

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14174479>

KURASH SPORTINING QOIDALARI

Suyunov Tohir Nomoz o'g'li

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM assistent o'qituvchisi

ANNOTATSIYA

Ushbu maqolada kurash sportining qonun-qoidalari haqida ma'lumot berilgan. Kurash sportining barcha bilishi kerak bo'lgan, ayniqsa, professional va xavaskor kurashchilar uchun muhim qoidalar bayon etilgan.

Kalit so'zlar. *Kurash, sport, chidamlilik, mahorat, musobaqa, an'anaviy qadriyat, sport etikasi, xalqaro standart.*

ПРАВИЛА СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ

АННОТАЦИЯ

В этой статье представлена информация о правилах борьбы. Важные правила борьбы, которые должен знать каждый, особенно борцы-профессионалы и любители.

Ключевые слова: *Борьба, спорт, выносливость, мастерство, конкуренция, традиционные ценности, спортивная этика, международный стандарт.*

RULES OF THE SPORT OF WRESTLING

ANNOTATION

This article provides information about the rules of wrestling. Important rules of wrestling that everyone should know, especially for professional and amateur wrestlers.

Keywords: *Wrestling, sport, endurance, skill, competition, traditional value, sports ethics, international standard.*

Kirish.

Kurash sporti – qadimiy xalqona sport turi bo‘lib, kuch, chidamlilik va mahoratni talab qiladi. U O‘zbekistonda keng tarqalgan va xalqaro miqyosda ham ommalashmoqda. Kurash musobaqalari an’anaviy qadriyatlar va sport etikasi bilan sug‘orilgan. Ushbu maqolada kurash sportining qoidalari, xalqaro standartlar va ularning tatbiq etilishi tahlil qilinadi. Ushbu tadqiqot kurash qoidalari bo‘yicha sportchilarning bilimini oshirish va kelajakda xalqaro arenalarda natijalarni yaxshilash maqsadida amalga oshirildi.

Usullar.

Kurash —sport turi, belgilangan qoidaga muvofiq ikki sportchining yakkama-yakka olishuvi. Kurashish san’ati ko‘p xalqlarda qadim zamonlardan buyon ma’lum. Kurash ayniqsa Yunonistonda keng tarqalib, qadimgi olimpiada musobaqalaridan doimiy o‘rin olib kelgan. Ishlatilgan usullarga bajarilishiga mos ravishda “chala”, “yonbosh”, “halol” baholari, qoidaga zid harakatlarga esa “tanbeh”, “dakki”, “g‘irrom” jazolari beriladi. Kurashuvchi “halol” bahosini olsa (yoki raqibi “g‘irrom” bilan jazolansa) bu uning g‘alabasini bildiradi. Ikki bor “yonbosh” bahosini olish (yoki raqibining ikki bor “dakki” deya jazolanishi) ham g‘alabani anglatadi [1].

Ushbu tadqiqot davomida kurash sporti qoidalarining turli jihatlari o‘rganildi.

Adabiyotlarni tahlil qilish: Kurash sporti bo‘yicha yozilgan manbalar, xalqaro va milliy qoidalar to‘plami va O‘zbekiston Kurash federatsiyasi tomonidan chop etilgan qoidalarga asoslanib tadqiqot olib borildi.

Kuzatish usuli: Kurash musobaqalari kuzatilib, ularning o‘tish jarayonida hakamlik qoidalari, sportchilarning texnikasi va amaliy qoidalar ko‘rib chiqildi.

So‘rovnoma: Kurash bo‘yicha professional murabbiylar va sportchilar bilan suhbat va so‘rovnomalar o‘tkazildi, ular kurash qoidalari haqida o‘z fikrlarini bildirdilar.

Natijalar.

Tadqiqot davomida kurash sportining xalqaro va milliy darajada qo‘llaniladigan qoidalari aniqlandi.

Qoidalar umumiy mazmuni:

Musobaqa maydoni: Kurash 10x10 metrli gilam maydonida o'tkaziladi. Hakamlar sportchilar faoliyatini nazorat qilish uchun markaziy va yon tomondan joylashgan bo'ladi.

Vazn toifalari: Musobaqalarda erkak va ayollar uchun turli vazn toifalari mavjud bo'lib, sportchilar ushbu toifalarga muvofiq guruhlariga ajratiladi.

Asosiy qoidalar:

G'oliblikni belgilash: Kurashda g'oliblik uchun "halol" yoki "yonboshlatish" texnikalari qo'llaniladi. Agar sportchi raqibini to'g'ri va barqaror holda yerga yotqizsa, u "halol" hisoblanadi va to'g'ridan-to'g'ri g'alaba bilan tugaydi.

Ball tizimi: Ba'zi hollarda "yonboshlatish" texnikasi qo'llanilganda kichik ballar beriladi va musobaqa oxirida ballari ko'proq bo'lgan sportchi g'olib deb e'lon qilinadi.

Jarima va ogohlantirishlar:

Ogohlantirish: Sportchilar noto'g'ri uslublar yoki raqibga zarar etkazadigan harakatlar uchun ogohlantiriladi. Bir necha marta ogohlantirishlar olib, jarima ballariga ega bo'lishi mumkin.

Diskvalifikatsiya: Sportchi qo'pol yoki nomaqbul harakatlar qilgan taqdirda diskvalifikatsiya qilinishi mumkin, bu sportchining musobaqadan chetlatilishi bilan tugaydi.

