

## SHARQ YAKKAKURASHLARI ORQALI YOSHLARNI BARKAMOL SHAXS ETIB TARBIYALASHNING ZARURATI

*Kambarov Nodirjon Sattarovich,  
University of Business and Science nodavlat oliy ta'lim muassasasi Pedagogika fanlari  
bo'yicha falsafa doktori (PhD).*

*Annotatsiya: ushbu maqolada Sharq yakkakurashlari orqali yoshlarni barkamol shaxs yani jismoniy, ryhiy, estetik, axloqan yetuk shaxslar etib tarbiyalashning zarurati, omillari, yechimlari to'g'risida fikrlar bildirilgan va muhimligi nazarda tutilgan. Sharq yakkakurashlari ta'limotlari muhokama qilinadi. Uning asosiy tarkibiy omillari va qismlari tavsiflanadi. O'zbekistonda va dunyoda sog'lom turmush tarzi shakllantirish, o'quvchi-yoshlarni Sharq yakkakurashlariga bo'lgan qiziqishlari rivojlantirish mezonlari tahlili qilindi va mezonlar bilan solishtirildi. Sharq yakkakurashlari bo'yicha tavsiyalar berildi.*

*Kalit so'zlar: Sharq yakkakurashlari, barkamol shaxs, sog'lomlashuv, sog'lom fikrlash, shakllantirish, tarbiyalash, xulq, xatti-xarakat, muhit, munosabat, rivojlantirish, holat, umuminsoniy qadriyatlar.*

## НЕОБХОДИМОСТЬ ВОСПИТАТЬ МОЛОДЕЖИ ЦЕННОСТНЫМИ ЛИЧНОСТИ ЧЕРЕЗ ВОСТОЧНЫЕ ЕДИНОБОРСТВА

*Камбаров Нодирджон Саттарович  
Университет бизнеса и науки негосударственное высшее учебное заведение. Доктор философии  
педагогических наук (PhD).*

*Аннотация: в данной статье обсуждаются необходимость, факторы и пути решения проблемы воспитания молодых людей как зрелых личностей, т.е. физически, умственно, эстетически и морально зрелых личностей посредством восточных боевых искусств, и указывается их важность. Будут обсуждаться учения восточных боевых искусств. Описаны ее основные структурные факторы и части. Проанализированы и сопоставлены критерии формирования здорового образа жизни в Узбекистане и мире, развития интереса студентов к восточным боевым искусствам. Были даны рекомендации по восточным боевым искусствам.*

*Ключевые слова: восточные боевые единоборства, всесторонняя личность, здоровье, здоровое мышление, формирование, воспитание, поведение, окружающая среда, отношение, развитие, государство, общечеловеческие ценности.*

## THE NEED TO EDUCATE THE YOUNG PEOPLE TO BE COMPLETE PERSONS THROUGH EASTERN ARTS

*Kambarov Nodirjon Sattarovich  
Head of the department of the University of Business and Science non-state higher educational  
institution, Doctor of Philosophy (PhD) in Pedagogical Sciences.*

*Annotation: in this article, the necessity, factors, and solutions of educating young people as mature individuals, i.e. physically, mentally, aesthetically, and morally mature individuals, through Oriental martial arts, are discussed and the importance is provided. The teachings of Eastern martial arts will be discussed. Its main structural factors and parts are described. The criteria for creating a healthy lifestyle in Uzbekistan and the world, developing students' interest in Eastern martial arts were analyzed and compared with the criteria. Recommendations were made for Eastern martial arts.*

*Key words: Eastern martial arts, well-rounded personality, health, healthy thinking, formation, upbringing, behavior, environment, attitude, development, state, universal values.*

