

## ARTUR TAYMAZOV



Erkin kurash va Yunon-rum kurashi bo'yicha o'tkazilgan jahon chempionatda 1-kumush va 1-oltin medalni olishiga muvoffaq bo'ldi. Boks bo'yicha o'tkazilgan jahon chempionatida 1-oltin, 1-kumush, 1-bronza medallarini qo'lga kiritdilar. 2001-yilda Vengriyaning Budapesht shahrida milliy kurash

bo'yicha uchinchi jahon chempionati o'tkazildi.

O'zbekiston sportchilari eng yirik xalqaro musobaqalarda-



Olimpiada va Osiyo o‘yinlarida, jahon va Osiyo chempionatlarida mustaqil davlat vakili sifatida qatnashishdek va masuliyatli sharafiga muyassar bo‘ldilar.

1992-yilda Manilada bo‘lib o‘tgan Butun jahon shaxmat olimpiadasida O‘zbekiston erkaklar terma jamoasi 100 dan ortiq mamlakat vakillarini ortda qoldirib, jahon chempioni G.Kasparov boshchiligidagi Rossiya terma jamoasidan so‘ng faxrli ikkinchi o‘rinni egallagani katta voqea bo‘lgan edi. 1991-yilda faqat bitta xalqaro Groesmeyster-Georgiy Azamov etishib chiqqan bo‘lsa, o‘n bir-yillik mustaqillik davrida 10 nafar gresmeyster etishib chiqdi. Shuningdek o‘smirlar o‘rtasida Jahon chempioni degan sharafiga muyassar bo‘lgan I.Hamraqulov dunyo reytingida yuqori o‘rinni egallab turgan 2004-yil Tripolida o‘tgan jahon chempionati g‘olibi sifatida shaxmat tojini kiygan R.Qosmijonov kabi istedodli shaxmatchilar ham etishib chiqdilar.

### **Rustam Qosimjonov**



Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportning moddiy bazasini rivojlantirish yuzasidan katta ishlar amalga oshirildi. Xususan, Toshkent, Andijon, Farg‘ona, Namangan, Buxoro, Jizzax, Samarqand, Qarishi, Termiz, Guliston va boshqa shaharlarda xalqaro standartlarga javob beradigan qator sport majmualari qurildi. Toshkent shahridagi

YUnusobod, “Suv havzasi”, “Jar”, milliy bank, Namangan shahrida “Pahlovon”, Jizzax shahridagi olimpiya zahiralari kolleji sport majmualari va boshqalar shular jumlasidandir. 2000-yilga kelib mamlakatimizda sport inshootlari soni 7407 taga etdi yoki 1992-yildagi nisbatan 19 foizga ko‘paydi. Ularni bunyod etishda, ayniqsa murakkab sport inshootlari-stadionlar, suzish havzalariga, sport zallariga alohida e‘tibor beriliyapti. 2003-yilda 1991-yilga nisbatan 1950 tacha yoki 44 foizga, suzish havzalari 100 taga yoki 87 foizga oshdi. Bundan tashqari futbol maydonlari soni 2114 taga yoki 37 foizga, tennis kortlari esa, 757 ga yoki qarib 4 barobarga ko‘paydi. Asosiysi, Yangidan barpo etilgan yoki rekonstruksiya yo‘li bilan qayta taqlangan barcha sport sog‘lomlashtirish maskanlari zamonaviy loyihalar, sharqona uslub va yuqori samaradorlik asosida tashkil etilayotgani, barcha sport turlari bo‘yicha texnik malakalarni egallash imkonini beruvchi vositalar bilan jihozlanayotgani tahsimga loyiqdir.

Jismoniy tarbiya va sport sohasidagi bunday amaliy ishlar yaqin kelajakda ya‘ni ko‘proq natijalar berishi shubhasiz.

2001-yilda boksni rivojlantirishni qullab-quvvatlaydigan Fondga asos soladi. Shu tufayli Respublikada boksni rivojlantirish va tashviqot va targ‘ibot qilishi bo‘yicha juda katta ishlar qilindi.

2001-yilda xitoyda o‘tkazilgan Osiyo chempionatida og‘ir atletikachilarda 6 ta sportchi qatshandi. Ular quyidagi o‘rinlarni egalladilar 1ta – 1o‘rin, 5ta – 3-o‘rinni egalladilar.

Yunon-Rum kurash bo‘yicha 1ta-oltin, 1ta – kumush, 3ta – bronza medalini, Sambochilar (erkaklar) 4ta – oltin, 2ta-bronza medallari sohibi bo‘ldilar.

Mamlakatda yosh avlodning jismoniy va manaviy barkamoligini ta‘minlashi, sog‘lom turmush tarziga intilishi va sportga mehr-muhabbatni rivojlantirish, joylarda bolalar sportchining moddiy bazasini yaratish, aholi yashaydigan joylarda zamonaviy bolalar sport majmualari tarmog‘ini barpo etish hamda sport asbob-anjom va jihozlari bilan ta‘minlash ishlarini yanada faollashtirish maqsadida 2002-yil 24 oktabrida “O‘zbekiston Bolalar sportini rivojlantirish jamg‘armasi tuzildi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti jamg‘arma homiylik kengashining raisi etib saylandi. Qoraqalpog‘iston Respublikasi Juqori Kenges raisi, viloyatlar va Toshkent shahar hokimlari mintaqaviy filiallar homiylik kengashlarining raislari etib tayinlandilar.

2002-yilda Taylandda 15 yoshgacha bo'lgan o'smirlar o'rtasida Osiyo birinchiligi o'tkazildi. Osiyo qitasidagi 16 davlat o'rtasida O'zbekiston terma komandasi ikkinchi marta birinchi o'rinni egaladi.

Shu-yili talabalar va kollej o'quvchilari o'rtasida o'tkazilgan Jahon chempionatida O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti talabalar terma jamoasi umum komanda hisobida 3-o'rinni egalladilar.

2002-yilda Janubiy Qoreyani Pusana shahrida o'tkazilgan XIV-Osiyo o'yinlarida Respublikamiz terma jamoasi muvaffaqiyatli qatnashdilar. Jumladan, og'ir atletikachilarimiz 1tadan 8 o'ringacha egallab komanda hisobida 5-o'ringa chiqdilar. Bokschilarimiz 5ta-oltin, 1-kumush, 3ta – bronza, erkin kurashchilarimiz 2ta-oltin, Yunon-Rum kurashchilarimiz 1ta-oltin, 1ta-kumush. Dzyudochilar (erkaklar) 1ta-oltin, 3ta – bronza medalini sambochilar (erkaqlar) 2ta –oltin, 4ta-kumush, 2ta-bronza, ayollar 2ta-kumush, 3ta-bronza, karate-2ta-kumush, 1ta-bronza medallarini olishiga muvoffaq bo'ldilar.

O'quvchi yoshlar sport mashg'ulotlariga o'quvchilarni ommaviy ravishda uzliksiz jalb qilishining tashkil qilishi maqsadida, "O'quvchi va talaba yoshlarni sportga jalb qilishga qaratilgan o'zliksiz sport musobaqalari tizimini tashkil etish to'g'risida" 2003-yilda O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Maxkamasining qarori qabul qilindi. Mazkur qaror asosida mamlakatda umumta'lim maktablari, akademik litsey va kasb-hunar kolejlari o'quvchilari hamda oliy ta'lim muassasalari talabalarining "Umid Nihollari", "Barkamol avlod", "Unversiada" musobaqalarining hududlarda Respublika final bosqichlarining o'tkazish rejasi belgilandi.

Bolalar uchun sport tovarlari turlarini ko'paytirish hamda mintaqalar maktabgacha bolalar muassasalari, maktablar, akademik litseylar, kasb-hunar kolejlari, oliy o'quv yurtlari ehtiyojlarini ta'minlashga qaratilgan "Bolalar sportini targ'ib qilish va bolalar uchun sport tovarlari ishlab chiqarish turlarini kengaytirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlari to'g'risida" Vazirlar Mahkamasining 2003-yilda qarori qabul qilinib, uning asosida mamlakatda sport kiyimlari va anjomlarini ishlab chiqarish yo'lga quyildi. Jismoniy tarbiya va sportni ommaviy axborot vositalari orqali keng targ'ib qilish, uning mohiyatini mamlakat aholisiga keng etqazish maqsadida, Vazirlar Mahkamasining 2003-yilda "Ommaviy sport targ'ibotini yanada kuchaytirish chora tadbirlari to'g'risida"gi qarori qabul

qilinib, unga binoan, O‘zbekiston televideniyasida maxsus “Sport” kanali tashkil etildi.

#### **Adabiyotlar:**

1. Xo‘jaev P.Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y
2. Xo‘jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. 1993 y.
3. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y.
4. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiY. 1997 y.

#### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# **O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASIDA JISMONIY TARBIYA VA SPOTNING RIVOJLANISHI**

## **Reja:**

- 1.O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sport
2. Xalq milliy o‘yinlarining tiklanish.
- 3.Uch tizimli sport musobaqalarini tashkil qilish va o‘tkazish.

## **1.O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sport**

1991-yil 31-avgust kuni g‘oyat buyuk, olamshumul tarixiy voqea yuz berdi. Shu kun Respublika Oliy Kengashi minbaridan O‘zbekiston davlati mustaqilligi tantanali ravishda elon qilindi.-yillar osha bu sana xalqimiz uchun eng qutlug‘ va eng unitilmas kun bo‘lib qolishi muqarrar!

Har qanday mustaqil davlat va o‘nda hayot kechiruvchi har bir xalq, millat tabbiy boyliklari, ya’ni er osti va er ustida zaharlari, tog‘lari va o‘rmonlari daryo-yu dengizlari ulkan shaharlari, go‘zal inshootlari bilan g‘ururlashishga xalqdir.

Biroq tarixiy tajribalar shunday dalolat beradiki, jamiyatning haqiqiy boyligi, bu inson avlodidir. Jamiyat el-yurtiga, vataniga sadoqatli, iymon e’tiqodi butun, mard va jasur manaviyati yuksak insonlar bilan xaqli ravishda faxrlinadi. Bu ulug‘vor, betakror boylik esa har qaysi davlatning salohiyati manbaidir.

Ana shunday noyob fazilatga ega bo‘lgan avlodni tarbiyalab voyaga etkazayotgan xalq kelajakka ochiq ko‘z, katta ishonch bilan qarash mumkin.

Shukuronalar bo‘lsinki, xalqimiz tarixning mashoqqatli sinovlari osha o‘zining ana shu olijanob xususiyatlarga zavol etkazmay. Saqlab keldi. Ajdodlarimiz o‘z nasl-nasabalarini umumbajarish to‘yg‘ular, o‘lmas sharq falsafali, milliy qadriyatlarimiz bilan tarbiya qilib keldilar. Ota-bobolarimiz asrlar davomida avlodlarni voyaga etkazdilar. Ha, bunday fazilatlar asl zahmatkash xalqimizga munosibdirki, biz bu bilan har qancha g‘ururlansak arziydi.

Binobarin, oldimizda mustaqil buyuk davlat ko‘rishdek murakkab va sharaflil vazifa turgan bir paytda bu manaviy qadriyatlarning ahamiyati ming karra ortadi. Nega deganda har qanday ulug‘ maqsadlarga etishi, Yangi jamiyat, farovan turmush

qurish, go‘zal hayot barpo etish, avvalo shu jamiyat a‘zolari bo‘lgan komil odamlarga, barkamol yosh avlodga bog‘liqdir. Shu bois xalqimiz farzandlarimizning iqbolini uylab, qattiq bel bog‘lab mehnat qiliyotgan masuliyatni bir davrda mazkur tushunchalar yanada ehtron ma’no kasb etadi.

O‘zbekiston Respublika Oliy Kengashi 1992-yil 14-yanvarda “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida” muhim qonun qabul qildi. Ushbu hujjat bilan sohamiz birinchi marta o‘z foliyatining mustaqil huquqiy asoslariga ega bo‘ldi. Qonun jismoniy tarbiya hamda sport faoliyatida jamoat munosabatlarini to‘g‘ri tarkibga solishini va O‘zbekistonda jismoniy tarbiya, sog‘lomlashtirish va sport ishining yuksaltirishning huquqiy kafolatini yuzaga keltirdi. Qonunda jismoniy jismonini tarbiya va sport sohasidagi qonunchilik amaliyotini jahon tajribasiga va Respublikamizning o‘ziga xos xususiyatlariga muvofiq qildi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining “Sog‘lom avlod uchun” (1993-yil). Farmoni ushbu Qonunning amlaga barkamollika, erishimga, tabiatni muhofaza qilishichi, jismoniy va manaviy tarbiyalarning o‘zviy bog‘liqligini ta’minlashga qaratilgan.