Muhokama.

Kurash sportining qoidalari sportchining jismoniy va ruhiy tarbiyasini shakllantirishga qaratilgan. Tadqiqot davomida kurash qoidalari turli xalqaro musobaqalarda va milliy musobaqalarda bir xilda qo'llanilishi zarurligi aniqlandi. Xalqaro kurash federatsiyalari qoidalarni standartlashtirish orqali sportchilarning natijalarini baholashda adolat va aniqlikni ta'minlashga intiladi.

Qoidalarni aniq bajarish va hakamlar malakasini oshirish natijasida sportchilarning musobaqalarda adolatli baholanishi ta'minlanadi. Shu bilan birga, xalqaro qoidalarning milliy musobaqalarda qo'llanilishi sportchilarning jahon arenalariga chiqishi uchun tayyorgarligini yaxshilaydi.

Xulosa.

Kurash sporti qoidalari sportchilar o'rtasidagi adolatli raqobatni ta'minlash va sportning madaniyatini shakllantirishda muhim o'rin tutadi. Qoidalarning xalqaro darajada umumlashtirilishi kurash sportining rivojlanishi va sportchilarimizning xalqaro musobaqalarda muvaffaqiyatli ishtirokini ta'minlaydi. Kurash sporti qoidalarini sportchilar va murabbiylar orasida kengroq o'rgatish va tarqatish orqali bu sport turini yanada ommalashtirish mumkin.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. Ibragimov Zafar Temirovich. Kurash sport turi qoidalari. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. Fevral 2023.
2. Yusupov K., Kurash, Toshkent-1999.
3. Mo'minov A., Prezident. Sport. G'alaba! Toshkent-2001.
4. Z.Bakiyev Erkin kurash nazariyasi Toshkent-2018.
5. Botirovich, X. S. (2024). RAQAMLI MUHITDA O'QITISH TEXNOLOGIYALARI VA MODELLARI. *Modern education and development*, 11(3), 155-161.
6. Sunatov, J. R., Shamatova, G., & Maxmanazarov, O. (2024). TA'LIMDA KOMPYUTER TEXNOLOGIYASIDAN FOYDALANISH (MS POWERPOINT AMALIY DASTURIY TA'MINOT MISOLIDA). *Talqin va tadqiqotlar*, (28).
7. Raxmonov, X., & Sunatov, J. R. (2022). O'ZBEK TILI KOMPYUTER LINGVISTIKASI YO'NALISHIDA OLIB BORILGAN ILMIY TADQIQOTLAR. *COMPUTER LINGUISTICS: PROBLEMS, SOLUTIONS, PROSPECTS*, 1(1).
8. Botirovich, X. S. (2024). KOMPYUTER LINGVISTIKASINING BUGUNGI KUNDA JAHONDAGI AHAMIYATI. *GOLDEN BRAIN*, 2(16), 26-30.
9. Sunatov, J. R., Rustamov, R., & Dustmurodova, M. (2024). KOMPYUTER LINGVISTIKASIDA FONETIK TAHLIL JARAYONI. *Modern Science and Research*, 3(5), 191-195.

10. Baxtiyorovna, B. T. (2024). THE ROLE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN EDUCATION. *Ta'lim innovatsiyasi va integratsiyasi*, 31(2), 84-86.
11. Botirovich, X. S. (2024). AVTOMATLASHTIRISH TIZIMLARIDA SUN'IY INTELLEKTNI QO'LLASH. *GOLDEN BRAIN*, 2(19), 66-70.
12. Sunatov, J. R. (2023, December). TA'LIMDA RAQAMLI TEXNOLOGIYALARNING O'RNINI. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE on the topic: "Priority areas for ensuring the continuity of fine art education: problems and solutions"* (Vol. 1, No. 01).
13. Abduvaliyev, A. A., & Sunatov, J. T. (2024). IQTISODIYOTNI RAQAMLASHTIRISHDA TREND MEZONIDAN FOYDALANISHNING NAZARIY ASOSLARI. *Экономика и социум*, (2 (117)-1), 69-73.
14. Botirovich, X. S. (2024). ONLAYN TA'LIM. *GOLDEN BRAIN*, 2(19), 61-65.
15. Botirovich, X. S. (2024). AVTOMATLASHTIRISH TIZIMLARIDA SUN'IY INTELLEKTNI QO'LLASH. *GOLDEN BRAIN*, 2(19), 66-70.
16. Egamberdiev, K. (2016). Eyes and lenses: A comparison and differences. *Journal of Multimedia Information System*, 3(2), 43-46.
17. Buvrayev, E. R., Mamatov, A. S., Jumaboyeva, L. S., Safarov, K. D., & Mamatova, G. Y. (2023). RUX (II) NING TRIAZIN XOSILALARI VA SISTEIN ASOSIDAGI ARALASH LIGANDLI KOMPLEKS BIRIKMALARINI KVANT-KIMYOVIY HAMDA SPEKTROFOTOMETRIK ANALIZI USULIDA BAHOLASH. *Центральноазиатский журнал образования и инноваций*, 2(5 Part 3), 45-47.
18. Kayumova, N., & Fayziyeva, S. (2022). USING SOFTWARE THAT CREATOR COMPUTER NETWORK MODELS. *CENTRAL ASIAN JOURNAL OF EDUCATION AND COMPUTER SCIENCES (CAJECS)*, 1(2), 61-65.