



JISMONIY TARBIYA VA SPORT O‘YINLARI RIVOJLANISHI TARIXI

Begaliyev B.A.

*Qarshi davlat universiteti Sport fakulteti Jismoniy tarbiya va sport
kafedrasi katta o‘qituvchisi*

Tayach so‘zlar: jismoniy tarbiya, sport o‘yinlari, gimnastika, agonistika, Olimpiya o‘yinlari, sport tarixi.

Ключевые слова: физкультура, спортивные игры, гимнастика, агонистика, Олимпийские игры, история спорта.

Key words: physical education, sports games, gymnastics, agonistics, Olympic Games, history of sports.

РЕЗЮМЕ:

Maqolada jismoniy tarbiyaning ta’lim tizimidagi ahamiyati, sport o‘yinlarining sog‘lom turmush tarzini shakllantirishdagi roli va yosh avlodni tarbiyalashdagi o‘rni alohida e’tiborga olinadi. Shuningdek, jismoniy tarbiya va sportning global miqyosdagi rivojlanishi, xalqaro musobaqalarning paydo bo‘lishi va ularning jamiyatdagi ta’siri ham tahlil qilinadi. Ushbu ish, jismoniy tarbiya va sport sohasidagi tarixiy jarayonlarni chuqur o‘rganish orqali, kelajakda bu sohada amalga oshirilishi mumkin bo‘lgan yangiliklar va takliflar uchun asos yaratadi. Maqola jismoniy tarbiya va sportning inson va jamiyat hayotidagi ahamiyatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

РЕЗЮМЕ:

В статье особое внимание уделяется значению физической культуры в системе образования, роли спортивных игр в формировании здорового образа жизни и роли в воспитании подрастающего поколения. Также анализируется развитие физической культуры и спорта в глобальном масштабе, появление международных соревнований и их влияние на общество. Эта работа, углубленно изучая исторические процессы в области физического воспитания и спорта, закладывает основу для инноваций и предложений, которые могут быть реализованы в этой области в будущем. Статья служит дальнейшему повышению значимости физической культуры и спорта в жизни человека и общества.

SUMMARY:

The article pays special attention to the importance of physical education in the education system, the role of sports games in the formation of a healthy lifestyle and the role in the upbringing of the younger generation. It also analyzes the development of physical education and sports on a global scale, the emergence of international competitions and their impact on society. This work, by studying in depth the historical processes in the field of physical education and sports, lays the foundation for innovations and proposals that can be implemented in this area in the future. The



article serves to further enhance the importance of physical education and sports in the life of a person and society.

Yoshlarni tarbiyalash va ularga zamonaviy bilimlar berishning sifatini oshirish hamda jamiyatimiz uchun barkamol shaxsni shakllantirish ta'lim tizimining eng asosiy maqsadlardan hisoblanadi. Uzluksiz ta'lim jarayonida olib borilayotgan barcha chora tadbirlar malakali kadrlar tayyorlash maqsadini amalga oshirishga qaratilgandir. Bugungi ta'lim-tarbiya jarayonlariga zamon talablariga mos imkoniyatlaridan ustuvorlik bilan foydalanib, ta'lim oluvchilarning aqliy potensialini o'sishini ta'minlashni nazarda tutadi. Bu borada mamlakatimizda ta'lim va sport tizimidagi islohotlarni uyg'un tarzda jismonan sog'lom, aqlli va bilimli yoshlarni tarbiyalash maqsadiga yo'naltirish bo'yicha ko'pgina amaliy ishlar qilinmoqda. Jumladan, jismoniy tarbiya darslarini tashkil etish va o'tkazish usullarini tadqiq etish muammosini o'rganilishi ta'lim tarbiya masalalariga yanada chuqurroq kirib borishga va bu muammoga ilmiy-amaliy jihatdan oydinlik kiritishga asos bo'la oladi.

O'zbekiston Respublikasining 2015-yil 5-sentabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi 394-sonli Qonuni [1] va O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli Qarori [2] mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish va uni ommaviylikini oshirishga katta turtki bo'ldi. Shuningdek Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 13-fevraldagi 118-son 2019-2023 yillarda O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish Kontseptsiyasi [3], O'zbekiston Respublikasining 2020-yil 23-sentyabrdagi "Ta'lim to'g'risida"gi qonunning [4] yangi talqini tasdiqlandi, ushbu sohani rivojiga katta hissa qo'shayotgan me'yoriy huquqiy hujjatlar sifatida xizmat qilmoqda.

Jismoniy tarbiyaning kelib chiqishi haqidagi masala jismoniy tarbiya tarixining eng muhim muammolaridan biri bo'lib, prinsipial metodologik ahamiyatga ega ekanligiga e'tibor qaratilgan. Jismoniy tarbiya tarixi qadimgi zamonlardan boshlab, hozirgi kungacha bo'lgan davrlarda jahon xalqlarining jismoniy tarbiya va sport tarixi, xalqaro sport va olimpiya harakati tarixini o'rganadi. Jismoniy tarbiya va olimpiya harakati tarixi turli davrlarda jismoniy tarbiyaning vujudga kelishi, rivojlanishi va taraqqiy etishining umumiy qonuniyatlarini aniqlash, ulami tahlil qilish bilan shug'ullanadi.

Jismoniy tarbiya va sport tarixini o'rganishda mutaxassis olimlar, H.A. Botirov [6], L.A. Djalilova [7], B.B. Ma'murov, G'M. Salimov va boshqalarning o'quv qo'llanmalari, ilmiy-ommabop risolalaridan foydalaniladigan. Ularning asarlariga

asosan insoniyat taraqqiyotining ilk davridan boshlab to hozirgi kungacha bo‘lgan jismoniy tarbiya tarixining rivojlanish yo‘llarini o‘rganish mumkin.