**KIRISH.** Bugungi kunda yurtimiz kelajagi qanday bo'lishi yoshlarimizni har tomonlama bilimli, salohiyati va jismonan, ruhan, estetik va ma'nau yetuk bo'lib tarbiylanishlariga bog'liq. Prezidentimiz Sh.Mirziyoev aytganidek, yosh avlod madaniyatimiz va ma'naviyatimizni, taraqqiyotining intellektual qadriyatlarini kelajak jamiyat a'zolarining ongiga yetkazadilar. Yoshlar bunday mas'uliyatli vazifani bajarish uchun ularning erkin rivojlanishi, ijodiy bunyodkorligiga bizlar keng imkoniyatlar, sharoitlar yaratib berishimiz kerak deb har bir ma'ruzalari va asarlarida ta'kidlab o'tmoqdalar. Haqiqatan ham hozirgi kunda O'zbekistonda shunday muhim ishlar amalga oshirilmoqda.

Sharq yakkakurashlari bo'lgan e'tibor va bu vosita orqali barkamol shaxs tarbiyalash muhim omillardan biridir.

**TADQIQOT METODOLOGIYASI.** Maqolada Sharq yakkakurashlari orqali barkamol shaxs tarbiyalash, shaxsni har tomonlama sog'lom etib rivojlantiruvchi omillar muhokama qilinadi. Uning asosiy tarkibiy omillari va qismlari tavsiflanadi. O'zbekistonda va dunyoda sog'lom turmush tarzi shakllantirish,

o'quvchilarni Sharq yakkakurashlariga bo'lgan qiziqishlari rivojlantirishda mezonlari tahlili qilindi va mezonlar bilan solishtirildi. Sharq yakkakurashlari bo'yicha yondashuvlar o'rganildi.

**OLINGAN NATIJALAR, TAHLILLAR VA QARASHLAR.** Sharq yakkakurashlari qaerda, qachon paydo bo'lganligini noma'lum va bu hech qachon ma'lum bo'lmasligi ham mumkin.

Gitin Funakoshi. Dunyo taraqqiyoti jarayonining jadallashuvi, tezligi ruhiy va jismoniy sog'lom avlodni tarbiyalashni murakkablashtirmoqda. Ulkan muloqot asrida insonlarni muloqot ko'lamining kengligi ularning axloqiy va ruhiy zo'riqishlarini kuchaytirib yubormoqda. Jamiyat a'zolarida toqatsizlik, asabiylik, ruhiy tushkunlik holatlari kuzatilmoqda. Bunday vaziyatda har bir jamiyatda muhitni sog'lomlashtirish, bo'lajak avlodni ruhan, jismonan sog'lom qilib tarbiyalash vazifasi dolzarblikni talab etadi. Inson kamoloti ruhiy, jismoniy, ma'naviy, axloqiy-estetik, uyg'unligida sodir bo'lishini inobatga olgan holda yoshlarni barkamol shaxs etib tarbiyalash kabi vazifalar qo'yilmoqda. Shuning uchun ham mamlakatimizda har tomonlama sog'lom avlodni tarbiyalash ishlarini tizimli tashkil etishda bir qancha islohotlar amalga oshirilmoqda. Davlatimiz rahbari O'zbekiston yoshlari forumi hamda Oliy Majlisga Murojaatnomasida yosh avlod istiqbollari qaratilgan muhim g'oya va tashabbuslarni ilgari surgan edi. O'zbekistonda 2021 yilni "Yoshlarni har tomonlama qo'llab-quvvatlash va aholi sog'ligini mustahkamlash yili" [7] deb e'lon qilindi. Prezidentimiz Sh.Mirziyoev ko'p tarmoqli "Humo arena" sport majmuasining tantanali ochilish marosimida so'zlagan nutqida "Bugun biz yurtimizda keng ko'lamlil islohotlar va jadal o'zgarishlarni amalga oshirmoqdamiz. Va bu yo'lda jismoniy sog'lom va barkamol avlodni voyaga yetkazish bizning ustuvor vazifamiz va biz buning uchun bor kuch va mablag'larimizni safarbar etamiz" [6], degan fikrni qat'iy ta'kidlab o'tgan edilar. Shunday ekan, yoshlarda barkamol shaxs tarbiyasini rivojlantirish ta'limi shu maqsad yo'lidagi ishlar jumlasidandir. Jismoniy tarbiya va sport sohasiga hukumat tomonidan alohida e'tibor qaratilishi natijasida jismoniy madaniyatni o'stirishga qiziqish ortmoqda, jismoniy tarbiya kundalik faoliyatga aylanib bormoqda. Bu esa, jamiyatda har tomonlama sog'lom turmush tarzini rivojlantirish bilan birga mamlakatimizda sport sohasini yuksalishiga ham zamin yaratmoqda.

