

KURASH BO'YICHA MUSOBAQA QOIDALARI

Xomidjonova Feruza Komiljon qizi

Jismoniy madaniyat kafedra mudiri dotsent

Eshmirzayev Og'abek Bunyod o'g'li

Shahrisabz Davlat Instituti talabasi

Annotatsiya: Milliy kurashni yanada rivojlantirish uchun mutaxasislarni tayyorlab borishda qo'llaniladigan metodlar va kurashchi bilan murabbiy o'rtasidagi muloqotni yaxshilash, kurashchi xatti-harakatlarini o'z vaqtida to'g'irlab, kurashchilar uchun kerakli maslahatlar berish.

Kalit so'zlar: trenirovka, milliy kurash, kurash texnikasi, mamlakat bo'ylab va jahon musobaqalari, olimpia o'yinlari.

Chorizm istilosi va sho'rolar davrida o'zbek milliy K. ini xalq turmush tarzidan sun'iy ravishda siqib chiqarishga harakat qilindi. 20-asrning 90-yillari oxiriga kelib bu urinishlarga barham berildi. 1991-yildakurashchilar sulolasi vakili, bir necha K. turlari bo'yicha xalqaro miqyosda sport ustasi Komil Yusupov o'zbekcha K. ning xalqaro andozalarga moslangan quyidagi qoidalarini ishlab chikdi: K. tushuvchilar 14 x 14 m dan 16x 16 m gacha bo'lgan, chetroq qismi qizil rangli „xavfli chiziq“ bilan belgilangan ko'k-yashil tusli K. gilamida tik turgan holatda bellashadilar. G'olib ishlatilgan usullar va maydondagi xatti-harakatlariga qo'yiladigan baholarga qarab aniqlanadi. K. da bo'g'ish, raqibga og'riq beruvchi usullar qo'llashga ruxsat etilmaydi, kurashuvchilarning biri ko'k, ikkinchisi yashil rangli yaktak (ayollar yaktak ichidan oq rangli futbolka) kiyadi, belga eni 4—5 sm li tasma (belbog') bog'lanadi, erkaqlar 60, 66, 73, 81, 90, 100 kg va 100 kg dan ziyod, ayollar 48, 52, 57, 63, 70, 78, va 78 kg dan ziyod vazn toifalarida kurashadilar (bolalar, o'smirlar, o'spirinlar, yoshi ulug'lar va qizlar musobaqalarida ham yosh xususiyatlari hisobga olingan holda vazn toifalari belgilanadi). Xalqaro kurash assotsiatsiyasi (1KA)ning 2003-yil Toshkentda o'tgan kongressi har bir uchrashuvning qizg'in bo'lishini ta'minlash maqsadida rasmiy musobaqalarda bellashuv vaqtini 3 minut etib belgilangandi

Birinchi xalqaro musobaqa bilan bir paytda mamlakat yana bir muhim tarixiy voqeaning guvohi bo'ldi. 1998-yilning 6sentabrida Yevropa, Osiyo va Amerikaning 28 mamlakati vakillari Xalqaro Kurash Uyushmasiga asos soldilar. XKU xalqaro miqyosda o'zbek kurashini namoyon etuvchi rasmiy tashkilotga aylandi. Dastlabki ta'sis kongressi davomida yangi xalqaro sport tashkilotining nizomi tasdiqlandi, Kurashning xalqaro qoidalari qabul qilindi hamda XKUning boshqaruvi organi Ijroiya qo'mitasi saylandi. Kurashni xalqaro miqyosda rivojlantirish g'oyasining dastlabki tashabbuskori, O'zbekiston Respublikasi Prezidenti

Islom Karimov bir ovozdan XKUning Faxriy Prezidenti lavozimiga saylandi. Kurash xalqaro qoidalari muallifi Komil Yusupov esa XKU Prezidenti etib saylandi. Tashkilot ijroiya qo‘mitasi 15 kishidan iborat bo‘lib, qo‘mita a‘zolari XKU kongressi tomonidan ko‘pchilik ovoz asosida to‘rt yil muddatga saylanadilar. Ular, shuningdek, qayta saylanish huquqiga ham egadirlar.