Yurtboshimizning jismoniy tarbiya va sportining yanada rivojlantirishda “Sog‘lom avlod uchun” orden va shu nomdagi jamg‘armani ta’sis etish, jismoniy tarbiya va sport bo‘yicha maxsus unvonlarni joriy qilishi to‘g‘risidagi farmonlari imzo chekishi jismoniy tarbiyani rivojlantirishda muhim o‘rin tutmoqda. Shuningdek, O‘zbekiston Respublikasining Vazirlar mahkamasining 1995-yil 15-apreldagi “Sog‘lom avlod uchun” jurnalini tashkil etish to‘g‘risida qarorni ham bu sohada quyilgan salmoqli qadam deyish mumkin. Chunki, jurnalning asosiy maqsadi manaviy va jismoniy barkamol avlodlarni tarbiyalash hamda yuqorida qayd etib o‘tilgan davlat ahamiyatiga molik vazifasini amalga oshirishda keng aholi asosini ishtirok ettirishdir.

Qonun hayotga tatbiq etishda O‘zbekiston xalq ta’limi vazirligi katta ishlarni amalga oshirishni rejalashtirishda. Chunonchi birinchi navbatda bolalarni har tomonlama jismoniy baquvvat, epchil, chaqqon, kuchli, botir qilib hamda ularni ilmga, bilimdon, zukko, tarbiyali, manaviyati boy qilib tarbiyalashni ko‘zda tutgan sog‘lom avlod dasturini ishlab chiqishni amalga oshirdi.

Umumta’lim maktablari I-XI sinflari uchun Davlat standarti asosida jismoniy tarbiya dasturini ishlab chiqilishi fikrimiz asosidir.

Keyingi paytlarda kurilayotgan har bir maktabda sport zali qurilishining mo'ljallanishi, Yunusobod dahasida tennis kortining qurilishi, Farg'onada, Andijonda, Namanganda, Samarqanda, Qarshida, Termizdagi tennis kortlari va stadionlarning qurilishi qabul qilingan professorlarning amaliyotga tatbiq qilinayotganligidan dalolatdir.

O'zbekiston Respublikasi azaldan polvonlar makoni. Shu bois kurash musobaqalari hamisha qizg'in bo'lib o'tgan. Lekin sobiq tuzum davrida milliy kurashchimizga e'tibor susayib ketgandi. Respublikamiz mustaqillikka erishganda so'ng jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga alohida e'tibor berila boshladi. "Sog'lom avlod" o'sib-ulg'ayishida ularni har tomonlama kuchli, epchil, chaqqon, tezkor, chidamli, botir, qo'rqmas qilib tarbiyalashda milliy kurashning roli kattadir. Chunki milliy kurashning yaxshi o'rgangan sportchiga sportnig va kurashning boshqa turlarini egallash oson kechadi.

1991-yili SSSR xalqlari spartakiadasida oxirgi sportchilarimiz yaxshi qatnashib umum jamoa hisobida 10-o'rinni egallashdi. Yunon-rim kurashi bo'yicha Abdullayev G'ayrat 2-o'rinni, 1992-mamlakat birinchiligida 2-o'rinni, E—Gran-pri musobaqasida 1-o'rinni ko'lga kiritdi.

1991-yili Meksikada o'tkazilgan oxirgi spartakiadada A.Grigoryan chempion bo'ldi, O.Moskaev 2-o'rin, X.Tursunov, N.Sumionov, N.Ataev, M.Kitabovlar – 3-o'rinni oldilar. Komanda – to'rtinchi o'rinni egalladi.

1992-yil 9-11 avgust SHahrisabzdagi "Hisor" o'yingohida milliy kurash bo'yicha sohibqiron A.Temur xotirasiga bag'ishlangan 1-xalqaro musobaqa bo'lib o'tdi.

Ushbu turnirga Qozog'iston, Tojikiston, Turkmaniston, Qirg'iston, O'zbekiston va boshqa davlatlar jamoalari vakillari kelishidi. Jami 300 nafar man-man degan polvonlar Shahrisabzni, buyuk sarkarda, ulug' sohibqiron ruhini shod etishga bel bog'lab maydonga tushdilar.

Bu yerda milliy kurashning Buxoroga, ya'ni – berib olishi usulida kurash tushildi. Buni Qashqadaryo, Surxandaryo, Buxoro, Xorazm polvonlari juda yaxshi bilishadi.

Bu O'zbekiston sportchilarning olimpiada va jahon birinchiliklari mustaqil terma jamoa sifatida ishtirok etishlariga imkoniyatlar yaratib berdi.

1994-yili O'zbekiston Respublikasi milliy olimpiya qo'mitasi (MOK). Bosh assambilyasi 3-sessiyasi bo'ldi. Unda MOK ijroiya qo'mitasi va taftish komissiyasining hisobotlari tinglandi. O'zbekiston Respublikasi MOK nizomiga o'zgartirishlar kiritildi. Sessiyada O'zbekiston Respublikasining MOK Deklaratsiyasi qabul qilindi va Davlat sport qo'mitasi rais S.S.Ro'ziev MOK prezidenti etib saylandi.

Milliy Olimpiya Qo'mitasining deklaratsiyasida olimpiya g'oyalariga tayanish, uni hayotga singdirish va jamoalarda XOK tashkil etilganligining 1100-yilligini targ'ibot qilishi kabi murojaat, chaqiriq, tavsiya va takliflar bayon etilgan.

Shu bilan birga, O'zbekiston sportchilari xalqaro sport aloqalarini tobora mustahkamlab bordi. Sharq va Yevropa mamlakatlarida turli uchrashuvlar, turnirlar, bellashuvlarda qatnashib o'z tajribalarini ortirdi.

1994-yilning 2-15 oktyabr kunlarida Yaponiyani Xirosima shahrida XII Osiyo o'yinlari bo'lib o'tdi. O'nda O'zbekiston Respublikasi sportchilari 10 ta oltin, 11ta kumush va 19 ta bronza, ya'ni jami 40 ta medalni qulga kiritdilar.

Baydarkachi sportchi Ivan Kirov 3 oltin medal sovrindori bo'ldi. Alisher Avezboev, Oleg Maskaev (boks), Shuxrat Axmedov, A.Rapichev, E.Osmonov (o'q otish), O.Yarigini (nayza uloqtirish), R.Ganiev (o'n kurash), S.Munkova (balandlikka sakrash) musobaqa g'oliblaridir. Shuningdek futbol jamoamiz finalda XXDR jamoasini 4:2 hisobda ajoyib g'alabani qulga kiritdi. Bosh murabbiy R.Akramov, B.Abduraimov.

Umuman olganda XII Osiyo o'yinlari natijalari, ayniqsa futbolchilarimizning yutuqlari O'zbekiston dovrug'ini olamga yoydi.

Uch-yil ichida jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchilarimiz soni 5,5 milliondan oshib ketdi.

Ulardan ko'pchiligi oshirilgan murakkab normativlarni bajarishga muvofiq bo'ldilar. Milliondan ortiq kishi esa, salomatliklarini mustahkamlash bilan birga sport seksiyalarida mashg'ulotlarni davom ettirilmoqdalar.



200 ga yaqin stadion, to'rt yarim mingdan ortiq sport zallari, 128 cho'milish havzalari, 30 mingdan ortiq o'yin maydonchalari va futbol maydonlari sportchilar ixtiyoriga berib quyilgan.

Sport kurashi, chavandozlik o'yinlari va musobaqalari Yangi sahifalarga chiqib oldi. Bunga Respublika hukumatining milliy sport turlarini rivojlantirish borasidagi g'amxo'rligi tufayli erishildi. Buyuk ota-bobolarimiz, mashhur tarixiy va davlat arboblari atab atletikachilarning xalqaro bellashuvlarini o'tkazish yaxshi an'ana bo'lib qoldi.

O'zbekiston vakillari yuksak mahorat namoyish etiladigan bellashuvlarda ham muvaffaqiyatli qatnashmoqdalar. Sportchilarimiz jahon va osiyo qit'asi chempionatlarida, olimpiada o'yinlari va xalqaro turnirlarda qatnashib, 686 nishon shu jumladan 232 oltin, 201 kumush, 253 ta bronza nishonlarini olishga muvofaq bo'ldilar.

Jug'rafiy-siyosiy holatimizni hisobga olib, Osiyo mamlakatlari bilan aloqalarni rivojlantirishga alohida e'tibor beriliyapti. Chunonchi O'zbekiston futbolchilari qita chempionati va kubogi musobaqalariga kiritildi.

Istedodli bolalarni topish, ularni mahoratini oshirib, Yangi sport marralariga olib chiqish murabbiylarning sharaflari va vazifasidir. Bizda taqlid qilsa arzugulik mahoratli sportchilar bor.

Faristayl bo'yicha 1993-yilda jahon chempioni, 1993 va 1994-yillarda jahon kubog'i g'olibi. 1994-yil Narvegiyaning Lillehammer shahrida Mustaqil Respublikamizga birinchi bo'lib olimpiya o'yinlarining birinchi oltin medalini olib bergan sportchimiz Lina Cheyazeva hisoblanadi.

1995-yil 8-9-aprel kunlari Termez shahridagi "Alpomish" o'yingohida Sharqning buyuk allomasi al-Hakim at-Termeziy xotirasiga bag'ishlangan II an'anaviy xalqaro turnir bo'lib o'tdi. Turnirda Rustam polvon Ergashev mutloq g'olib chiqdi.

1995-yil Respublikamizning ko'pgina vakillari xalqaro sport anjumanlarida ajoyib muvaffaqiyatlarga erishdilar. Masalan, boks bo'yicha birinchi jahon chempioni R.Risqiyev yulduzi sport osmonida ravshan porladi. Jahon chempionatlarida Bobomurod Fayziev, Sayfiddin Xoziev, Sobir Qurbonov (sambo kurashi), Sobirov Ro'ziev (qilichbozlik), Mamajon Ismoilovlarning nomi (ot sporti) dunyo uzra yangradi. Sportning turli sohalari bo'yicha mana bu sportchilarning:

Jaloliddin, Abdujabborov, Erkin Karimov, Erkin Xoliqov, Isroil Isoxqovlar nomi jahonga tanildi.

Mustaqil Respublikamiz vakillari qisqa vaqt ichida xalqaro musobaqalarda ajoyib g'alabalarga erishdilar. Lina Cheryazova fristayl bo'yicha jahon chempionati va kubogi, qishki olimpiada o'yinlari g'olibi, Hukmatilla Axmedov boks, bo'yicha jahon chempionida 2-o'rinni, Botir Mamidov Takvan-do, Sergey Nodirxonov jahon chempionatida 3-o'rinni, Ramil Islomov erkin kurash bo'yicha yoshlar o'rtasida jahon birinchiligi g'olibi, Navro'z Usmonov Yunon-rum kurash bo'yicha jahon birinchiligida 2-o'rinni, Urol Turaev milliy kurash bo'yicha Prezident sovrini sohibi, Yuliya Yankina sambo bo'yicha ikki marta jahon chempioni, Oksana Chusovitina gimnastika bo'yicha Olimpiya o'yinlari chempioni, jahon chempionatida 3-o'rin, jahon chempioni Alini Stergiadu Osiyo kubogida 1-o'rinni, Ramil Ataulin, Ruslan Xingarov erkin kurash bo'yicha jahon chempionatida 3-o'rinni egallagan. Ivan Kirov Baydarka va kakoeda eshkak eshish bo'yicha Osiyo o'yinlari chempioni Zokirjon Sharipov sabo bo'yicha jahon chempionati g'olibidir, bularning nomini yana davom ettirishimiz mumkin. Mana shunday muvaffaqiyatlar Respublikamiz mustaqillikni erishgandan keyin qulga kiritildi. Bu davlatimizni jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga berilgan e'tiboridir.

1995-yilda Xitoy og'ir atletika bo'yicha jahon chempionati o'tkazildi (ayni vaqtda olimpiya o'yinlariga yo'llanma olishga) o'zbek og'ir atletikachilari ham qatnashdi. 116 davlat o'rtasida 16-o'rinni egallab, olimpiya o'yinlariga 5-ta yo'llanmani qo'lga kiritdilar.

1996-yili Osiyo chempionatida 3-ta sportchi qatnashdi, shulardan B.Nuralliev 3-o'rin, I.Halilov 3-o'rinni oldi. O'zbekiston poytaxti Toshkent shahridagi "Alpomish" sport saroyida 1995-yil 1-8 oktyabr kunlari boks bo'yicha XVIII Osiyo chempionati bo'lib o'tdi. Unda 19 mamlakatdan ya'ni O'zbekiston, Qozog'iston, Turkmaniston, tojikiston, Pokiston, Quriya, Tayland, Singanur, Filinin, Tayvan, Xitoy, Indoneziya, Iroq, Quvayt, Hindiston, Yaponiya va boshqa terma jamoalardan kelgan eng quli bokschilar chempionatning medallari bilan bir qatorda Atlanta Olimpiadasiga beriladigan yo'llanmalarni ham qo'lga kiritish uchun ringga chiqdilar.