Yoshlarni har tomonlama barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishlarida ta'lim-tarbiya berish muhim vazifalardan biri bo'lib qolmoqda. Shunday muhim vazifani ilmiy asoslash uchun yozilgan ushbu dissertatsiya ishi ham jang san'atlari orqali yoshlarda barkamol shaxs tarbiyasini pedagogik jarayonda rivojlantirishga xizmat qiladi. Shuningdek, rivojlanishning barcha jihatlarida global raqobat kuchayishi sharoitlarida jahondagi har bir mamlakat oldida bugungi kunda inson kapitali sifatini oshirish zarurligi yuzaga keladi. Bu millatning salomatligini barcha yoshdagi aholining sog'lom dunyoqarashini, jismoniy, ma'naviy-intellektual salomatligini asrash, jismoniy salomatligini mustahkamlash to'g'risida doimiy g'amxo'rlik qilish masalalariga yondashuvlarni tubdan qayta ko'rib chiqishni talab etadi. Bu yo'lda jismoniy sog'lom va komil insonni voyaga yetkazish bizning ustuvor vazifamiz va buning uchun bor kuch va mablag'larimizni safarbar etishimiz lozim.

Yurtimiz ilmiy-pedagogik jarayonida barkamol shaxs tarbiyasini shakllantirish ishlari doirasida ilmiy izlanishlar olib borilmoqda. Ushbu tadqiqot ishi ham BO'SM (Bolalar-o'smirlar sport maktablari) va Sharq yakkakurashlari to'garaklarida yoshlarni barkamol shaxs tarbiyasini shakllantirish samaradorligini oshirishga qaratilgan ishlar qatoriga kiradi.

Barkamol shaxs tarbiyasi shaxsni har tomonlama sog'lom etib rivojlantiruvchi tizimning bir qismi hisoblanadi. BO'SM, Sharq yakkakurashlari to'garaklarida tahsil olayotgan o'quvchi-yoshlarni o'z sog'lig'i va o'zgarar sog'ligi haqida g'amxo'rlik qilishga o'rgatish, Sharq yakkakurashlari bilan shug'ullanish orqali ularda sog'lom turmush tarzini yaratish, jismoniy tarbiya bilan mustaqil shug'ullanish ko'nikmalarini shakllantirish pedagogik jarayonlarning bosh maqsadi hisoblanadi.

Sharq mutafakkirlari jismonan yetuk, ma'naviy boy, barkamol shaxs tarbiyasiga qadimdan muhim vazifa sifatida qaraganlar. Barkamollik fazilatlaridan eng ulug'i tanning, ya'ni inson jismining komilligidadir deyiladi. Insonning matonati, diyonati, riyozati, qanoati, ilmi, sabri, intizomi, nafs, vijdoni, haqqo'yiligi, nazari, ibrati, hayosi, idroki, zakovati, iqtisodi, itoati, haqshunosligi, kechirimlilik, vatanni sevishi kabi ijobiy hislatlariga (A.Avloniy, Turkiy Guliston yoxud axloq, Toshkent: O'qituvchi, 11-bet) faqat sog'lom jism, tanisihatlilik orqali erishiladi deb qaralgan [8].

Sharq yakkakurashining vazifasi shunda ijobiy hal etiladiki, yakkakurash shug'ullanuvchilari jismoniy va texnik-taktik usullarni mohiyatan anglab bajarsalar yoki ular Sharq yakkakurashi mashg'ulotlariga qiziqib, tashabbus ko'rsatib ijodiy yondashsalar, organizmda harakat malakalarining to'g'ri shakllanishi, funksional qobiliyatlarining o'sishi uchun texnik-taktik, falsafiy-pedagogik bilimlarni egallashlari darkor.

