

# HAR TOMONLAMA YETUK INSONNI TARBIYALASHDA XALQ MILLIY O‘YINLARINING O‘RNI VA XUSUSIYATLARI

*Isakobulov Rajabboy Yusufovich*

*Jizzax Politexnika Instituti  
“Jismoniy tarbiya” kafedrası dos.v.b.  
Jizzax, O‘zbekiston Respublikasi*

**Annotatsiya:** *Ushbu maqolada xalqimizning qarashlariga ko‘ra odam sog‘lom va baquvvat bo‘lishi uchun yoshlik chog‘laridanoq jismoniy mashq bilan, ya‘ni otda yurish, kurash tushish, nayzabozlik bilan muntazam shug‘ullanishi va ularni bajarish san‘atini egallashi kerakligi xususida fikrlar bildirilgan.*

**Kalit so‘zlar:** *otda yurish, kurash tushish, nayzabozlik, sog‘lom, baquvvat, pahlavon, mardlik, jasurlik, tantilik, vatanparvarlik.*

**Аннотация:** *В данной статье, по мнению нашего народа, чтобы быть здоровым и сильным, человек должен с юных лет регулярно заниматься физическими упражнениями, то есть верховой ездой, борьбой, метанием копья, овладеть искусством их исполнения.*

**Ключевые слова:** *верховая езда, борьба, копье, здоровый, сильный, борец, отвага, отвага, отвага, патриотизм.*

**Abstract:** *In this article, according to the views of our people, in order to be healthy and strong, a person should regularly engage in physical exercise from a young age, that is, riding a horse, wrestling, and javelin, and master the art of performing them.*

**Keywords:** *riding, wrestling, javelin, healthy, strong, wrestler, courage, bravery, bravery, patriotism.*

Bizga ma‘lumki, o‘zbek xalqi qadimdan jismoniy tarbiya bo‘yicha ham boy madaniy merosga ega. Xalqimiz azal-azaldan bolalarning sog‘lom, baquvvat, pahlavon bo‘lib o‘sislariga alohida e‘tibor bergan.

O‘zbek xalqining milliy o‘yinlari xalqning ana shu maqsadlarini amalga oshirishga qaratilgan. Xalqimizning yosh avlodni jismoniy jihatdan tarbiyalashga bo‘lgan qarashlari asosan quyidagilardan iborat:

1. Sog‘ligi va mehnat qilish qobiliyatini saqlash.
2. Jismoniy o‘shish va mardlikni tarbiyalash.
3. Irodaviy va ahloqiy sifatlarni (Vatanga muhabbat va sadoqat bilan) tarbiyalash.

Sharqda organizmni jismonan chiniqtirishda turli milliy sport o‘yinlari: kurash, poyga, uloq, qilichbozlik, yoy va nayza otish qadimdan ma’lum. Bu milliy o‘yinlar faqat ko‘ngil ochish vositasigina bo‘lib qolmay, ular yoshlar organizmini chiniqtirish, mardlik, jasurlik, tantilik, vatanparvarlik kabi ahloqiy-irodaviy sifatlarni tarbiyalash vositasi ham bo‘lib kelgan. Ulardan jangovarlik, shon-shavkatni o‘stirish uchun ham foydalanilar edi. Chunki xalq doimo dushman hujumlaridan saqlanishga majbur bo‘lardi. Qadimgi grek olimi Gerodotning yozishicha, Xorazm davlati xalqlari o‘zlarining milliy o‘yinlari, harbiy san’atlari, jismoniy tayyorgarliklari bilan mashhur bo‘lishgan.

Xalqimiz azaldan komillikning birinchi sharti jismoniy salomatlik deb bilgan. Alloma pedagog A.Avloniy: “Badan sog‘ bo‘lsa, miya sog‘ bo‘ladi”, [1] - deb alohida ta’kidlagan.

Shuning uchun ham milliy o‘yinlarimiz, avvalo, sog‘likni mustahkamlashni, badanni chiniqtirishni, shu asosda ahloqiy-irodaviy xislatlarni tarkib toptirish va tarbiyalashni nazarda tutadi. Chunki Vatanni himoya qilish uchun avvalo, kuchli va sog‘lom tana va uni ezgulik yo‘liga boshqaradigan aql-farosat, Vatanga fidoyilik, olijanoblik, mardlik, jasurlik kabi sifatlar kerak. Zero, xalqimiz qadimdan bir qo‘lida ish quroli, ikkinchi qo‘lida harbiy qurol bilan hayot kechirishgan.