Shu nuqtai nazardan havosqor bokschilar jahon va Osiyo Federatsiyasining prezidenti Anvor Chaujri O'zbekistonda jismoniy

tarbiya va sport rivojlantirish borasida ulkan ishlar qilinayotganligini mamnuniyat bilan qayd etdi. Shuning uchun O‘zbekistonlik bokschilar yirik xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyat bilan qatnashmoqda.

Osiyo chempionati bokschilarimizga ikki tomonlama masuliyat yuklandi. Birinchidan ular o‘z ona-Vatanimizda O‘zbekiston sharafiga himoya qilishadi. Ikkinchidan, chempionati final jangi qatnashchilari keyingi-yili Atlantida bo‘ladigan Olimpiadaga yo‘llanma olishadi.

Eng quvonarlisi, 1996-yil iyul-avgust oylarida AQSH ning Atlanta shahrida o‘tkazilgan XXVI Olimpiada o‘yinlarida O‘zbekiston sportchilari birinchi marotaba mustaqil jamoa bo‘lib qatnashdi. Olimpiya o‘yinlarida 71 ta sportchi qatnashdi. Ikkita sportchimiz Armen Bogdasarov – kumush medal (dzyudo), Karim To‘laga

nov (boks) bronza medaliga sazovor bo‘ldi.

Jamoa hisobida 58-o‘rinni egalladilar. Ayniqsa kurashchilar, bokschilar, yengil atletikachilar va boshqa sport turlari bo‘yicha ko‘pgina sportchilar faxrli o‘nlikdan joy olishdilar.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

# ILOVALAR

## OLIMPIADA O'YINLARI TARIXI



### Afina (Gresiya). I Olimpiada o'yinlari. 6-15 aprel, 1896 yil

Ilk marotaba Gresiyada tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida 136 mamlakatdan 311 nafar sportchi ishtirok etdi. (Avstraliya, Avstriya, Bolgariya, Buyuk Britaniya, Vengriya, Germaniya, Gresiya, Daniya, AQSH, Fransiya, Chili, Shvetsariya, Shvetsiya). Ilk marotaba tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida ayollar ishtiroki ta'qiqlab qo'yilgandi. Ilk olimpiada chempioni amerikalik poygachi Konnoli bo'ldi. Suzish musobaqalarida esa vengriyalik Alfred Xayosh ikki oltin medal bilan g'oliblikni qo'lga kiritdi. Birinchi olimpiada o'yinlaridanoq g'olib sportchining vatani sharafiga madhiyalar yangrashi an'ana qilib qo'yildi. **Gresiyadagi olimpiada o'yinlarida mezbonlar birinchi pog'onani band etishgan bo'lsa**, AQSHliklar ikkinchi, Germaniyaliklar esa uchinchi o'rinlarni sohibi bo'lishdi.

| YOzgi Olimpiada o'yini 1896 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rin                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 11    | 7      | 2      | 20   |
| 2                               | Gretsiya        | 10    | 17     | 19     | 46   |
| 3                               | Germaniya       | 6     | 5      | 2      | 13   |
| 4                               | Fransiya        | 5     | 4      | 2      | 11   |
| 5                               | Buyuk Britaniya | 2     | 3      | 2      | 7    |
| 6                               | Vengriya        | 2     | 1      | 3      | 6    |
| 7                               | Avstriya        | 2     | 1      | 2      | 5    |
| 8                               | Avstraliya      | 2     | 0      | 0      | 2    |
| 9                               | Daniya          | 1     | 2      | 3      | 6    |
| 10                              | SHveysariya     | 1     | 2      | 0      | 3    |

### Parij (Fransiya). II Olimpiada o'yinlari. 20 may – 28 oktyabr, 1900 yil.



Parijga 24 mamlakatdan 997 nafar sportchi tashrif buyurishdi. Uzoq tortishuvlardan so'ng nihoyat MOQ rahbarlari Parijda tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida ayollarning ham ishtirok etishi uchun imkoniyat berishdi. Ular tennis va golf sport turlari bo'yicha bahs olib bordilar. Amerikalik Sheyla Kuper tennis musobaqasida raqiblaridan ustun kelib, ayollar o'rtasida ilk olimpiada chempioni sifatida tarix zarvaraqlaridan o'rin egalladi.

Parijdagi olimpiada o'yinlarida 20 ta sport turidan 95 ta medallar o'ynalib, shulardan 26 tasini qo'lga kiritgan mezbonlar umumjamoa hisobida birinchi, AQSHliklar ikkinchi, Buyuk Britaniyalik sportchilar esa uchinchi o'rin sohibi bo'lishdi. Olimpiyada uyinlarida 20 sport turidan jami 95 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.

| YOzgi Olimpiada o'yini 1900 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | Fransiya        | 26    | 41     | 34     | 101  |
| 2                               | AQSH            | 19    | 14     | 14     | 47   |
| 3                               | Buyuk Britaniya | 15    | 6      | 9      | 30   |
| 4                               | Aralash jamoa   | 6     | 3      | 3      | 12   |
| 5                               | SHveysariya     | 6     | 2      | 1      | 9    |
| 6                               | Belgiya         | 5     | 5      | 5      | 15   |
| 7                               | Germaniya       | 4     | 2      | 2      | 8    |
| 8                               | Italiya         | 2     | 2      | 0      | 4    |
| 9                               | Avstraliya      | 2     | 0      | 3      | 5    |
| 10                              | Daniya          | 1     | 3      | 2      | 6    |

### **Sent-Luis (AQSH). III olimpiada o'yinlari. 1 iyul - 23 noyabr, 1904 yil.**

AQSHga kelish uchun chiptalar narxi baland bo'lganligi tufayli olimpiada o'yinlariga Evropadan bor-yo'g'i 39 sportchigina tashrif buyurdi. 12 mamlakatdan jami 651 nafar sportchi ishtirok etgan yozgi olimpiada o'yinlarida AQSH 500 nafar sportchisi bilan g'oliblik uchun bahs olib bordi. Musobaqalar to'lik mezbon sportchilar tashabbusi ostida o'tdi va ular musobaqalarda o'ynalgan



89 ta oltin medaldan 78 tasini qo'lga kiritib, umumjamoa hisobida raqiblarini ancha ortda qoldirib, birinchi o'rinni egallashdi. Ikkinchi o'rin Germaniyaliklarga nasib etgan bo'lsa, Kubalik sportchilar uchinchi o'rin bilan cheklanishdi. Olimpiyada o'yinlarida 18 sport turidan jami oltin 94 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1904 yil |           |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat  | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH      | 78    | 82     | 79     | 239  |
| 2                               | Germaniya | 4     | 4      | 5      | 13   |
| 3                               | Kuba      | 4     | 2      | 3      | 9    |
| 4                               | Kanada    | 4     | 1      | 1      | 6    |

|    |                 |   |   |   |   |
|----|-----------------|---|---|---|---|
| 5  | Vengriya        | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 6  | Buyuk Britaniya | 1 | 1 | 0 | 2 |
| 7  | Aralash jamoa   | 1 | 1 | 0 | 2 |
| 8  | Gretsiya        | 1 | 0 | 1 | 2 |
| 9  | Shveysariya     | 1 | 0 | 1 | 2 |
| 10 | Avstriya        | 0 | 0 | 1 | 1 |

**London (Buyuk Britaniya). IV olimpiada o'yinlari. 27 aprel - 31 oktyabr, 1908 yil.**



Olimpiada o'yinlarida 22 mamlakatdan 2008 sportchi ishtirok etdi. Olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Rossiya, Turkiya, Avstraliya (Avstraliya va Yangi Zelandiya terma jamoasi). Olimpiada o'yinlarida g'alaba qozongan Uilyam va Sharlotta Dodlar olimpiya tarixida g'alaba qozongan ilk aka-singillar sifatida kiradigan bo'ldilar. 42 kilometrli marafon musobaqasida ishtirok etgan italiyalik Dorando Pietri finish chizig'iga sanoqli metrlar qolganida qoidani

buzganligi sababli marafonni tark etishga majbur bo'ldi. Londonda bo'lib o'tgan olimpiada o'yinlarida buyuk Britaniyalik sportchilar birinchi, AQSHliklar ikkinchi, shvesiyaliklar esa uchinchi o'rin sohibi bo'lishdi. Olimpiyada o'yinlarida 22 sport turidan jami 110 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi. **(Izoh) 10 kuchli davlatlar**

| Yozgi Olimpiada o'yini 1908 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rn                            | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | Buyuk Britaniya | 56    | 51     | 39     | 146  |
| 2                               | AQSH            | 23    | 12     | 12     | 47   |
| 3                               | Shvetsiya       | 8     | 6      | 11     | 25   |
| 4                               | Fransiya        | 5     | 5      | 9      | 19   |
| 5                               | Germaniya       | 3     | 5      | 5      | 13   |
| 6                               | Vengriya        | 3     | 4      | 2      | 9    |
| 7                               | Kanada          | 3     | 3      | 10     | 16   |
| 8                               | Norvegiya       | 2     | 3      | 3      | 8    |
| 9                               | Italiya         | 2     | 2      | 0      | 4    |
| 10                              | Belgiya         | 1     | 5      | 2      | 8    |

### **Stokgolm (Shvetsiya) V olimpiada o'yinlari. 5 may -27 iyun, 1912 yil.**

Olimpiada o'yinlarida 28 mamlakatdan 2407 sportchi ishtirok etdi. Olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Yaponiya, Misr, Portugaliya mamlakatlari vakillari o'z omadlarini sinab ko'rishdi. Umumjamoa hisobida Olimpiada o'yinlarida quyidagi davlatlar vakillari yuqori pog'onadan joy egallashdi: **1. Shvetsiya, 2. AQSH, 3. Buyuk Britaniya.** Olimpiyada o'yinlarida jami 109 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi **Izoh: umumiy ja medalar hisobida**



| Yozgi Olimpiada o'yini 1912 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 25    | 19     | 19     | 63   |
| 2                               | Shvetsiya       | 24    | 24     | 17     | 65   |
| 3                               | Buyuk Britaniya | 10    | 15     | 16     | 41   |
| 4                               | Finlyandiya     | 9     | 8      | 9      | 26   |
| 5                               | Fransiya        | 7     | 4      | 3      | 14   |
| 6                               | Germaniya       | 5     | 13     | 7      | 25   |
| 7                               | JAI             | 4     | 2      | 0      | 6    |
| 8                               | Norvegiya       | 4     | 1      | 4      | 9    |
| 9                               | Vengriya        | 3     | 2      | 3      | 8    |
| 10                              | Kanada          | 3     | 2      | 3      | 8    |

**1916 VI olimpiada o'yinlari Berlinda (Germaniya) tashkillashtirilishi lozim edi. Lekin birinchi jahon urushining boshlanishi olimpiada o'yinlarini to'xtatib turishga sabab bo'ldi.**

### **Antverpen (Belgiya). VII olimpiada o'yinlari.14avgust-28 avgust 1920 yil**

Olimpiada o'yinlarida 29 mamlakatdan 2607 nafar sportchi ishtirok etdi. Olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Argentina, Braziliya, CHexoslovakiya, YUgoslaviya kabi mamlakat sportchilari o'z omadlarini sinab ko'rdilar. Olimpiya qo'mitasi qaroriga binoan I jahon urushi sababchisi hisoblangan Germaniya va unga ittifoqdosh bo'lgan mamlakatlarning olimpiada o'yinlarida ishtirok etishi ta'qiqlab qo'yildi. Shuningdek, Sobiq ittifoq vakillarining ham olimpiada uchrashuvlaridagi ishtiroki ma'n etildi. Uchta oltin va bitta kumush medalni qo'lga kiritgan finlandiyalik chopqir Paavo Nurmin Olimpiada o'yinlarining eng yaxshi sportchisi deb topildi.