Bu borada, L.P.Matveev quyidagicha fikr bildirgan: "Jismoniy madaniyat jamiyat a'zolarining jismoniy kamolotga erishishini maqsadga muvofiq ravishda amalga oshirish uchun maxsus vositalar, shakl, metodlar va sharoitlarni yaratish hamda ulardan ratsional foydalanish bo'yicha erishgan yutuqlar majmuasidir. Jismoniy madaniyat umumiy madaniyatning tarkibiy bir qismi, uning yuksalishi, jamiyat rivojlanishining asosidir" [5]. Demak, jismoniy madaniyat insonning barkamol shaxs tarbiyasi uchun sharoitlar yaratish,

ulardan oqilona foydalanish bo'yicha natijaga erishilganlikning jamlanmasidan iboratdir.

## 1-jadval

### Barkamol shaxs tarbiyasi tushunchasi

<b>BARKAMOL SHAXS</b>			
<b>Jismoniy</b>	<b>Ruhiy</b>	<b>Estetik</b>	<b>Axloqiy</b>
Jismonan kuchli, mushaklar rivojlangan, texnik-taktik jihatdan yetuk.	Qiyinchiliklarga bardoshli, sinchkov, tetik, o'z fikriga ega, anglash, ichki ruhiy quvvatga ega.	Har bir qilayotgan ishini chiroyli bajaruvchi, tozalikka e'tibor qaratuvchi, kiyinish va ovqatlanishda didli, xushmuomala.	Mehnatsevar, shirin so'z, xushfel, halol, muloyim, e'tiborli, vatanparvar, barchaga yordam, doim yordamga tayyor.

So'ngi yillarda yurtimizda ham yoshlarda barkamol shaxs etib tarbiyalashga bo'lgan etibor kuchayib bormoqda. "O'sib kelayotgan yosh avlod har xil ta'sirlarga o'ta beriluvchan bo'ladi. Bu davrda sog'lom turmush tarzini shakllantirishga zarur bo'lgan ongli shaxsiy faoliyat mukammallashadi. Aholi o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, rivojlantirish, aholi salomatligini mustahkamlash va inson umrini uzaytirish, yuqumli va boshqa kasalliklar, zararli odatlarning oldini olish, jismoniy faollik, to'g'ri ovqatlanish hamda mehnat qilish, o'z vaqtida dam olish, shuningdek, gigienik ko'nikmalarga rioya qilish kabilarga qaratilgan qator chora-tadbirlarni ishlab chiqish va uni hayotga tatbiq qilish aholi turli guruhlarini, ayniqsa, o'quvchi-yoshlar hayotida katta ahamiyatga ega" [2].

Shuning uchun, yoshlarda Sharq yakkakurashlari orqali barkamol shaxs tarbiyasini rivojlantirish, jamiyatda sog'lom turmush tarzini shakllantirish masalalariga alohida e'tibor qaratish fursati yetdi. Pedagogik jarayonda yoshlarga kelajakda yetuk sportchi bo'lishlari uchun ongli tanlov vaziyatini yaratish imkoniyati beriladi. Bu bilan har tomonlama yetuk shaxs, barkamol inson bo'lish uchun zarur bo'lgan jismoniy, ruhiy, estetik va axloqiy salohiyat asosini yaratish uchun imkoniyat vujudga keladi.

Yakkakurash mashg'ulotlar jarayonida aqliy, axloqiy, estetik va mehnat tarbiyasi bir vaqtda amalga oshiriladi.

Jismoniy kamolot to'liq salomatlik bilan tavsiflanib, kishining uzoq vaqt faol hayotiy va boshqa bir qancha ko'rsatkichlar – har qanday tashqi muhit sharoitida jismoniy va aqliy ish qobiliyatini har tomonlama yuqori darajada namoyon etish, jismoniy va irodaviy sifatlarni, katta masshtabdagi harakat ko'nikmalarini va tana shaklini garmonik rivojlantirishdan iborat.