1999-yilda Toshkent yana bir olamshumul voqeaning guvohiga aylandi. Kòhna tariximizdanoq bizga ota-bobolarimizdan meros bòlib kelayotgan milliy kurashimizning paydo bòlishi nafaqat Òrta Osiyoda balki , Yevropa mamlakatlari bilan ham bog‘liqdir. Qadimda ota-bobolarimiz milliy kurashsiz tòy-bazmlarni tasavvur qila olishmagan, shuning uchun , ular doimo kurash musobaqalari bir necha oylar oldin rejalashtirib , tashkil qilishgan. Endi esa milliy kurash musobaqasidagi musobaqa qoidalariga tòxtaladigan bòlsak , avvalombor , musobaqaga kurashishni bilgan barcha taklif etiladi. Sòng , ularning tana vaznlari bòyicha barcha òzining sherigi bilan musobaqani boshlashadi. Kurashchilar kiyimlariga tòxtaladigan bòlsak , bu sport turi qizlar orasida ham òzining mavqeiga ega shuning uchun , ògil bolalar uchun tòq yashil yoki oq rangdagi yaktaklar albatta , unga mos rangdagi futbolcular bilan birga. Qiz bolalardan esa ochiq havorang yoki oq rangdagi yaktaklar bilan futbolcularda bòlishlari talab etiladi. Qiz bolalar sochlarini yig‘ib olishlari , gigiyena qoidalariga amal qilgan holda kiyimlari doimo toza , ozoda bòlishi darkor. Kurashish mobaynidagi musobaqa qoidalari esa qaltis harakatlardan kurashchilar foydalanmasliklari zarur , masalan, boshga yoki yuzga oyoq sohalari bilan zarba bermasliklari , qòl yoki oyoq sohalari qayriib qolganda raqibni qòyib yuborib musobaqani qaytadan boshlari zarur. Chunki bu kabi qaltis harakatlar òz vaqtida tòxtatilmasa , ikkala kurashchiga ham yomon oqibatlariga olib kelishi mumkin. Bu sport turidagi musobaqa òyinlarida hakamlar ham muhim rol òynaydi. Ular doimo adolatli , haqqoniy va ikkala tarafga ham adolatli bòlib , haqli ravishda gòlib tomonni aniqlashi lozim. Kurash musobaqasida yoshlarni tayyorlab borishda , uni yanada rivojlantirishga mutasadilar tomonidan alohida e’tibor qaratilib kelinmoqda. Buning uchun esa , turli xil qonunlar , qoidalar tasdiqlanib, amaliyotga targ‘ib qilib kelinmoqda. Milliy kurashimizni yanada rivojlanishi , undan tashqari , murabbiylarimizga ham bog‘liq , chunki , aynan ular yosh mutaxasislarni tarbiyalab , kurashning bor sir-u asrori bilan tanishtirishadi. Musobaqa qoidalaridan ham voqif etib shogirdi gòlib chiqishi uchun qòlidan kelgan bor harakat qiladi. Kurash musobaqasining yana bir qoidasi bu kurash maydoni , ba’zida uni kurash gilami ham deb atashadi. Kurash gilami òziga xos òlchamlarga ega. 14×14 m ga 16×16 m da bòlishi belgilanib qòyilgan. Musobaqa mobaynida ikkala kurashchilar gilamdan chetlab ketishsa yoki kurash maydonidan chiqib ketishsa, hakam tomonidan ularga ogohlantirishlar berilib boriladi. Kurashishni boshlagan har qanday kishi boshlanishiga undan osongina kechib , undan voz kechish haqida òylaydi. Chunki , kurashish , trenirovkalar mobaynida ayanhli o‘griqlar, mashaqqatlar bòlib , har kim ham bunga

bardosh berishi qiyinroqdir. Shuningdek, kurash musobaqasi qoidalariga ham tezda o'rganib, amal qilib ketish ham ba'zi qiyinchiliklarga olib keladi. Albatta, murabbiylar bu qiyinchiliklarni yengillashtirishga yoki shogirdi jarohatlanmasliklari harakat qilishadi. Musobaqa qoidalariga to'laqonli amal qilgan holda kurashish mobaynida b'lgan video q'llanmalar ham foydadan holi emas. Chunki, ushbu q'llanmalar orqali ham kurashchi b'lmoqchi b'lgan yosh sportchilar kurashish usullari, musobaqa mobaynida amal qilishi kerak b'lgan qoidalarni ham mustaqil ravishda o'rganib borish imkoniyatiga ega b'lishadi.

Xulosa o'rnida aytishim joizki, milliy kurashimiz qadimdan ming yillardan buyon mavjuda b'lib kelmoqda, shuning uchun unga hurmatda b'lishimiz va uni keng miqyosda rivojlantirish uchun yanada k'o'proq harakat qilishimiz zarur va darkordir. Musobaqa qoidalariga esa, albatta, amal qilib borish, hakamlarning qoidalariga b'ysunib borish kerak. Kurashish mobaynida hech qachon raqibga vahshiylarcha muomilada b'lmasdan bu shunchaki o'yin bugun men g'olib b'lsam, ertaga ma'g'lubman degan shior bilan kurashsak, ota-bobolarimizga mos va munosib b'la olamiz.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Kerimov F. " Milliy kurash nazariyasi" T-2002
2. Milliy kurash qoidalari O. Toymurodov, J. Nurshin. Toshkent -2020
3. Azizov N. X. " Belbo'g'li turkiston kurashi " Toshkent : O'qituvchi, 2008.