Musobaqaning yakuniy jadvali quyidagicha ko‘rinish oldi: 1. AQSH, 2. SHvetsiya, 3. Buyuk Britaniya. Olimpiyada o‘yinlarida 26 sport turidan jami 154 ta medallar jamlanmasi uynaldi

| Yozgi Olimpiada o‘yini 1920 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O‘rni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 41    | 27     | 27     | 95   |
| 2                               | SHvetsiya       | 19    | 20     | 25     | 64   |
| 3                               | Buyuk Britaniya | 16    | 15     | 13     | 44   |
| 4                               | Finlyandiya     | 15    | 10     | 9      | 34   |
| 5                               | Belgiya         | 14    | 11     | 11     | 36   |
| 6                               | Norvegiya       | 13    | 9      | 9      | 31   |
| 7                               | Italiya         | 13    | 5      | 5      | 23   |
| 8                               | Fransiya        | 9     | 19     | 13     | 41   |
| 9                               | Gollandiya      | 4     | 2      | 5      | 11   |
| 10                              | Daniya          | 3     | 9      | 1      | 13   |

#### **Parij (Fransiya) VIII olimpiada o‘yinlari. 4 may - 27 iyul, 1924 yil.**



Olimpiada o‘yinlarida 44 mamlakatdan 3089 nafar sportchi ishtirok etdi. Olimpiada o‘yinlarida ilk marotaba Meksika, Polsha, Ruminiya, Urugvay, Filippin kabi davlatlar vakillari qatnasha boshladi. Olimpiya qo‘mitasi germaniyalik sportchilarga olimpiada o‘yinlarida ishtirok etishni bu safar ham ta‘qiqlab qo‘yishdi. G‘oliblikni yana AQSH vakillari qo‘lga kiritgan bo‘lishsa, fransiyaliklar ikkinchi, finlandiyaliklar esa uchinchi pog‘onadan joy olishdi. Olimpiyada uyinlarida 17 sport turidan jami 126 ta medallar jamlanmasi o‘ynaldi.

| Yozgi Olimpiada o‘yini 1924 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O‘rni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 45    | 27     | 27     | 99   |
| 2                               | Finlyandiya     | 14    | 13     | 10     | 37   |
| 3                               | Fransiya        | 13    | 15     | 10     | 38   |
| 4                               | Buyuk Britaniya | 9     | 13     | 12     | 34   |
| 5                               | Italiya         | 8     | 3      | 5      | 16   |
| 6                               | Shveysariya     | 7     | 8      | 10     | 25   |
| 7                               | Norvegiya       | 5     | 2      | 3      | 10   |
| 8                               | Shvetsiya       | 4     | 13     | 12     | 29   |
| 9                               | Gollandiya      | 4     | 1      | 5      | 10   |
| 10                              | Belgiya         | 3     | 7      | 3      | 13   |



**Amsterdam (Gollandiya). IX olimpiada o'yinlari. 17 may-12 avgust, 1928 yil.**

Olimpiada o'yinlarida 46 mamlakatdan 2883 nafar sportchi ishtirok etdi. Ilk marotaba olimpiada o'yinlarida Malta, Panama kabi mamlakat sportchilari ishtirok etishga muvaffaq bo'lishdi. 16 yillik tanaffusdan so'ng nihoyat germaniyalik sportchilar olimpiada o'yinlarida qatnashish huquqini qo'lga kiritishdi. Amsterdamda o'tgan olimpiada o'yinlarining ochilish marosimida birinchi marotaba kabutarlar uchirildi, birinchi marotaba ayollar gimnastikasi olimpiada sport turlari qatoridan joy oldi. Qiziqarli uchrashuvlarga boy bo'lgan bahslarda AQSH vakillari yana bir bor birinchi o'rinni qo'lga kiritgan bo'lishsa, 16 yillik tanaffusdan so'ng yana olimpiada o'yinlarida ishtirok eta boshlagan germaniyalik sportchilar ikkinchi o'rinni qo'lga kiritishdi. SHvesiyalik sportchilar uchinchi o'ringa munosib deb topildi. Olimpiyada uyinlarida 14 sport turidan jami 109 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 1928 |             |       |        |        |      |
|-----------------------------|-------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                       | Mamlakat    | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                           | AQSH        | 22    | 18     | 16     | 56   |
| 2                           | Germaniya   | 10    | 7      | 14     | 31   |
| 3                           | Finlyandiya | 8     | 8      | 9      | 25   |
| 4                           | Shvetsiya   | 7     | 6      | 12     | 25   |
| 5                           | Italiya     | 7     | 5      | 7      | 19   |
| 6                           | Shvetsariya | 7     | 4      | 4      | 15   |
| 7                           | Fransiya    | 6     | 10     | 5      | 21   |
| 8                           | Gollandiya  | 6     | 9      | 4      | 19   |
| 9                           | Vengriya    | 4     | 5      | 0      | 9    |
| 10                          | Kanada      | 4     | 4      | 7      | 15   |

**Los-Anjeles (AQSH). X olimpiada o'yinlari. 30 iyul - 14 avgust, 1932 yil.**

Bu galgi olimpiada o'yinlarida 37 mamlakatdan 1332 nafar sportchi o'z omadlarini sinab ko'rishdi. Ilk marotaba olimpiada o'yinlarida Xitoy va Kolumbiyadan tashrif buyurgan sportchilar ham ishtirok etdi. Los-Anjelesda tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida ilk marotaba olimpia shaharchasi barpo etildi. X olimpiada o'yinlarida 41ta olimpiada va 18ta jahon rekordi yangilandi.

Mutaxassislar 5 marotaba oltin medalni qo'lga kiritgan yaponiyalik sportchini Olimpiada sensasiyasi sifatida e'tirof etishdi. Olimpiadada mezbonlar mehmon



davlat vakillaridan ko'ra ko'proq medallarni qo'lga kiritib, birinchi o'rinni qo'lga kiritgan bo'lishsa, italiyaliklar ikkinchi, germaniyaliklar esa uchinchi pog'onadan joy egallashdi. Olimpiyada uyinlarida 14 sport turidan jami 117 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1932 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 41    | 32     | 30     | 103  |
| 2                               | Italiya         | 12    | 12     | 12     | 36   |
| 3                               | Fransiya        | 10    | 5      | 4      | 19   |
| 4                               | Shvetsiya       | 9     | 5      | 9      | 23   |
| 5                               | Yaponiya        | 7     | 7      | 4      | 18   |
| 6                               | Vengriya        | 6     | 4      | 5      | 15   |
| 7                               | Finlyandiya     | 5     | 8      | 12     | 25   |
| 8                               | Buyuk Britaniya | 4     | 7      | 5      | 16   |
| 9                               | Germaniya       | 3     | 12     | 5      | 20   |
| 10                              | Avstraliya      | 3     | 1      | 1      | 5    |

### **Berlin (Germaniya). XI olimpiada o'yinlari.1-16 avgust, 1936 yil.**



THE  
XTH OLYMPIC GAMES  
BERLIN, 1936

Olimpiada o'yinlarida 49 mamlakatdan 3961 nafar sportchi ishtirok etdi. Ilk marotaba olimpiada o'yinlarida Afg'oniston, Boliviya, Kosta-Rika, Lixtenshteyn, Peru mamlakat vakillari qatnashdi. To'rtta olimpiada rekordini yangilagan nigeriyalik Ouens Olimpiada o'yinlari qahramoni sifatida e'tirof etildi. O'z uyida kechgan olimpiada o'yinlarida germaniyalik sportchilar birinchi o'rinni qo'lga kiritishdi. AQSH va Italiya davlatlari vakillari esa ikkinchi va uchinchi o'rinlarni bo'lib olishdi.

Berlinda o'tkazilgan olimpiada o'yinlari mash'alasi birinchi marotaba quyosh nurlari orqali yoqilib, Gresiyadan Berlingacha bo'lgan masofani sportchilar estafetasi yordamida bosib o'tdi. Olimpiyada uyinlarida 19 sport turidan jami 129 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1936 yil |             |       |        |        |      |
|---------------------------------|-------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat    | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | Germaniya   | 33    | 26     | 30     | 89   |
| 2                               | AQSH        | 24    | 20     | 12     | 56   |
| 3                               | Vengriya    | 10    | 1      | 5      | 16   |
| 4                               | Italiya     | 8     | 9      | 5      | 22   |
| 5                               | Finlyandiya | 7     | 6      | 6      | 19   |
| 6                               | Fransiya    | 7     | 6      | 6      | 19   |
| 7                               | Shvetsiya   | 6     | 5      | 9      | 20   |

|    |             |   |   |   |    |
|----|-------------|---|---|---|----|
| 8  | Yaponiya    | 6 | 4 | 8 | 18 |
| 9  | Gollandiya  | 6 | 4 | 7 | 17 |
| 10 | Shveysariya | 1 | 9 | 5 | 15 |

**XII olimpiada o'yinlari 1940 yil Xelsinkida (Finlyandiya) o'tkazilishi lozim edi. Ikkinchi jahon urushining boshlanishi olimpiada o'yinlarini o'tkazishga to'sqinlik qildi.**

**XIII olimpiada o'yinlari 1944 yil Londonda (Buyuk Britaniya) tashkillashtirilishi lozim edi. Lekin ikkinchi jahon urushining boshlanishi olimpiada o'yinlarini to'xtab turishga majbur etdi.**

**London (Buyuk Britaniya). XIV olimpiada o'yinlari. 29 iyul - 14 avgust, 1948 yil.**

Bu galgi olimpiada o'yinlarida 59 mamlakatdan 4099 nafar sportchi ishtirok etdi. Ilk marotaba olimpiada o'yinlarida Birma, Venesuela, Iroq, Eron, Pokiston, Suriya, Seylon, Janubiy Koreya, Yamayka mamlakatidan tashrif buyurgan sportchilar ishtirok etishdi. Ikkinchi jahon urushining bosh sababchilari - Germaniya va yaponiyalik sportchilarning olimpiada o'yinlaridagi ishtiroki ta'qiqlab qo'yildi.



Ayollar o'rtasida yugurish musobaqalarining barchasida g'alaba qozongan gollandiyalik Fransina Blankers-Kun olimpiada o'yinlari qahramoni sifatida tarix zarvaraqlaridan joy egalladi. Shuningdek, vengriyalik bokschi Laslo Papp ham olimpiada o'yinlari qahramonlaridan biriga aylandi. Angliyaliklar musobaqada mezbonlik qilishlariga qaramay, hatto kuchli uchlikka ham kira olmadilar. AQSHlik sportchilar esa aksincha, mehmonda harakat qilishgan bo'lsa-da, boshqa jamoa a'zolaridan ko'p oltin medallarni qo'lga kiritib, birinchi o'rinni egallashdi, shveysiyaliklar ikkinchi, fransuzlar esa uchinchi pog'onadan joy oldilar. Olimpiyada uyinlarida 17 sport turidan jami 136 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi olimpiada o'yini 1948 yil |                |       |        |        |      |
|---------------------------------|----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat       | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH           | 38    | 27     | 19     | 84   |
| 2                               | Shvetsiya      | 16    | 11     | 17     | 43   |
| 3                               | Fransiya       | 10    | 6      | 13     | 29   |
| 4                               | Vengriya       | 10    | 5      | 12     | 27   |
| 5                               | Italiya        | 8     | 11     | 8      | 27   |
| 6                               | Finlyandiya    | 8     | 7      | 5      | 20   |
| 7                               | Turkiya        | 6     | 4      | 2      | 12   |
| 8                               | Chexoslovakiya | 6     | 2      | 3      | 11   |
| 9                               | Shvetsariya    | 5     | 10     | 5      | 20   |
| 10                              | Daniya         | 5     | 7      | 8      | 20   |



### **Xelsinki (Finlyandiya).XV olimpiada o‘yinlari. 19 iyul-3 avgust, 1952 yil.**

Olimpiada o‘yinlarida 69 mamlakatdan 4925 nafar sportchi qatnashdi. Ilk marotaba olimpiada o‘yinlarida SSSR (300ga yaqin sportchilar bilan), Afrika mamlakatlari, Isroil, Indoneziya, GFR kabi mamlakat sportchilari ishtirok etdilar. Sobiq ittifoq sharafigi himoya qilgan Viktor CHukarin marafon musobaqasida 4 ta oltin, 2 ta kumush medalini qo‘lga kiritib, Olimpiada qahramonlaridan biriga aylandi. Ilk marotaba olimpiada o‘yinlari g‘olibligi ikkita jamoaga nasib etdi. Vengriyaliklar esa Xelsinkida o‘tkazilgan olimpiada o‘yinlarida uchinchi o‘rinni band etishdi. Olimpiyada uyinlarida 17 sport turidan jami 149 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o‘yini 1952 yil |                |       |        |        |             |
|---------------------------------|----------------|-------|--------|--------|-------------|
| O‘rni                           | Mamlakat       | Oltin | Kumush | Bronza | <b>Jami</b> |
| 1                               | AQSH           | 40    | 19     | 17     | 76          |
| 2                               | SSSR           | 22    | 30     | 19     | 71          |
| 3                               | Vengriya       | 16    | 10     | 16     | 42          |
| 4                               | SHvetsiya      | 12    | 13     | 10     | 35          |
| 5                               | Italiya        | 8     | 9      | 4      | 21          |
| 6                               | CHexoslovakiya | 7     | 3      | 3      | 13          |
| 7                               | Fransiya       | 6     | 6      | 6      | 18          |
| 8                               | Finlyandiya    | 6     | 3      | 13     | 19          |
| 9                               | Avstraliya     | 6     | 2      | 3      | 11          |
| 10                              | Norvegiya      | 3     | 2      | 0      | 5           |