Yangi O'zbekistonning taraqqiyot bosqichida Sharq yakkakurashlari sohasida Prezident farmonlari, Vazirlar Mahkamasining qarorlari qabul qilindiki, bularning barchasi yurtimizda yoshlar jismoniy madaniyatini yuksaltirish tizimini yaratilishiga asos bo'ldi. Mamlakatimizda barkamol shaxsni tarbiyalovchi tizim respublika aholisining barcha qatlamlarini jismoniy tarbiya bilan shug'ullanishlarini ta'minlash uchun alohida imkoniyatlar yaratildi [4].

Shunday islohotlarni yurtimizning barcha ta'lim tizimi yoshlarida ham olib borish orqali barkamol shaxs tarbiyasini rivojlantirishning pedagogik tizimi yaratilmoqda. Ijtimoiy sog'lomlashtirish tamoyillari asosida olib borilayotgan islohotlar yurtimizda ijtimoiy sog'lom muhitni hamda barkamol insonlarni, sog'lom turmush tarzini shakllantirishga qaratilgan. Shunday ekan, inson salomatligi davlat mulki hisoblanadi va siyosat darajasida ko'riladi.

Hozirda bo'lajak kadrlarning har tomonlama kamolotga erishishi ham jismonan, ham aqlan yuksak salohiyatga egaligi muhim rol o'ynaydi. Ta'limda jismoniy tarbiya va sportni uyg'unlashtirish orqali yoshlarni jismoniy va aqliy salohiyatini oshirish, jahon standartlariga muvofiq mutaxassislarini yetishtirishni maqsad qilingan. Xususan, bugungi kunda mamlakatimizning barcha hududlarida, hatto eng olis tumanlarida ham zamonaviy va foydalanish uchun qulay sport infratuzilmasi barpo etilmoqda. So'ngi yillarda mamlakatimizda sport bilan doimiy shug'ullanadiganlar soni ikki barobar ko'paydi. Ushbu ko'rsatkichning natijasi ham mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sport orqali yoshlarda barkamollik tarbiyasi ko'nikmalarini yuksaltirish

yo'lidagi muhim o'zgarishlardan biridir.

Sharq yakkakurashlarining eng asosiy ta'limoti, kuchli, irodali, jismonan va ruhan tetik, qalban go'zal, vatanparvar, mehnatsevar, halol, ma'nan yetuk, tirishqoq, kuchsizlarga doimo yordamini ayamaydigan barkamol inson bo'lishga qaratilganligi bilan bir qatorda insonni falsafiy mushohada qilishga o'rgatadi. "Jangchi tog'dek mustahkam, viqorli, olovdek yondiruvchi, shamoldek tez, o'rmondek sokin, osmondek musaffo bo'lishi lozim" deyiladi Sharq yakkakurashlari ta'limotlarida.

Sharq yakkakurashi ustozlari faqat yetuk sportchi va yakkakurash ustalarini tayyorlamaydi, balki – bu ruhiy tarbiya, hayot qiyinchiliklarini yengib o'tishga o'rgatadilar. Bu esa yakkakurashlar keng qamrovli san'at turi sifatida ularning kelajakda barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishlarini kafolatlaydi. Agar, biror sababga ko'ra ushbu yakkakurash turlari bilan shug'ullanmay qo'ysalar ham, bu mashg'ulotlarda singdirilgan ruhiy, jismoniy, estetik va axloqiy tarbiya yoshlarga hayoti davomida turli muammolarni hal qilishda muhim ahamiyat kas etadi.