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 va olimpiya harakati 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 8 «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.

Jismoniy tarbiyaning avvali qadimgi Yunoniston, Afinaga taqaladi. Bu davrda jismoniy tarbiyaning pedagogik va ilmiy nazariyasi paydo bo‘lgan. Qadimgi faylasuf olimlar - Platon, Aristotel va boshqalarning asarlarida tarbiya ta‘lim tizimidagi jismoniy tarbiyaga yuksak baho berilgan.

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 ustoz 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[9]. 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[8].

Qadimgi Gretsiya va Rimning o‘zaro aloqalari tufayli Rimga jismoniy tarbiya vositalari ham kirib kelgan. Miloddan avvalgi II asida ba‘zi rimlik faollar yunonlarning jismoniy tarbiya tizimidagi turlar va usullarni o‘zlariga tatbiq etishga harakat qildilar.

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‘yinlarni 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 boshqa mashqlar ham kiritilgan[5]. 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.

Alfey daryosi vodiysining Peloponiyes yarim orolida joylashgan Elida shahrining Olimpiya qishlog‘ida o‘tkazilgan. Odatga ko‘ra, hozirgi davrda Olimpiya mash‘alasi Kronos tog‘i etagidagi Olimpiya shahrida yoqiladi va Olimpiya o‘yinlari o‘tkaziladigan shaharlarga yetkaziladi. Gomerning «Iliada» asarida tasvirlanishicha, Troya urushida halok bo‘lgan Patrokl xotirasiga bag‘ishlanib, uning do‘sti Axill aravalari qo‘shilgan otlar poygasi, mushtlashish, kurash, yugurish, kamondan o‘q otish, nayza va disk uloqtirish bo‘yicha musobaqa o‘tkazgan[7]. Olimpiya qishlog‘i muhim madaniy tadbirlar o‘tkazish markaziga aylangan. Bu yerda miloddan avvalgi VII asrning ikkinchi yarmida Gera xudosisiga bag‘ishlangan ibodatxona Yer onasiga bag‘ishlab katta ibodatxona qurilgan. Keyinchalik esa, ya‘ni 200 yilda, greklarning Olimpiya

qishlog'idan eronlar ustidan g'alaba qilishiga bag'ishlab Zevs xudosi sharafiga katta namoyish markazi qurilgan. Bu joyda Elida davlati oliy kengashi binosi joylashgan. Olimpiya shaharchasida juda ko'p ibodatxonalar, ularda son-sanoqsiz haykallar mavjud bo'lib, ular turli xudolar, afsonaviy qahramonlar, Olimpiya o'yinlari g'oliblari, podsholar, sarkardalarga bag'ishlangan. Bu joyda boshqa turli xil madaniy, qurilish maskanlari qatorida sport inshootlari majmuasi ham joylashtirilgan. Bunda stadion, ippodrom, palestra binolari mavjud bo'lgan. Dastlab, Olimpiya o'yinlarining ilk bor tashkil etilishi greklarining bosh xudosi Zevsning o'z otasi Kronos ustidan qozongan g'alabasi sharafiga bag'ishlab katta an'anaviy bayramlar o'tkazishi bilan bog'liq bo'lib, ular Olimpiya o'yinlari deb atalgan[6].

Boshqa rivoyatlarga ko'ra esa tashkil etilgan o'yinlar afsonaviy qahramon Geraklga bag'ishlangan. Elida podshosi Avdiy ustidan qozongan g'alabasi sharafiga Gerakl o'yinlari tashkil etilgan. Gerakl o'yinlarni o'tkazish uchun masofalarni o'z oyoq izlari bilan o'lchab bergan. Geraklning 600 ta oyoq izi bir stadiy, ya'ni 192 m 27 smni tashkil etgan[10]. Bu yugurish masofasi stadiodrom deb nomlangan. Eng avvalgi musobaqalarda g'oliblar ana shu tur bilan belgilangan. Gerakl pankration musobaqasida qatnashib g'olib bo'lgan. Keyinchalik o'yinlardagi g'oliblarga «Ikkinchi Gerakl» unvonini berish odatga aylantirilgan. O'yinlar urish qahramonlari, jasur va botir sarkardalar sha'niga bag'ishlab o'tkazilgan.

Shunday qilib, jismoniy tarbiya va sport sohasidagi tarixiy jarayonlarni chuqur o'rganish orqali, kelajakda bu sohada amalga oshirilishi mumkin bo'lgan yangiliklar va takliflar uchun asos yaratadi. Maqola jismoniy tarbiya va sportning inson hayotidagi ahamiyatini yanada oshirishga xizmat qiladi.

Adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasining 2015-yil 5-sentabrdagi "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi 394-sonli Qonuni;
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi "Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3031-sonli Qarori;
3. Vazirlar Mahkamasining 2019-yil 13-fevraldagi 118-son 2019-2023 yillarda O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirish Kontseptsiyasi;
4. O'zbekiston Respublikasining 2020-yil 23-sentyabrdagi "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni;
5. Akramov A.K., O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sport tarixi. O'quv qo'llanma. T.: O'zDJTI nashr, 1997.;
6. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. "O'qituvchi" 1993 y.;
7. Djalilova L.A. Jismoniy tarbiya v sport tarixi. O'quv uslubiy qo'llanma. T: 2013.;
8. Ernazarov E. Olimpiada – jahon sporti bayrami. T.: "Sharq", 2008.;
9. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish. T.: 2008.
10. Энциклопедия Олимпийского спорта. Под редакцией В.Н.Платонова. Киев: Олимпийская литература, 2004.