### **Melburn (Avstraliya). XVI olimpiada o‘yinlari. 1956 yil, 22 noyabr - 8 dekabr.**

Avstraliyada bo‘lib o‘tgan olimpiada o‘yinlarida 67 mamlakatdan 3184 nafar sportchi ishtirok etdi. Avstraliyada jonzotlar orasida tarqalgan kasallik sababli ot sporti o‘yinlari Stokgolmda 11-17 iyun kunlari bo‘lib o‘tdi. XVI olimpiada o‘yinlarida ilk marotaba Keniya, Efiopiya, Uganda, Fidji davlatlari vakillari qatnashishdi. Bundan tashqari, GDR va FRG sportchilari birgalikda musobaqalarda ishtirok etishdi. Sobiq ittifoq tarkibida olimpiada o‘yinlarida engil atletika yo‘nalishida qatnashgan Vladimir Kus 5000 va 10000 metrli marrani birinchilardan bo‘lib bosib o‘tishi natijasida olimpiada rekordini o‘rnatish bilan birga, mutaxassislar tomonidan o‘yinlarining eng yaxshi

sportchisi deya e'tirof etildi. Sobiq ittifoq sportchilari Melburnda tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida 37 ta oltin, 29 ta kumush, 32 ta bronza medallari bilan taqdirlanishdi va jamoaviy medallar hisobiga ko'ra birinchi o'rin sohibi bo'lishdi. AQSHlik va avstraliyalik sportchilar esa ikkinchi, uchinchi o'rinlarni bo'lib olishdi. Olimpiyada uyinlarida 17 sport turidan jami 145 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1956 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR            | 37    | 29     | 32     | 98   |
| 2                               | AQSH            | 32    | 25     | 17     | 74   |
| 3                               | Avstraliya      | 13    | 8      | 14     | 35   |
| 4                               | Vengriya        | 9     | 10     | 7      | 26   |
| 5                               | Italiya         | 8     | 8      | 9      | 25   |
| 6                               | Shvetsiya       | 8     | 5      | 6      | 19   |
| 7                               | Germaniya       | 6     | 13     | 7      | 27   |
| 8                               | Buyuk Britaniya | 6     | 7      | 11     | 24   |
| 9                               | Ruminiya        | 5     | 3      | 5      | 13   |
| 10                              | Yaponiya        | 4     | 10     | 5      | 19   |

### **Rim (Italiya). XVIII olimpiada o'yinlari. 1960 yil. 25 avgust 11sentyabr.**

Rimda bo'lib o'tgan olimpiada o'yinlarida 83 mamlakatdan 5348 nafar sportchi ishtirok etishdi. XVIII olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Marokash, Birlashgan Arab Amirliklari, San-Marino, Tunis davlatlari vakillari o'z omadlarini sinab ko'rishdi. Sportchilar 76ta olimpiada rekordini yangilashga muvaffaq bo'ldilar. Sobiq ittifoq vakili YUriy Vlasov, uchta oltin medalni qo'lga kiritgan amerikalik Vilma Rudolf va efiopiyalik marafonchi Abebe Bikilalar Olimpiada o'yinlarining eng yaxshi sportchilari deb topildilar. Ilk marotaba olimpiada o'yinlarida sportchining vafot etishi kuzatildi. Daniyalik velopoygachi K. E. Yensen doping moddasini iste'mol qilishi natijasida vafot etdi. Medallar bo'yicha SSSR sportchilari birinchi o'rinni qo'lga kiritgan bo'lsa, Amerikaliklar ikkinchi, Germaniyaliklar esa uchinchi o'rinni band etishdi. Olimpiyada uyinlarida 17 sport turidan jami 150 ta medallar jamlanmasi uynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 1960 yil |          |       |        |        |      |
|---------------------------------|----------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR     | 43    | 29     | 31     | 103  |
| 2                               | AQSH     | 34    | 21     | 16     | 71   |

|    |                           |    |    |    |    |
|----|---------------------------|----|----|----|----|
| 3  | Italiya                   | 13 | 10 | 13 | 36 |
| 4  | Germaniya qo'shma jamoasi | 12 | 19 | 11 | 42 |
| 5  | Avstraliya                | 8  | 8  | 6  | 22 |
| 6  | Turkiya                   | 7  | 2  | 0  | 9  |
| 7  | Vengriya                  | 6  | 8  | 7  | 21 |
| 8  | YAponiya                  | 4  | 7  | 7  | 18 |
| 9  | Polsha                    | 4  | 6  | 11 | 21 |
| 10 | Chexoslovakiya            | 3  | 2  | 3  | 8  |

### **Tokio (Yaponiya). XVIII olimpiada o'yinlari. 10-24 oktyabr, 1964 yil.**

Bu galgi olimpiada o'yinlariga ilk marotaba Osiyo qit'asi mezbonlik qildi. YAponiya poytaxtida o'tgan olimpiada o'yinlarida ishtirok etuvchi davlatlar soni avvalgisiga qaraganda birmuncha ortdi (93 davlat), lekin ishtirokchilar soni



kamayib ketdi (5151 kishi). XVIII olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Jazoir, Kamerun, Kongo, Senegal, Liviya, Malayziya, Mo'g'uliston va Nepal mamlakatlari sportchilari qatnashdilar. Shuningdek, Tokioda o'tgan olimpiada o'yinlariga ilk marotaba dzyudo sport turi ham kiritildi. Olimpiada o'yinlarida 35ta jahon va 77ta olimpiada rekordi yangilandi. Abebe Bikila olimpiada tarixida marafoncha yugurish bo'yicha qatorasiga ikki marotaba

g'alaba qozongan birinchi sportchi bo'lib tarix saxifalaridan o'rin oladigan bo'ldi. Sobiq ittifoq sharafiga himoya qilgan Vyacheslav Ivanov esa qatorasiga uchta olimpiada o'yinlarida g'alaba qozondi. Medallar soni bo'yicha SSSR vakillari AQSHlik sportchilardan oldinga o'tib ketgan bo'lsa-da, oltin medallar soni bo'yicha ortda qoldi. Tokioda o'tgan olimpiada o'yinlarida SSSR tarkibida hamyurtlarimizdan Svetlana Babanina, Natalya Ustinova, Sergey Diamidov, Aleksey Koklyushevlar harakat qilishdi. Ilk marotaba Tokiodagi olimpiada o'yinlarini boshqa qit'alarga ham teletranslasiya qilindi va bir milliarddan ortiq kishi bevosita oynai jahon orqali uchrashuvlarni kuzatish imkoniyatiga ega bo'ldilar. YUqorida aytib o'tanimizdek, sobiq ittifoq vakillari birinchi, AQSHliklar ikkinchi, germaniyalik sportchilar esa olimpiada o'yinlarining uchinchi o'rini sohibi bo'lishdi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1964 yil |                           |       |        |        |      |
|---------------------------------|---------------------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat                  | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH                      | 36    | 26     | 28     | 90   |
| 2                               | SSSR                      | 30    | 31     | 35     | 96   |
| 3                               | Yaponiya                  | 16    | 5      | 8      | 29   |
| 4                               | Germaniya qo'shma jamoasi | 10    | 22     | 18     | 50   |
| 5                               | Italiya                   | 10    | 10     | 7      | 27   |



### **Mexiko. XIX olimpiada o'yinlari. 12-27 oktyabr 1968 yil.**

XIX olimpiada o'yinlariga mezbonlik qilish huquqini Meksika poytaxti qo'lga kiritdi. Janubiy Amerikada tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlari keskin kurashlarga boy bo'lib, unda 112 mamlakatdan 5530 nafar sportchilar ishtirok etdi. Mexikodagi olimpiada o'yinlarida bir nechta Osiyo va Afrika qit'asidan tashrif buyurgan bir nechta mamlakatlar o'z debyutlarini o'tkazishdi. SSSR tarkibida bu safargi olimpiada o'yinlarida hamyurtlarimizdan Svetlana Babanina, Natalya Ustinova, Vera Deyunova, Mixail Koklyushev va Sergey Konovlar ishtirok etishdi. XIX olimpiada o'yinlari AQSHlik sportchilar tashabbusi ostida o'tdi, deb bemalol aytsa bo'ladi. Amerikaliklarning 45 marotaba shohsupaning eng yuqori pog'onasidan joy egallagani so'zimizga isbot bo'la oladi. Sobiq ittifoq sportchilari Mexikodan ikkinchi o'rin bilan qaytib kelishgan bo'lsa, germaniyaliklar uchinchi o'rin bilan chegaralanishdi. CHexoslovakiyalik Vera CHeslavska 4ta oltin medallarni qo'lga kiritib, Olimpiada tarixiga o'z nomini oltin harflar bilan yozib qo'yadigan bo'ldi. Olimpiyada uyinlarida 20 sport turidan jami 172 ta medallar jamlanmasi uynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 1968 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'rn                            | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 45    | 28     | 34     | 107  |
| 2                               | SSSR            | 29    | 32     | 30     | 91   |
| 3                               | Yaponiya        | 11    | 7      | 7      | 25   |
| 4                               | Vengriya        | 10    | 10     | 12     | 32   |
| 5                               | GDR             | 9     | 9      | 7      | 25   |
| 6                               | Fransiya        | 7     | 3      | 5      | 15   |
| 7                               | CHexoslovakiya  | 7     | 2      | 4      | 13   |
| 8                               | FRG             | 5     | 11     | 10     | 26   |
| 9                               | Avstraliya      | 5     | 7      | 5      | 17   |
| 10                              | Buyuk Britaniya | 5     | 5      | 3      | 13   |

### **Myunxen (Germaniya). XX olimpiada o'yinlari. 26 avgust - 10 sentayabr 1972 yil.**

Germaniyada bo'lib o'tgan olimpiada o'yinlari ayanchli xotiralar bilan yodda qoladigan bo'di. Sababi "Qora sentyabr" deb nom olgan falastinlik bir guruh terroristlar tayyoragohda isroillik sportchilarni garovga olishadi. Buning natijasida isroillik bir nechta murabbiy va sportchilar hayotdan ko'z yumishdi. Olimpiada



o'yinlarining ochilish marosimi bir daqiqalik sukut bilan boshlandi. Shundan keyingina sport o'yinlariga ruxsat berildi. Myunxendagi olimpiada o'yinlarida 121 mamlakatdan 7170 nafar sportchi ishtirok etdi. Shuningdek, Myunxenda ilk marotaba Albaniya, KHDR va Togo vakillari ham qatnashishdi. SSSR sharafiga hamyurtlarimizdan Vera Deyunova, Elvira Sadi, Aljan Jormuhamedov, Rustam Qozoqov, Nikolay Anfimov va Aleksandr YUdinlar himoya qildilar. Myunxendagi suv havzalarida amerikalik Mark Spis 7 ta oltin medalni qo'lga kiritib, o'ziga xos rekord o'rnatishga muvaffaq bo'ldi. SSSRlik sport ustalari 50ta oltin medallarini o'z hisoblariga yozib qo'yib, olimpiada rekordini yangilashdi. Germaniyada o'tkazilgan olimpiada o'yinlarida amerikaliklar SSSR vakillaridan keyingi ikkinchi, mezbonlar esa uchinchi pog'onani band etishdi. Olimpiyada uyinlarida 23 sport turidan jami 195 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1972 yil |            |       |        |        |      |
|---------------------------------|------------|-------|--------|--------|------|
| O'ri                            | Mamlakat   | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR       | 50    | 27     | 22     | 99   |
| 2                               | AQSH       | 33    | 31     | 30     | 94   |
| 3                               | GDR        | 20    | 23     | 23     | 66   |
| 4                               | FRG        | 13    | 11     | 16     | 40   |
| 5                               | Yaponiya   | 13    | 8      | 8      | 29   |
| 6                               | Avstraliya | 8     | 7      | 2      | 17   |
| 7                               | Polsha     | 7     | 5      | 9      | 21   |
| 8                               | Vengriya   | 6     | 13     | 16     | 35   |
| 9                               | Bolgariya  | 6     | 10     | 5      | 21   |
| 10                              | Italiya    | 5     | 3      | 10     | 18   |

### **Monreal (Kanada). XXI olimpiada o'yinlari. 17 iyul - 1 avgust, 1976 yil**



Kanadada o'tkazilgan olimpiada o'yinlarida 92 mamlakatdan 6028 nafar sportchi ishtirok etdi. Bu safargi olimpiada o'yinlarida ilk marotaba Andorra, YAngi Gvineya vakillari ishtirok etishdi. SSSR tarkibida hamyurtlarimizdan Sobirjon Ro'ziev, Vladimir Fyodorov, 1974 yilda o'tkazilgan boks bo'yicha jahon chempionati g'olibi Rufat Rixsiev, Valeriy Dvoryaninovlar o'z omadlarini sinab ko'rishdi. Hamyurtimiz Rufat Rixsiev kumush medal bilan taqdirlangan bo'lsa, paxtakorchi V.Fyodorov sobiq ittifoq terma jamoasi tarkibida bronza medalni qo'lga kiritdi. Monrealda bo'lib o'tgan olimpiada o'yinlarida GDR vakillari kutilganidan ham muvaffaqiyatli ishtirok etishdi. Buni ularning AQSH sportchilarini ortda qoldirib, SSSR vakillaridan



keyingi ikkinchi o'rinni qo'lga kiritgani bilan e'tirof etsa bo'ladi. Olimpiyada uyinlarida 21 sport turidan jami 198 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1976 yil |           |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat  | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR      | 49    | 41     | 35     | 125  |
| 2                               | GDR       | 40    | 25     | 25     | 90   |
| 3                               | AQSH      | 34    | 35     | 25     | 94   |
| 4                               | FRG       | 10    | 12     | 17     | 39   |
| 5                               | Yaponiya  | 9     | 6      | 10     | 25   |
| 6                               | Polsha    | 7     | 6      | 13     | 26   |
| 7                               | Bolgariya | 6     | 9      | 7      | 22   |
| 8                               | Kuba      | 6     | 4      | 3      | 13   |
| 9                               | Ruminiya  | 4     | 9      | 14     | 27   |
| 10                              | Vengriya  | 4     | 5      | 13     | 22   |