Deyarli barcha mamlakatlarning jang san'atlari bo'lib, bular, o'z navbatida, insonlarni dushmanlardan saqlanishda, vatanini himoya qilishlari uchun va sog'lom bo'lishlarida muhim zaruratga aylandi. Shu bilan birga ko'plab Sharq yakkakurashlari turlari paydo bo'ldi. Ammo, ko'pchilik yakkakurashlarning 100 dan ortiq turlari va yo'nalishlari mavjudligini bilmaydi. Bu Sharq yakkakurashlari turlari barcha mamlakatlarda bo'lib, o'sha millatga xos va mos ravishda yaratilganligini ko'rishimiz mumkin. Ularning ruhiyati, madaniyati, yashash tarzi o'sha jang san'atlarida ham o'z aksini topgan.

Sharq yakkakurashlari turlari va tarixi, ta'limotlari bilan tanishtirish, so'ngra ushbu jang san'atlari bilan shug'ullanishlari maqsadga muvofiq va ahamiyatlidir. Jang san'atlarini falsafiy mushohada bilan o'rgatib boriladi. Zero, o'rganuvchi nafaqat jangchi, balki sog'lom fikrlovchi, barkamol insonga aylansin.

Sharq yakkakurashi (jang san'ati) – bu shunday yo'lki, inson butun umri mobaynida o'z tanasini jismoniy chiniqtirib, ruhini mustahkamlab, estetik va axloqiy tarbiyalanib, o'zidagi yangi qobiliyat va imkoniyat qirralarini ochishga intilishdir. Buni bilish uchun Sharq yakkakurashi ildizlarini chuqur o'zlashtirish darkor. Tayland, Xitoy, Yaponiya, Koreya kabi davlatlar Sharq yakkakurashi turlarining yaratilishida muhim o'rin egalladi.

## 2-jadval

### Sharq yakkakurashi turlari

№	Davlat	Qanday yakkakurash turlari mavjud
1	<b>Xitoy</b>	Kungfu, Ushu, Djit kun do, Vinchun
2	<b>Koreya</b>	Taekvondo, Xapkido, Xvarangdo, Xedongkomdo, Subak, Muyo, Tekkyon, Tangsudo
3	<b>Yaponiya</b>	Aykido, Karatedo, Dzyudo, Kendo, Iyaydo, Dji-djitsu, Kempo, Boto dzyusu, Syoridzin kempo, Kyudo
4	<b>Hindiston</b>	Kalirapayatu, Silambam
5	<b>Tayland</b>	Muay tay
6	<b>Indoneziya</b>	Penchak silat
7	<b>Braziliya</b>	Kopiero
8	<b>Isroil</b>	Krav-maga
9	<b>Qozog'iston</b>	"Juduruktasu" kurashi
10	<b>Turkmaniston</b>	"Urda kochdi" qo'l jangi
11	<b>O'zbekiston</b>	So'fiy jang, O'zbek jang san'ati, Turon, Kurash, Belbog'li kurash

Deyarli barcha mamlakatlarning o'z yakkakurashlari mavjuddir. Sharq yakkakurashlari tarixi eramizdan avvalgi XV-XVII asrlarga borib taqaladi. Qurolli-quolsiz, qo'l va oyoq janglari qadimdan avloddan-avlodga

o'tib sayqallanib kelayotganligini tarixiy hujjatlar ham tasdiqlaydi. Jumladan, Koreya, Xitoy va Yaponiyalik namoyandalarning asarlaridan topilgan rasmlarda yoritilgan qurolli, qurolsiz jang tasvirlari ham fikrimizning yaqqol isbotidir.

Yuqorida ta'kidlab o'tilgan jang san'atlari tarixini, ta'limotlarini va jang san'atlarini ko'plab olimlar o'rganganlar. Buning isbotini ajdodlar qoldirgan tarixiy, tasviriy, ilmiy-pedagogik asarlarda ko'rishimiz mumkin. Ko'plab jang san'ati ustalari ham bu ta'limotlar asosida shogirdlarini o'qitgan va shug'ullantirganlar. Bu jang san'atlari va ta'limotlari ustozdan-shogirdga, otadan-farzandga meros bo'lib kelgan va shu sababli bizning kunlarga yetib keldi. Albatta bizlardan keyingi avlodlarga ham bu meroslar yetib boradi. Bunda ustoz-murabbiylarga ulkan vazifalar yuklanadi.

