



ТЕНДЕНЦИЯ РАЗВИТИЯ ТРАДИЦИОННОГО ВИДА СПОРТА КУРАШ И ЕГО ЗНАЧИМОСТЬ В ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЁЖЕЙ

Орзиев А. А.

Преподаватель кафедры “Физическая культура”

Андижанского государственного педагогического института

Tayanch so'zlar: kurash, rivojlanish, ta'lim, tarbiya, axloqiy rivojlanish, intizom, Kurash xalqaro assotsiatsiyasi (МАК).

Ключевые слова: кураш, развитие, воспитание, нравственное развитие, дисциплина, меж-дународная ассоциация Кураш (МАК).

Key words: kurash, development, education, moral development, discipline, International Ku-rash Association (ИКА).

Кураш - традиционная борьба в Узбекистане, история которой, как предполагается, насчитывает не менее двух тысяч лет. Этот вид борьбы упоминается во многих исторических источниках. Легендарный эпос Альпомиш называет кураш одним из наиболее почитаемых видов состязаний у древних людей, населявших территорию современного Узбекистана. Слово «кураш» в переводе с узбекского означает «борись». Различные формы национальной борьбы существуют в Греции, Италии, Японии, Турции, Иране, Афганистане, России, Узбекистане, Грузии, Армении, Азербайджане, Казахстане и других странах.

Издавно интерес к борьбе и поясным видам борьбы в Узбекистане был высок. Без этих видов борьбы не обходилось ни на играх, ни на пляжах, ни на всевозможных праздниках. В годы господства традиции были возрождены, и к настоящему времени в каждой провинции хорошо развиты оба вида борьбы. Помимо двух национальных видов борьбы, в стране широко распространены и развиты греко-римская борьба, вольная борьба, борьба дзюдо и борьба самбо.

Национальные виды борьбы существуют лишь в немногих странах мира. Гордясь тем, что в нашей стране существует сразу два национальных вида



борьбы, мы должны сохранить эту ценность для будущих поколений. Из национальных видов борьбы в Узбекистане очень хорошо развита Кураш. В многочисленных исторических памятниках отражены национальные виды борьбы. Древняя живопись, изображающая методы борьбы, которые включали в себя мирное урегулирование конфликта, а также захват врага, была обнаружена во время археологических раскопок на территории современного Узбекистана.

В трудах наших прадедов Абу Али Ибн Сины (980-1037) и Алишера Навои (1441-1501) записаны поединки сильных борцов, а также описание некоторых их технических приемов. Как видно из этих работ, на территории современного Узбекистана существовала достаточно развитая национальная борьба, система приемов которой с давних времен сложилась в два вида борьбы - состязание с предварительным удержанием пояса соперника и свободный захват соперника. Первый вид борьбы назывался “Ферганским”, второй - “Бухарским” способом. Эти национальные виды борьбы и сегодня широко распространены в нашей республике. По этим видам проводятся республиканские, азиатские и мировые чемпионаты[2]

Около двадцати лет назад известный борец самбо и дзюдо Комил Юсупов, член династии Кураш и мастер спорта международного класса по нескольким видам кураша, начал работу по изучению наследия кураш. Ее целью было обобщить технику и разработать новые правила борьбы, которые отвечали бы всем международным спортивным стандартам. После окончания исследований Комил Юсупов, при поддержке президента Узбекистана Ислама Каримова, делает все чтобы вывести кураш на международный уровень.

В 1998 г. в Ташкенте представителями более 20 стран была образована Международная Ассоциация Кураш (МАК). В настоящее время она объединяет 3 континентальные и более 20 Национальных федераций Кураш в Европе, Азии и Америке. В 1999 г. в Ташкенте впервые состоялся Чемпионат Мира по кураш.

В 1991 году Камил Юсупов, разработал следующие правила узбекского кураша в со-ответствии с международными стандартами[1]:

1. Борцы должны соревноваться стоя на сине-зеленом ковре кураша с маркировкой.
2. Победитель будет определен на основе использованных методов и оценки их поведения на поле.
3. Удушение в борьбе, применение болевых приемов не допускается, один из борцов одет в синюю куртку, другой - зеленую куртку (у женщин внутри куртки белая майка), пояс шириной 4-5 см.



4. Мужчины соревнуются в категории 60, 66, 73, 81, 90, 100 кг и более 100 кг, женщины - в весовых категориях 48, 52, 57, 63, 70, 78 кг и свыше 78 кг, дети, подростки, пожилые люди и девушки также соревнуются в весовых категориях с учетом своего возраста.

Кураш - одно из средств воспитания силы, ловкости, выносливости и воли человека. Курашом можно заниматься с 12 лет под наблюдением врачей. Археологические находки и исторические рукописи подтверждают, что борьба издавна является неотъемлемой частью образа жизни узбеков. Цилиндрическая керамика бронзового века, найденная в древней Бактрии (юг Узбекистана), изображает двух борцов, один из которых борется с другим. Другая археологическая находка того же периода показывает борьбу борцов. Эти уникальные находки свидетельствуют о том, что кураш еще 1,5 тысячи лет назад был частью образа жизни наших предков. По словам греческого писателя Клавдия Элиана (II-III вв.) и других исторических деятелей, дочери племени саков, жившие в этой местности, выбирали жениха, сражаясь с юношами. Пример тому - условия Барчина в узбекском народном эпосе «Алпо-миш».