### **Moskva (SSSR). XXII olimpiada o'yinlari. 19 iyul – 3 avgust, 1980 yil.**

Moskvada tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida AQSH, GFR, Yaponiya va yana boshqa o'nlab davlatlar Sobiq ittifoqning Afg'onistonga qarshi urush e'lon qilganligi uchun olimpiada o'yinlarida ishtirok etmasliklarini bildirishdi. Shunga qaramay, Moskvadagi olimpiada o'yinlariga 80 mamlakatdan 5179 nafar sportchilar tashrif buyurdi. XXII olimpiada o'yinlarida 36 ta jahon, 39 ta Evropa rekordlari o'rnatilishi bilan bir qatorda, 79 marotaba olimpiada rekordlari yangilandi. Sobiq ittifoq sportchilari bir nechta kuchli davlatlarning ishtirok etmaganidan unumli foydalandilar va 80 ta oltin, 69 ta kumush, 46 ta bronza medallarini qo'lga kiritdilar. Sobiq ittifoq tarkibida harakat qilgan hamyurtlarimiz O'zbekistonga 13 ta medallar, shu jumladan 4 ta oltin - YUriy Kovshov bitta oltin, bitta kumush, voleybol terma jamoasida ishtirok etgan vakilimiz Larisa Pavlova oltin, Erkin SHagaev oltin medalini qo'lga kiritdilar. Moskvadagi olimpiada o'yinlarida Aleksandr Dityatin o'ziga xos o'yin ko'rsatib, 3 ta oltin, 4 ta kumush va 1ta bronza medallarini qo'lga kiritdi. Shunday qilib yakuniy jadval quyidagicha ko'rinish yasadi: 1. SSSR, 2. GDR, 3. Bolgariya. Olimpiyada uyinlarida 21 sport turidan jami 203 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 1980 yil |           |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat  | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR      | 80    | 69     | 46     | 195  |
| 2                               | GDR       | 47    | 37     | 42     | 126  |
| 3                               | Bolgariya | 8     | 16     | 17     | 41   |

|    |                 |   |    |    |    |
|----|-----------------|---|----|----|----|
| 4  | Kuba            | 8 | 7  | 5  | 20 |
| 5  | Italiya         | 8 | 3  | 4  | 15 |
| 6  | Vengriya        | 7 | 10 | 15 | 32 |
| 7  | Ruminiya        | 6 | 6  | 13 | 25 |
| 8  | Fransiya        | 6 | 5  | 3  | 14 |
| 9  | Buyuk Britaniya | 5 | 7  | 9  | 21 |
| 10 | Polsha          | 3 | 14 | 15 | 22 |

### **Los-Anjeles (AQSH) XXIII olimpiada o'yinlari. 28 iyul – 12 avgust, 1984 yil.**



XXIII olimpiada o'yinlarida Moskvadagi kabi Evropaning bir nechta ko'zga ko'ringan davlatlari musobaqalarda ishtirok etishdan bosh tortishdi. Shu jumladan SSSR va GDR vakillari ham musobaqa oldidan ishtirok etmasliklarini bayon qilib chiqishdi. Shunga qaramay, olimpiada o'yinlarida 140 mamlakatdan 6829 nafar sportchi ishtirok etdi. Kuchli davlat vakillari qatnashmayotganligi tufayli musobaqada AQSH vakillari yaqqol ustunlikka ega bo'lishdi. Buning natijasi o'laroq okeanorti sportchilari 83ta oltin, 31ta kumush, 30ta bronza medallarini qo'lga kiritishdi. Amerikalik sprinter Karl Luis 4 marotaba shohsupaning birinchi pog'onasidan joy olishga muvaffaq bo'ldi. Olimpiyada uyinlarida 23 sport turidan jami 221 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1984 yil |                  |       |        |        |      |
|---------------------------------|------------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat         | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH             | 83    | 61     | 30     | 174  |
| 2                               | Ruminiya         | 20    | 16     | 17     | 53   |
| 3                               | FGR              | 17    | 19     | 23     | 59   |
| 4                               | Xitoy            | 15    | 8      | 9      | 32   |
| 5                               | Italiya          | 14    | 6      | 12     | 32   |
| 6                               | Kanada           | 10    | 18     | 16     | 44   |
| 7                               | Yaponiya         | 10    | 8      | 14     | 32   |
| 8                               | Novaya Zelandiya | 8     | 1      | 2      | 11   |
| 9                               | Yugoslaviya      | 7     | 4      | 7      | 18   |
| 10                              | J. Koreya        | 6     | 6      | 7      | 19   |

## Seul (Janubiy Koreya) XXIV olimpiada o'yinlari. 17 sentyabr - 2 oktyabr, 1988 yil.

So'nggi uch olimpiada o'yinlaridan farqli ravishda Janubiy Koreyaga 159 mamlakatdan jami 8465 sportchi tashrif buyurdi. Nihoyat, Koreyada bo'lib o'tgan olimpiada o'yinlarida barcha kuchli davlatlar vakillari ishtirok etishdi. XXIV olimpiadadan boshlab katta va kichik tennislar ham kiritildi. Koreyada tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida SSSR tarkibida hamyurtlarimizdan 7 nafari munosib ishtirok etib, yurtimizga 2 oltin, 2 ta kumush va bitta bronza medallari bilan qaytib kelishdi. Amerikalik chopqir Florens Griffit-Joyner 100 va 200 metrarga yugurish bo'yicha jahon rekordini o'rnatgan bo'lsa, uning hamyurti Mett Biondi 5 marotaba shohsupaning eng yuqori pog'anasidan joy egalladi. GDRlik suzuvchi Kristin Otto esa 6ta oltin medalni qo'lga kiritdi. Osiyo qit'asida o'tkazilgan olimpiada o'yinlarida sobiq ittifoq terma jamoasi birinchi o'rinni qo'lga kiritgan bo'lsa, GDR vakillari ikkinchi pog'onadan joy egallashdi. AQSHlik sportchilar esa uchinchi o'rin bilan chegaralanishdi. Olimpiyada uyinlarida 27 sport turidan jami 263 ta medallar jamlanmasi o'ynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 1988 yil |           |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat  | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | SSSR      | 55    | 31     | 46     | 132  |
| 2                               | GDR       | 37    | 35     | 30     | 102  |
| 3                               | AQSH      | 36    | 31     | 27     | 94   |
| 4                               | J. Koreya | 12    | 10     | 11     | 33   |
| 5                               | FGR       | 11    | 14     | 15     | 40   |
| 6                               | Vengriya  | 11    | 6      | 6      | 23   |
| 7                               | Bolgariya | 10    | 12     | 13     | 35   |
| 8                               | Ruminiya  | 7     | 11     | 6      | 24   |
| 9                               | Fransiya  | 6     | 4      | 6      | 16   |
| 10                              | Italiya   | 6     | 4      | 4      | 14   |

## Barselona (Ispaniya) XXV olimpiada o'yinlari 25 iyul - 9 avgust 1992 yil.

1991 yil sobiq ittifoq parchalanib ketishi natijasida Barselonada o'tgan olimpiada o'yinlarida mustaqillikka erishgan davlatlar o'z nomi bilan ishtirok eta olmaganligi uchun ular so'nggi marotaba MDH tarkibida harakat qilishdi. XXV olimpiada o'yinlarida 169 mamlakatdan 9356 nafar sportchi ishtirok etishdi. Bu galgi olimpiada



o'yinlariga beysbol sport turi ham kiritildi. Ilk marotaba Barselonada Amerikaning professional basketbolchilar jamoasi "Dream team" ham ishtirok etdi va oltin medallarni qo'lga kiritdi. MDH tarkibida hamyurtlarimizdan 17 nafari qatnashib, yurtimizga uchta oltin, ikkita kumush va bitta bronza medallari bilan qaytishdi. Gimnastika yo'nalishida ishtirok etgan ukrainalik Vitaliy SHerbo 6 oltin medalni qo'lga kiritib, MDH tarkibida eng yahshi sportchilardan biri deb topildi. Barselonadagi olimpiada o'yinlarida 45ta oltin, 38 ta kumush va 29 ta bronza medallari bilan MDH sportchilari birinchi o'rinni egallashgan bo'lsa, AQSHliklar ikkinchi, nemis vakillari uchinchi pog'onadan joy egallashdi. Olimpiyada uyinlarida 32 sport turidan jami 257 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1992 |                          |       |        |        |      |
|-----------------------------|--------------------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                       | Mamlakat                 | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                           | Birlashgan jamoalar(MDH) | 45    | 38     | 29     | 112  |
| 2                           | AQSH                     | 37    | 34     | 37     | 108  |
| 3                           | Germaniya                | 33    | 21     | 28     | 82   |
| 4                           | Xitoy                    | 16    | 22     | 16     | 54   |
| 5                           | Kuba                     | 14    | 6      | 11     | 31   |
| 6                           | Ispaniya                 | 13    | 7      | 2      | 22   |
| 7                           | J. Koreya                | 12    | 5      | 12     | 29   |
| 8                           | Vengriya                 | 11    | 12     | 7      | 30   |
| 9                           | Fransiya                 | 8     | 5      | 16     | 29   |
| 10                          | Avstraliya               | 7     | 9      | 11     | 27   |

#### **Atlanta (AQSH). XXVI olimpiada o'yinlari. 1996 yil.19 iyul - 4 avgust**



1996 yilgi olimpiada o'yinlari yurtimiz tarix zarvaraqlariga zarhal harflar bilan bitib qo'yiladigan bo'ldi. Aynan shu yildan e'tiboran O'zbekiston terma jamoasi mustaqil davlat sifatida 13 yo'nalishdagi sport o'yinlarida 67 nafar vakilimiz bilan sport o'yinlarida ishtirok etishdi va musobaqalarda qatnasha boshladi. 197 mamlakatdan 10320 nafar sportchi ishtirok etgan olimpiada o'yinlarida hamyurtlarimiz umumjamoaa hisobida 58-o'rinni egallashdi. Dzyudochimiz Armen Bogdasarov bir-biridan qiyin bir nechta uchrashuvda g'alaba qozondi va kumush medal bilan taqdirlandi. Bokschimiz Karim To'laganov bronza medali sohibi bo'ldi. Atlantada tashkillashtirilgan olimpiada o'yinlarida ilk marotaba plyaj voleyboli ham kiritildi. Umumjamoaa hisobida mezbonlar birinchi pog'onani band etishgan bo'lsa, germaniyalik sportchilar doimo peshqadamlar safida yuradigan rossiyaliklarni ortda qoldirib

ikkinchi o'rinni qo'lga kiritishdi. Olimpiyada uyinlarida 26 sport turidan jami 271 ta medallar jamlanmasi uynaldi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 1996 yil |             |       |        |        |      |
|---------------------------------|-------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat    | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH        | 44    | 32     | 25     | 101  |
| 2                               | Rossiya     | 26    | 21     | 16     | 63   |
| 3                               | Germaniya   | 20    | 18     | 27     | 65   |
| 4                               | Xitoy       | 16    | 22     | 12     | 50   |
| 5                               | Fransiya    | 15    | 7      | 15     | 37   |
| 6                               | Italiya     | 13    | 10     | 12     | 35   |
| 7                               | Avstraliya  | 9     | 9      | 23     | 41   |
| 8                               | Kuba        | 9     | 8      | 8      | 25   |
| 9                               | Ukraina     | 9     | 2      | 12     | 23   |
| 10                              | J. Koreya   | 7     | 15     | 5      | 27   |
| 58                              | O'zbekiston | 0     | 1      | 1      | 2    |