Yuqoridagi fikrlardan ko'rinadiki, yer yuzida qancha millat bo'lsa barchasida o'zlarining milliy jang san'atlari mavjuddir. Bular o'sha millatga xos, o'z urf-odatlarini, iqlimi, ruhiyatidan, zaruratlaridan kelib chiqqan, hozirgacha saqlanib kelayotgan jang san'atlaridir. Ba'zilar dunyo bo'yicha tarqalgan va ommalashgan, ba'zilar yashirin, o'z oilasigagina meros bo'lib kelayotgandir. Jang san'atlari orqali o'z oilasini, yurtini himoya qilishgan. Eng avvalo, sog'lom bo'lishga intilishgan. Tana, ruhlarini chiniqtirganlar va bizning davrimizgacha yetib kelgan ushbu jang san'atlaridan nafaqat himoya, sog'lik uchun balki, kishilar kayfiyatini ko'tarish va shu yakkakurashga qiziqtirish uchun musobaqalar o'tkaziladigan sport turlariga aylanib ulgurgan. Sharq yakkakurashlari bilan hozirda ko'plab insonlar shug'ullanmoqdalar. Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda tatbiq etmoqdalar va o'z yurtini dunyoga tanitmoqdalar.

Yurtimizda ham Sharq yakkakurashlari orqali barkamol shaxs tarbiyasiga katta e'tibor berilmoqda. Hozirda ko'plab Sharq yakkakurashlari maktablari, federatsiya va assotsiatsiya faoliyat ko'rsatmoqda. Ular esa, o'z navbatida, yurtimiz yoshlarini barkamol inson etib tarbiyalashga o'z hissalarini qo'shmoqdalar.

Yangi O'zbekiston ham kadrlar tayyorlash tizimida o'ziga xos yo'lga ega mamlakat hisoblanadi. Aqliy va jismoniy yuksaklikka erishgan mutaxassislar tayyorlashda 2020 yil 7 avgustda qabul qilingan O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi Qonuni [1] katta ahamiyatga ega. Qonun moddalariga qo'shimcha va o'zgartirishlar kiritildi. Qonunlarimizda barcha ta'lim massalarida ta'lim-tarbiya orqali yoshlarni o'z kuchlariga ishongan, kuchli bilimga ega bo'lgan, har tomonlama yetuk va mustaqil fikrlaydigan qilib tarbiyalash nazarda tutilgan qilib. Shu bilan birga, mamlakatda jismoniy madaniyat sohasini rivojlantirishning konseptual tizimi ishlab chiqildiki, bu jarayon amalda o'zining nechog'liq asosli ekanligini isbotlab kelmoqda. Yurtimiz yoshlarida barkamol inson sifatlarini yuksaltirish maqsadida joriy etilgan uch bosqichli sport musobaqalari tizimi – "Umid nihollari", "Barkamol avlod" va "Universiada" musobaqalari o'quvchi va talaba-yoshlarni sog'lom turmush tarzi tamoyillari asosida tarbiyalash, ularning sportga qiziqishini, milliy g'urur va iftixor tuyg'usini oshirish borasida beqiyos ahamiyat kasb etdi. Ushbu musobaqalar yosh yakkakurashchilarni saralab olish, ularni terma jamoalarga jalb qilish, ustoz-murabbiylarning malakalarini yanada oshirishda ham muhim ahamiyatga ega bo'ldi.