Yoshlarni jismoniy jihatdan chiniqtirishga alohida e’tibor berilib, turli musoboqalar, poygalar uyushtirilgan. Yoshlar o‘rtasida merganlik va chavandozlik bo‘yicha musoboqalar tashkil etilgan. Hatto to‘ylar ham kurash, ko‘pkari, merganlik musoboqalarisiz o‘tmagan.

Nafaqat yigitlar, hatto ayollar ham harbiy faoliyat va davlat boshqaruviga jalb etilgan. Harbiy faoliyat ko'rsatishda xalq milliy o'yinlarining xizmati katta bo'lgan [2].

Tarixchi ibn Arabshoh Amir Temur davri haqida shunday yozadi: "Temur askarlari orasida ayollar ham ko'p bo'lib, ular jang to's-to'polonlari va shiddatli to'qnashuvlarda matonat ko'rsatardilar. Ular dushman askarlariga qarshi turib mardonavor urush qilardilar. Jangda nayza sanchishda, qilichbozlikda va kamondan otishda erkaklardan ham ko'ra ko'proq ish qilardilar".

Xalqimiz azaldan bolalarning jismonan sog'lom, harbiy hunarni puxta egallagan, jasur, mard bo'lib yetishuviga alohida ahamiyat beradi. U jismoniy jihatdan barkamol insonlarga chuqur hurmat nazari bilan qaraydi. Farzandlariga harbiy qurollardan foydalanish sirlarini o'rgatadi. Xalqimizning qarashlariga ko'ra odam sog'lom va baquvvat bo'lishi uchun yoshlik chog'laridanoq jismoniy mashq bilan, ya'ni otda yurish, kurash tushish, nayzabozlik bilan muntazam shug'ullanishi va ularni bajarish san'atini egallashi kerak. Ana shunday odamgina o'zini, o'z yurtini, Vatanini tashqi dushmandan himoya qila olgan [3].

Islom faqat insonning ruhiy ma'naviy kamolotiga e'tibor berib qolmasdan, uning jismoniy tarbiyasiga ham alohida e'tibor qaratadi. Musulmon faylasuflar ruhiy va moddiy hayotni xuddi narvonning ikki poyasiga o'xshatishadi, ya'ni ikki taraf baravar - teng bo'lishiga e'tibor bermoqlik lozimligini uqtirishadi.

Chunki insonning e'tiqodi kuchli, mustahkam bo'lishi, shu bilan birga uning badani, jismi ham sog', chiniqqan, har qanday mashaqqatlarga dosh bera oladigan bo'lishi kerak. Hadisi Sharifda kuchli, chiniqqan bo'lishning afzalligi alohida ta'kidlanib, payg'ambarimiz Muhammad (s.a.v.) "Alloh huzurida kuchli mo'min kuchsiz mo'miindan yaxshiroq va mahbubroqdir" [4] deganlar.

Demak, har bir mo'min kuchli bo'lishi lozim ekan, jismoniy o'yin musobaqalar ham, milliy o'yinlar ham kuchli, chidamli bo'lish maqsadida tashkil etilishi kerak.

Rasuli Akram Oysha onamiz bilan yugurish bo'yicha musoboqa qilganlarida ortda qolganlar. Keyinroq yana bir musoboqalashganlarida Payg'ambarimiz o'zib ketganlar. Shunda avvalgisi bilan "biru bir bo'ldi" deganlar.

Rivoyatlarga ko‘ra Payg‘ambarimiz Muhammad (s.a.v.) yosh bolalarning yugurish bo‘yicha poygasini o‘zlari uyushtirganlar. Bundan tashqari muhim topshiriqlarni bajarishni ixtiyor etgan yosh sahobalarni avval kurastirib ko‘rib, g‘olib chiqsa, o‘shanga sharaflı topshiriqni berganlar.

Islomda inson sog‘ligi uchun zarur bo‘lgan hamma narsani bajarish buyuriladi. Jismoniy tarbiya ana shunday zarur narsalardan hisoblanadi. Shuning uchun faqat namozda emas, balki barcha islomiy ibodatlarda jismoniy harakat bor.

### **FOYDALANILGAN ADLABIYOTLAR:**

1. A.Avloniy. Tanlangan asarlar, 2-jild, Toshkent – 1998 yil, 38 – bet.
2. B.N.Gapparov va boshqalar. “Xalq pedagogikasi”. Toshkent. 2009 yil. “Tafakkur” nashriyoti. O‘quv qo‘llanma. 225-228 betlar.
3. B.N.Gapparov “NamDU ilmiy axborotnomasi” jurnali. Namangan shahri. 2021 yil, 6-son, 501-504 betlar.
4. Muhammad Sodik Muhammad Yusuf, “Imon”, Toshkent – 1991 yil, 144 – bet.