### **Sidney (Avstraliya) XXVII olimpiada o'yinlari. 15 sentyabr – 1oktyabr 2000yil.**

Sidneyda o'tkazilgan olimpiada o'yinlari o'zgacha xotiralar bilan yodda qoladigan bo'ldi. 199 mamlakatdan 10651 nafar sportchi ishtirokidagi olimpiadada o'yinlarini 220 mamlakatning 16 ming nafar jurnalistlari yoritib borishdi. Undan tashqari 3.7 milliard muxlis to'g'ridan to'g'ri reportajni ko'rish imkoniyatiga ega bo'lishgan bo'lsa, 25 million kishi internet orqali yangi xabarlar bilan tanishib borishdi. Sidneyga hamyurtlarimizdan 77 nafar sportchi bilan tashrif buyurdi va bitta oltin, bitta kumush, ikkita bronza medalini qo'lga kiritib, norasmiy hisob-kitoblarga ko'ra, umumjamoa hisobida 41-o'rinni band etishdi. Umumjamoa hisobida amerikalik sportchilar Atlantadagi natijalarini takrorlab, yana bir bor birinchi pog'onani band etishdi, rossiyalik sportchilar ikkinchi pog'onadan joy egalladilar. So'nggi paytlarda muvaffaqiyatli ishtirok etayotgan xitoyliklar uchinchi o'rinni qo'lga kiritdilar. Olimpiyada uyinlarida 28 sport turidan jami 300 ta medallar jamlanmasi uynaldi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 2000 yil |            |       |        |        |      |
|---------------------------------|------------|-------|--------|--------|------|
| O'rni                           | Mamlakat   | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH       | 37    | 24     | 32     | 93   |
| 2                               | Rossiya    | 32    | 28     | 29     | 89   |
| 3                               | Xitoy      | 28    | 16     | 14     | 58   |
| 4                               | Avstraliya | 16    | 25     | 17     | 58   |

|    |                 |    |    |    |    |
|----|-----------------|----|----|----|----|
| 5  | Germaniya       | 13 | 17 | 26 | 56 |
| 6  | Fransiya        | 13 | 14 | 11 | 38 |
| 7  | Italiya         | 13 | 8  | 13 | 34 |
| 8  | Gollandiya      | 12 | 9  | 4  | 25 |
| 9  | Kuba            | 11 | 11 | 7  | 29 |
| 10 | Buyuk Britaniya | 11 | 10 | 7  | 28 |
| 35 | O'zbekiston     | 1  | 1  | 2  | 4  |

**Afina (Gretsiya). XXVIII olimpiada o'yinlari. 13 avgust – 29 avgust 2004yil.**



Gretsiya kadimiy olimpiya o'yinlarining vatani hisoblanadi. Birinchi zamonaviy olimpiya uyinlari Afinada 1896 yili utkazilgan. 2004 yil XXVIII olimpiya uyinlari Afinada utkazilgandam uzining tarixiy ildizlariga kaytdi. Afina eng kup, 10 625 nafar olimpiada ishtirokchilarini kabul kildi. 201 Davlatdan vakillar Afinaga kelishdi. Birinchi marotaba olimppiya mashalasi barcha kit'alardan olib utildi. Olimpiya uyinlarini 21 500 nafar jurnalistlar ommaviy axborot vosialari orkali yoritib borishdi. Uyinlarni xavfsizligiga 45000 nafar xodim jalb kilindi. Olimpiya kishlogida 16000 dan ortik sportchi va boshka jamoa vakillari yashashdi. Olimpiyada uyinlarida 28 sport turidan jami 301ta medallar jamlanmasi uynaldi. Afinaga hamyurtlarimiz 69 nafar sportchi bilan tashrif buyurdi va munosib ishtirok kilib, 2 ta oltin, 1 ta kumush va 2 ta bronza medalini kulga kiritib umumjamoa hisobida 34-urinni kulga kiritishdi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 2004 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 36    | 39     | 26     | 101  |
| 2                               | Xitoy           | 32    | 17     | 14     | 63   |
| 3                               | Rossiya         | 28    | 26     | 36     | 90   |
| 4                               | Avstraliya      | 17    | 16     | 17     | 50   |
| 5                               | YAponiya        | 16    | 9      | 12     | 37   |
| 6                               | Germaniya       | 13    | 16     | 20     | 49   |
| 7                               | Fransiya        | 11    | 9      | 13     | 33   |
| 8                               | Italiya         | 10    | 11     | 11     | 32   |
| 9                               | J. Koreya       | 9     | 12     | 9      | 30   |
| 10                              | Buyuk Britaniya | 9     | 9      | 12     | 30   |
| 35                              | O'zbekiston     | 2     | 1      | 2      | 5    |



**Pekin (Xitoy). XIX olimpiada o'yinlari. 8 avgust – 24 avgust 2008yil.**

Pekinda o'tkazilgan olimpiadada 40 dan ortik jaxon rekordlari va 130 dan ortik olimpiya rekordlari yangilandi. Amerikalik suzuvchi Maykl Felps va YAmaykalik sprinter Useyn Bolt uzlarining yukori darajadagi sport natijalarini namoyon kilishdi. Shuningdek 20yoshli janubiy afrikalik Natali dyu Toyt 10 kilometrda suvda suzish buyicha musobakalarda katnashishi barchani xayratlantirdi. Natali 2001 yili avtohalokatda oyogidan ayrilgan bulib, olimpiya uyinlari tarixida birinchi marotaba olimpiya va Paraolimpiya uyinlari ishtirokchisiga aylandi. Umumiy o'yinlari o'zgacha xotiralar bilan yodda qoladigan bo'ldi. 204 mamlakatdan 11099 nafar sportchi ishtirokidagi olimpiadada o'yinlarini 220 mamlakatning 16 ming nafar jurnalistlari yoritib borishdi. Olimpiyada uyinlarida 28 sport turidan jami 302 ta medallar jamlanmasi uynaldi. Pekinga hamyurtlarimizdan 56 nafar sportchi bilan tashrif buyurdi va bitta oltin, ikkita kumush, uchta bronza medalini qo'lga kiritib, umumjamoa hisobida 40-o'rinni band etishdi.



| Yozgi Olimpiada o'yini 2008 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | Xitoy           | 48    | 21     | 29     | 98   |
| 2                               | AQSH            | 36    | 38     | 37     | 111  |
| 3                               | Rossiya         | 22    | 15     | 22     | 59   |
| 4                               | Buyuk Britaniya | 19    | 13     | 16     | 48   |
| 5                               | Germaniya       | 16    | 10     | 15     | 41   |
| 6                               | Avstraliya      | 14    | 15     | 17     | 46   |
| 7                               | J. Koreya       | 13    | 10     | 8      | 31   |
| 8                               | YAponiya        | 9     | 6      | 10     | 25   |
| 9                               | Italiya         | 8     | 9      | 10     | 27   |
| 10                              | Fransiya        | 7     | 16     | 18     | 41   |
| 40                              | O'zbekiston     | 1     | 2      | 3      | 6    |

**London (Buyuk Britaniya) XXX olimpiada o'yinlari. 27 iyul – 12 avgust 2012 yil.**

Olimpiyada o'yinlari Londonda uchinchi marotaba o'tkazildi. Londonga eng ko'p, 204 Davlatdan 10956 nafar olimpiada ishtirokchilari tashrif buyurishdi. Olimpiyada uyinlarida 31 sport turidan jami 302 ta medallar jamlanmasi uynaldi. Londonga hamyurtlarimiz 53 nafar sportchi bilan tashrif buyurdi va munosib ishtirok



kilib, 1 ta oltin, 2 ta bronza medalini qo'lga kiritib umumjamoa hisobida 47-o'rinni qo'lga kiritishdi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 2012 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 46    | 28     | 29     | 103  |
| 2                               | Xitoy           | 38    | 29     | 21     | 88   |
| 3                               | Buyuk Britaniya | 29    | 17     | 19     | 65   |
| 4                               | Rossiya         | 20    | 19     | 31     | 70   |
| 5                               | J. Koreya       | 13    | 9      | 8      | 30   |
| 6                               | Germaniya       | 11    | 19     | 14     | 44   |
| 7                               | Fransiya        | 11    | 11     | 13     | 35   |
| 8                               | Avstraliya      | 8     | 15     | 12     | 35   |
| 9                               | Italiya         | 8     | 9      | 11     | 28   |
| 10                              | Vengriya        | 8     | 4      | 6      | 18   |
| 48                              | O'zbekiston     | 1     | 0      | 2      | 3    |



#### **Rio-de-janeyro (Braziliya) XXXI olimpiada o'yinlari. 5–21 avgust 2016 yil.**

Ushbu olimpiada Janubiy Amerikadagi ilk olimpiada o'yinlari sifatida tarixda qoladigan bo'ldi. Olimpiada o'yinlari 33 joyda o'tkazildi. O'yinlarning ochilish va yopilish marosimlari Marakana stadionida o'tkazildi. Olimpiya o'yinlariga 205 dan ortiq davlatdan 12000 mingdan ziyod sportchi qatnashishdi.

| Yozgi Olimpiada o'yini 2016 yil |                 |       |        |        |      |
|---------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|------|
| O'zni                           | Mamlakat        | Oltin | Kumush | Bronza | Jami |
| 1                               | AQSH            | 46    | 37     | 38     | 121  |
| 2                               | Buyuk Britaniya | 27    | 23     | 17     | 67   |
| 3                               | Xitoy           | 26    | 18     | 26     | 70   |
| 4                               | Rossiya         | 19    | 17     | 19     | 55   |
| 5                               | Germaniya       | 17    | 10     | 15     | 42   |
| 6                               | Yaponiya        | 12    | 8      | 21     | 41   |
| 7                               | Fransiya        | 10    | 18     | 14     | 42   |
| 8                               | J. Koreya       | 9     | 3      | 9      | 21   |
| 9                               | Italiya         | 8     | 12     | 8      | 28   |
| 10                              | Avstraliya      | 8     | 11     | 10     | 29   |
| 21                              | O'zbekiston     | 4     | 2      | 7      | 13   |



## GLOSSARIY

| №   | Atamaning<br>O‘zbek tilida<br>nomlanishi | Atamaning<br>Rus tilida<br>nomlanishi | Atamaning<br>Ingliz tilida<br>nomlanishi | Atamaning ma’nosi                                                                                                   |
|-----|------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.  | Agon                                     | Агон                                  | Agon                                     | Qadimgi yunon<br>o‘yinlarida bellashuv                                                                              |
| 2.  | Agonistika                               | Агонистика                            | Agonistika                               | Qadimgi yunon<br>o‘yinlarida musobaqaga<br>tayyorgarlik                                                             |
| 3.  | Efeb                                     | Эфеб                                  | Efeb                                     | Qadimgi yunon harbiy<br>askari                                                                                      |
| 4.  | Palestrika                               | Палэстрика                            | Palestrika                               | Qadimgi yunon<br>gimnastikasining qismi<br>bo‘lib, unning asosini<br>kurash mashqlarini tashkil<br>qilgan           |
| 5.  | Stadiy                                   | Стадий                                | Stadiy                                   | Qadimgi yunon<br>o‘yinlarida yugurish<br>(192m 27sm)                                                                |
| 6.  | Stadiodrom                               | Стадиодром                            | Stadiodrom                               | Qadimgi yunon<br>o‘yinlarida 175metrdan<br>192,27metrgacha<br>masofaga yugurish                                     |
| 7.  | Pentatlon<br>(beshkurash)                | Пятиборцев                            | Pentatlon                                | Qadimgi yunon oyinlarida<br>yugurish, sakrash, nayza<br>va disk uloqtirish,<br>kurashdan iborat bo‘lgan<br>mashqlar |
| 8.  | Pankration                               | Панкратион                            | Pankration                               | Qadimgi yunon oyinlarida<br>kurash va qo‘l jangidan<br>iborat bo‘lgan mashqlar                                      |
| 9.  | Pedotrib                                 | Педотриб                              | pedotrib                                 | Qadimgi yunon<br>o‘yinlarida murabbiy                                                                               |
| 10. | pedonom                                  | Педоном                               | pedonom                                  | Yosh spartaliklarning<br>tarbiyachilari                                                                             |
| 11. | Olimpionik                               | Олимпионик                            | olimpionik                               | Qadimgi olimpiya<br>o‘yinlardagi g‘oliblar                                                                          |
| 12. | Olimpiada                                | Олимпиада                             | Olympics                                 | Olimpiya o‘yinlari                                                                                                  |