Ustoz-murabbiylar, hakamlar ushbu musobaqalarda qatnashish jarayonida o'zlarining sohaviy malakasini oshirib bormoqda. Shu sababdan, hech shubhasiz uch bosqichli sport musobaqalari tizimi kadrlar tayyorlash milliy dasturining amaliy ijrosi va yoshlarda barkamol shaxs ko'nikmalarini o'stirish jarayonining uzviy qismi ekanligini e'tirof etish mumkin [3]. Zotan, murabbiylar, hakamlar, sport ustalari va sportchilarning tajriba almashishi, innovatsiya ulashishlari ham jamiyatimizda barkamol shaxs tarbiyasini shakllantirishga doir an'analarning shakllanayotganligi bilan o'lchanadi. Bobomiz Ibn Sino inson hayotida jismoniy tarbiyaning nechog'lik katta ahamiyatga ega ekanligi to'g'risida ham shunday deydi: "Jismoniy mashqlar bilan mo'tadil shug'ullanib borgan kishi davoga muhtoj bo'lmaydi". U badantarbiya turlari: yugurish, tez yurish, sakrash, kurash, qilichbozlik, otda yurish, yoydan o'q otish, tosh ko'tarish kabilar salomatlik uchun naqadar foydaliligi haqida ma'lumotlar beradi. Shuningdek, uning sog'liqni asrash uchun jismoniy mashqlar, tartibli uyqu va to'g'ri ovqatlanish amalga oshirilsa kifoya deb ta'kidlashi ham bejiz emas". Shunday ekan, tarixiy taraqqiyot natijasida shakllangan va asrlar osha sayqallanib kelgan milliy sport o'yinlari, jismoniy mashqlar va yakkakurashlar asosida yoshlarni tarbiyalash, barkamol shaxs tarbiyasiga erishgan millatni shakllantirishning muhim omilidir. Yurtimizdagi jadal islohotlar va o'zgarishlar davrida innovatsion yechimlarning asosi ma'rifat, ta'lim-tarbiya va sog'lom tafakkurga bog'liq ekanligi ma'lum bo'lmoqda. Bu esa ta'lim-tarbiyani zamonaviy pedagogik tajribalar asosida tashkil etishni zaruratini ko'rsatmoqda.

**XULOSALAR.** Xulosa qilganda, yoshlarni har tomonlama barkamol shaxs bo'lib ulg'ayishlarida Sharq yakkakurashlari orqali jismoniy, ruhiy, axloqiy, ma'naviy tarbiyalash, salomatlikni mustahkamlash, sog'lom turmush tarzini targ'ib qilishda yangicha yondashuv asosida ta'lim berish zarurati paydo bo'lmoqda. Barkamol shaxs tarbiyasi boshqa tarbiya shakllari kabi insonni kompleks rivojlantiruvchi tizimning bir qismi hisoblanadi. Bolalar-o'smirlar sport maktablari va Sharq yakkakurashlari o'quvchi-yoshlarida o'z sog'lig'i haqida g'amxo'rlik qilishga o'rgatish, yakkakurashlar bilan shug'ullanish orqali ularda sog'lom turmush tarzini yaratish, qattiyat bilan ishlab, Sharq yakkakurash turlari bilan doimiy, mustaqil tarzda shug'ullanish

malaka-ko'nikmalarini oshirib borish pedagogik jarayonning oliy maqsadidir.

**FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:**

1. Ta'lim to'g'risidagi qonun // 2020 yil 7 avgust.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining "Yoshlarni ma'naviy-axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta'lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida" gi PQ-3907-sonli Qarori / Xalq so'zi 2018 yil 15 avgust.
3. Connell R. Masculinity construction and sports in boy's education: a framework for thinking about the issue// Sport, Education and Society, 2008 – Pp.13, 131-145.
4. Mahkamdjanov K, Salamov R, Ikromov I, Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi. Respublika ilmiy anjuman materiallari –Toshkent, Iqtisod-moliya, 2008. – B.57-58.
5. Матвеев Л.П. Всесторонняя физическая подготовка как условие спортивной специализации: Автореферат, дис. – Москва, 2019. С. 47.
6. Mirziyoev Sh.M. Niyati ulug' xalqning ishi ham ulug', hayoti yorug' va kelajagi farovon bo'ladi. – Toshkent: O'zbekiston, 2019. – B. 400.
7. Abdullaev A, Xonkeldiev Sh.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. – T.: O'zDJTI nashriyot-matbaa. 2005. – B 5, 23, 54, 63.
8. Avloniy A. Turkiy guliston yoxud axloq. – Toshkent. B. 11.