В IX-XVI веках в узбекском народе был распространен кураш. В этот период популярность кураша возросла у племен пахлавон махмуд и садик полвон.

Существует также вид индивидуальной борьбы узбекского народа, называемый борьбой на поясах. С ним связано множество археологических находок и исторических рукописей. Статуя, найденная в древней Месопотамии 5000 лет назад, изображает борцов, соревнующихся в борьбе на поясах. Древняя китайская рукопись «Тан-шу» гласит, что свадьбы и праздники в Ферганской долине не прошли бы без соревнований по курашу. Ахмад Полвон, Ходжа Полвон и другие прославились в этом виде Кураша (конец 19 - начало 20 века).

Кураш играет важную роль в воспитании молодежи, поскольку он способствует развитию физических и моральных качеств. Этот вид спорта помогает формировать дисциплину, выносливость, силу воли и уважение к сопернику. Кроме того, практика кураша способствует развитию координации движений, гибкости и общей физической подготовки. Воспитание через спорт, такой как кураш, помогает молодым людям учиться работать в команде, принимать поражения и победы с достоинством, а также развивать чувство справедливости и уважения к правилам.

Воспитание молодежи требует создания условий для разностороннего развития личности. Это включает в себя формирование физических, умственных, нравственных и социальных качеств. Важно обеспечить мо-



лодежи доступ к образованию, спорту, культурным меро-приятиям, а также поощрять развитие лидерских навыков, толерантности и уважения к раз-нообразию. Также воспитание молодежи должно включать в себя форми-рование ценностей, ответственности и умения принимать конструктив-ные решения. Воспитание молодежи через вид спорта, такой как кураш, требует создания условий для развития физических и мораль-ных качеств у участвующих. Это включает в себя обеспечение доступа к тренировкам и со-ревнованиям, формирование дисциплины, уважения к сопернику, а так-же развитие лидер-ских навыков и способности работать в команде. Также важно пропагандировать честную игру, справедливость и уважение к пра-вилам, чтобы спорт стал не только средством фи-зиче-ского развития, но и инструментом формирования нравственных ценностей у молодежи.

Литература:

1. Ярашев Жамшид Раззокович Правила узбекской борьбы Кураш // Academy. 2021. №4 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pravila-uzbekskoy-borby-kurash> (дата обращения: 23.01.2024).
2. Kurash turlari nazariyasi va uslubiyati / darslik: N.A.Tastanov.-T.: «Sano-standart» nashriyoti. 2017-yil. 480 bet.
3. Файзиев Я.З., Зиёев Д.Я. Краткий исторический обзор развития физического
4. Воспитания и спорта// Academy. № 9 (60), 2020. С. 32-35.
5. Абитова Ж.Р. Десять причин, почему физическая культура так важна в школах // Academy. № 10 (61), 2020. С. 39-41.
6. Абытова Ж.Р. Механизмы интеллектуального развития дошкольников с помощью физи-ческих занятий // Проблемы педагогики. № 3 (48), 2020. С. 79-81.
7. Jamshid Yarashev, Yunon Rum kurashi tarixi va O'zbekistonda rivojlantirishning muhim ji-hatlari , центр научных публикаций (buxdu.uz): Том 8 № 8 (2021): Maqola va tezislar (buxdu.uz)
8. Jamshid Yarashev, Формирование профессиональной компетентности будущих педа-гогов-тренеров по вольной борьбе. , Центр научных публикаций (buxdu.uz): Том 1 № 1 (2020): Maqola va tezislar to'plami (buxdu.uz)

РЕЗЮМЕ

Ushbu maqola an'anaviy kurash sportining rivojlanish tendentsiyalari va uning yoshlarni tarbiyalashdagi ahamiyatini tahlil qilishga bag'ishlangan. Maqola zamonaviy dunyoda Kurashni rivojlantirishning asosiy yo'nalishlarini belgilaydi, shuningdek insonning axloqiy va jismoniy rivojlanishiga ta'sir qiladi. Kurashning qat'iy intizomdagi roli, raqiblarga qarshi kurash va yosh avlodda madaniy va psixologik fazilatlarni rivojlantirishga alohida e'tibor qaratilmoqda.

РЕЗЮМЕ

Данная статья посвящена анализу тенденций развития традиционного вида спорта – Ку-раш, и его значение в воспитании молодежи. В работе определены основные направ-ления раз-вития Кураша в современном мире, а также его влияние на нравственное и физическое развитие чело-века. Особое внимание уделяется роли данного вида спорта в более строгой дисциплине, борьбе с соперниками, а также развитию культурных и психологических качеств в подрастаю-щем поко-лении.

SUMMARY

This article is devoted to the analysis of trends in the development of the traditional sport - Ku-rash, and its importance in the education of youth. The work identifies the main directions of devel-opment of Kurash in the modern world, as well as its influence on the moral and physical development of a person. Particular attention is paid to the role of this sport in stricter discipline, the fight against rivals, as well as the development of cultural and psychological qualities in the younger generation.