|     |                       |                         |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----|-----------------------|-------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13. | Ellanodik             | Элланодик               | Ellanodik          | Qadimgi yunon o'yinlardagi hakamlar                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 14. | Gumanist              | Гуманист                | humanist           | O'rta asrlarida insonparvar marifatchilar                                                                                                                                                                                                                                               |
| 15. | Skaut                 | Разведка                | Scout              | XIX asr oxiri XX asr boshlarida yoshlar harbiy-sport tashkilotining a'zosi                                                                                                                                                                                                              |
| 16. | Olimpiya xartiyasi    | Олимпийская Хартия      | Olympic Charter    | XOQning asosiy hujjati                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 17. | olimpizm              | Олимпийские игры        | Olympic Games      | Olimpiya harakatini asosiy g'oyasi, ya'ni sport, madaniyat va ta'limni bog'liqligi                                                                                                                                                                                                      |
| 18. | Gimnastika            | Гимнастика              | Gymnastics         | Yunoncha "gimnos" so'zidan ke-lib chiqqan bo'lib "yalang'och" degan ma'noni anglatadi                                                                                                                                                                                                   |
| 19. | mashq                 | Упражнения              | exercise           | Харакатlar, harakat faoliyatlari, shuningdek harakat faoliyatining murakkab turlari, bo'lib ular jismoniy tarbiya vazifalarini hal etish uchun vositada tanlab olingan. "Mashq" atamasini harakat faoliyatini bir necha bor takrorlash jarayonini ifodalash ma'nosida ham qo'llaniladi. |
| 20. | Harakat faoliyati     | Двигательной активность | Action activity    | Deb harakatni bajara olish uni takomillashtirish va ko'nikmani vujudga keltirishga aytiladi                                                                                                                                                                                             |
| 21. | Jismoniy tarbiya      | Физическое воспитание   | Physical Education | Jismoniy kamolotga erishishga yo'naltirilgan pedagogik jarayondir.                                                                                                                                                                                                                      |
| 22. | Jismoniy tayyorgarlik | Физическая подготовка   | Physical trainihg  | U aniq kasb xususiyatiga ko'ra o'tkaziladigan jismoniy mashq-larning                                                                                                                                                                                                                    |

|     |                         |                          |                              |                                                                                                                                              |
|-----|-------------------------|--------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                         |                          |                              | vazifalari, vositalari, o'kazish metodikasining o'ziga xosligi bilan xarakterlanadi.                                                         |
| 23. | Jismoniy ta'lim         | Физическая<br>воспитания | Physical<br>Education        | Jismoniy tarbiyaning maxsus bilimlar, harakat ko'nikma va malakalarini egallashdan iborat bir turi.                                          |
| 24. | Sport                   | Спорт                    | sports                       | Bu musobaqa jarayonida namoyon bo'ladigan, u yoki bu jismoniy mashq turida eng yuqori natijaga erishishga yo'naltirilgan maxsus faoliyatdir. |
| 25. | Chidamlilik             | Вынос-<br>ливостъ        | durability                   | Biror –bir faoliyatda toliqishga qarshi tura olish qobiliyatidir.                                                                            |
| 26. | Musoba-<br>qalashmoq    | Соревно-<br>ваться       | to compete                   | Ikki jamoa o'rtasida bellashuv                                                                                                               |
| 27. | jismoniy<br>madaniyat   | Физическая<br>культура   | physical<br>culture          | Bu jismoniy kamolotga erishishga yo'naltirilgan pedagogik jarayondir.                                                                        |
| 28. | Jismoniy<br>rivojlanish | Физическая<br>развития   | Physical<br>develop-<br>ment | Bu kishi organizmi shakl va funksiyalarining o'zgarish jarayonidir.                                                                          |

## ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning «Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori 03.06.2017 y.N PQ-3031
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning «Jismoniy tarbiya va sport boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish bo'yicha chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori 06.03.2017 y.N PQ-3031
3. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning «Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori 06.06.2017 y.N PQ-3031
4. Karimov I.A. O'rta asr Sharq mutafakkirlari va olimlarining jahon sivilizatsiyasidagi o'rni va ahamiyati. Xalqaro anjumanda so'zlagan nutqi. 16 may 2014 y.
5. Karimov I.A.. Tarixiy xotirasiz kelajak yo'q. - T.: 1998.
6. Karimov I.A.O'zbek xalqi hech qachon, hech kimga qaram bo'lmaydi. T.: 2005.
7. Karimov I.A.Yuksak ma'naviyat - yengilmas kuch. T.: 2008.
8. Abdumalikov R., Eshnazarov J.E., Ajdodlar jismoniy madaniyat tarixini o'rganish masalalari. O'quv qo'llanma, T.:1993.
9. Ahmedov B. Amir Temur. Tarixiy roman. T.:1995.
- 10.Ahmedov B. Sohibqiron Temur (hayoti va ijtimoiy-siyosiy faoliyati). T.:1996.
- 11.Akramov A.K., O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sport tarixi. O'quv qo'llanma. T.: O'zDJTI nashr, 1997.
- 12.Avloniy A. Turkiy Guliston yoxud axloq. T.: O'qituvchi, 1992.
- 13.The politics of the Olympics: a survey, edited by A. Bairner and G. Molnar Routledge. (eds) 2010
- 14.Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.
- 15.Buyuk va muqaddassan, mustaqil Vatan. Ilmiy ommabop risola. T.: 2011.
- 16.David C. Watt Sports management and administration © 1998 David C. Watt 11 pg.
- 17.Djalilova L.A. Jismoniy tarbiya v sport tarixi. O'quv uslubiy qo'llanma. T: 2013.
- 18.Ergashev Q., Hamidov H. O'zbekiston tarixi. O'quv qo'llanma. T.: 2015.

19. Ernazarov E. Olimpiada – jahon sporti bayrami. T.: “Sharq”, 2008.
20. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish. T.: 2008.
21. Hayes, G. and Karamichas, J Olympic Games, Netherlands 2011
22. John Horne, Garry Whannel. Understanding the Olympics. Routledge. 2012.
23. Karimov Sh. O‘zbekiston tarixi va madaniyati. T.: O‘qituvchi, 1992.
24. Mo'minov I. Amir Temurning O'rta Osiyo tarixida tutgan o'rni. T.:1998.
25. Niyozov I. Olimpiya sport o‘yinlari. Uslubiy qo‘llanma. T., 2006.
26. O‘zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida»gi qonuni. T.: 2015.
27. O‘zbekiston tarixi. T.: “Sharq”, 2004.
28. O‘zbekistonning yangi tarixi. Uchinchi kitob. Mustaqil O‘zbekiston tarixi. Tuzuvchilar: N.Jo‘raev, T.Fayzullav.T.: “Sharq”, 2000.
29. O‘zbekistonning yangi tarixi.1-3 kitob. T.: “Sharq”, 2000.
30. Rachel Bladon. The Story of Olympics: An Unofficial History. Oxford, Macmillan Publishen Limited, 2012.
31. Temur tuzuklari. – T.: 2015.
32. The Politics of the Olympics, London: Routledge. Gaffney, C. 2010
33. Vardiashvili I. Afinadan Sidneyga qadar. Qarshi,“Nasaf”, 2004.
34. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya T. 1997 y.
35. Xo‘jaev P. Meliev Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya va sport tarixi.1993 y.
36. Xo‘jaev P.Yunusova D.S. Jismoniy tarbiya tarixi T. Moliya 2011 y
37. Xoldorov T. Nurmatov F. YUnusova D. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish T. 2013 y. 18 – 22 betlar.
38. Xoshimov K. Pedagogika tarixi.T.:”O‘qituvchi”,1996.
39. Yoldoshev J., Xasanov S. Jadid tarbiyashunosligi asoslari. T.: 1994.

40. Ziyoyev H. Turkistonda Rossiya tajovuzi va hukmronligiga qarshi kurash. T.: Sharq, 1998.

41. Zunnunov A., Xayrullayev M., va b. O'rta Osiyoda pedagogik fikr taraqqiyotidan lavhalar.- T.: "Fan", 1996.

42. В.К. Пельменев, Е.В. Конеева История физической культуры Калининград 2000

43. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта. М.: 2001.

44. Кузнецова.З.М История физической культуры и спорта (тема диссертации и автореферата по ВАК 13.00.04) Набережные Челны 1999.

45. Нормуродов А., Моргунова И. Олимпийские игры. Учебное пособие. Т.: 2011.

46. Рафикова Р.А., Спортивные звезды Узбекистана. Т.: 2005.

47. Рузиев С.С., Шатерников Э.К. и др. Узбекистан Олимпийский. Т.: 2001.

48. Столбов В.В. История физической культуры и спорта. Учебник. М.: 2000.

49. Цатурова К.А. История физической культуры зарубежных стран:

50. Энциклопедия Олимпийского спорта. Под редакцией В.Н.Платонова. Киев: Олимпийская литература, 2004.

#### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
6. [www.bilimm](http://www.bilimm)
7. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## MUNDARIJA

|                                                                                                   |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Kirish.....                                                                                       | 6   |
| «Jismoniy tarbiya tarixi» fanining maqsadi hamda vazifalari.....                                  | 10  |
| Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi .....                                               | 18  |
| Qadimgi Yunoniston, Rim va Rusda jismoniy tarbiya.....                                            | 32  |
| Oʻrta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya.....                                           | 62  |
| Buyuk gumanistlarning taʼlimoti .....                                                             | 78  |
| Yangi va eng yangi davrda jismoniy tarbiya .....                                                  | 87  |
| Xalq qoʻshinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi .....                                       | 116 |
| Qadimgi ajdodlarimiz yashagan davrlarda jismoniy tarbiya.....                                     | 123 |
| Markaziy Osiyoga jismoniy tarbiyaning rivojlanishi .....                                          | 138 |
| Xalqaro sport harakatining rivojlanishi va xalqaro olimpiya<br>qoʻmitasining tashkil topishi..... | 167 |
| Milliy olimpiya qoʻmitasini tashkil topishi .....                                                 | 171 |
| Oʻzbekiston sportchilarning Osiyo, jahon va olimpiya<br>oʻyinlaridagi ishtirogi.....              | 177 |
| Oʻzbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportning<br>rivojlanishi.....                     | 189 |
| Ilovalar .....                                                                                    | 196 |
| Glossariy.....                                                                                    | 217 |
| Adabiyotlar roʻyxati .....                                                                        | 220 |

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                       |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Введение.....                                                                                         | 6   |
| Цели и задачи истории физической культуры.....                                                        | 10  |
| Физическое воспитание народов древнего мира.....                                                      | 18  |
| Физическое воспитание в Древней Греции, Риме и России .....                                           | 32  |
| Физическое воспитание в средние века.....                                                             | 62  |
| Учения великих гуманистов .....                                                                       | 78  |
| Физическое воспитание в последние годы и недавно .....                                                | 87  |
| Военная и физическая подготовка национальной армии .....                                              | 116 |
| Физическая подготовка во времена наших предков .....                                                  | 123 |
| Развитие физического воспитания в Центральной Азии.....                                               | 138 |
| Развитие международного спортивного движения и<br>Международный олимпийский комитет образование ..... | 167 |
| Создание Национального олимпийского комитета .....                                                    | 171 |
| Узбекистан является участником Азиатских игр, мира и<br>Олимпийских игр участие.....                  | 177 |
| Развитие физической культуры и спорта в Республике<br>Узбекистан .....                                | 189 |
| Приложений.....                                                                                       | 196 |
| Глоссарий.....                                                                                        | 217 |
| Список литературы .....                                                                               | 220 |



## EXPLICIT

|                                                                                                      |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Introduction .....                                                                                   | 6   |
| Aims and Objectives of History of Physical Culture .....                                             | 10  |
| Physical education of the ancient world peoples .....                                                | 18  |
| Physical Education in Ancient Greece, Rome and Russia .....                                          | 32  |
| Physical education in the Middle Ages.....                                                           | 62  |
| Great humanist doctrine .....                                                                        | 78  |
| Physical education in recent years and recently .....                                                | 87  |
| Military and physical training of the national army .....                                            | 116 |
| Physical training in the times of our ancestors .....                                                | 123 |
| Development of physical education in Central Asia .....                                              | 138 |
| International Sports Movement Development and the International<br>Olympic Committee formation ..... | 167 |
| Establishment of the National Olympic Committee .....                                                | 171 |
| Uzbekistan is a member of Asian Games, World and Olympic<br>Games participation .....                | 177 |
| Development of physical culture and sport in the Republic of<br>Uzbekistan .....                     | 189 |
| Applications .....                                                                                   | 196 |
| Glosary .....                                                                                        | 217 |
| References list .....                                                                                | 220 |





**SALIMOV G‘AYRAT MUXAMEDOVICH  
QURBONOV JO‘RABEK ISMATOVICH**

**JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA  
METODIKASI  
(o‘quv qo‘llanma)**

*Муҳаррир:*

*Ғ.Муродов*

*Техник муҳаррир:*

*Г.Самиева*

*Мусахҳиҳ:*

*А.Қаландаров*

*Саҳифаловчи:*

*М.Ортиқова*

Нашриёт лицензияси АИ № 178. 08.12.2010. Оригинал  
– макетдан босишга рухсат этилди: 18.04.2019.  
Бичими 60x84. Кегли 16 шпонли. «Times New  
Roman» гарн. Офсет босма усулида босилди. Офсет  
босма қоғози. Босма тобоғи 14,2. Адади 100. Буюртма  
№52.

Бухоро вилоят Матбуот ва ахборот бошқармаси  
“Durdona” нашриёти: Бухоро шаҳри М.Иқбол кўчаси 11-уй.  
Баҳоси келишилган нархда.

“Sadriddin Salim Buxoriy” МЧЖ босмахонасида чоп этилди.  
Бухоро шаҳри М.Иқбол кўчаси 11-уй. Тел.: 0(365) 221-26-45/