



Ministry of  
Innovative development  
of the Republic of Uzbekistan



# “СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР”

мавзусидаги халқаро ҳамкорлар иштирокида Республика  
илмий рецензияланган онлайн-конференцияда фаол  
иштироки учун

*Акрамова Турхона*

## СЕРТИФИКАТ

билан тақдирланади  
БухДУ ректори:  О.Х. Хамидов



O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLYI VA O'RTA MAXSUS  
TA'LIM VAZIRLIGI




O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
INNOVATSION  
RIVOJLANISH VAZIRLIGI

# SPORTDA VA YOSH AVLOD JISMONIY TARBIYASIDA INNOVATSION TEXNOLOGIYALAR

Respublika ilmiy retsenziyalangan  
onlayn-konferensiya

## MATERIALLARI



BUXORO  
DAVLAT  
UNIVERSITETI

29-sentabr 2021-yil

**ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ  
ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ**

**БУХОРО ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ**

**ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ФАКУЛЬТЕТИ**

**СПОРТДА ВА ЁШ АВЛОД ЖИСМОНИЙ ТАРБИЯСИДА  
ИННОВАЦИОН ТЕХНОЛОГИЯЛАР**

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СПОРТЕ И ФИЗИЧЕСКОМ  
ВОСПИТАНИИ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ**

**INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN SPORT AND PHYSICAL  
EDUCATION OF YOUNG GENERATION**

**Республика илмий рецензияланган онлайн-конференция  
2021 йил 29 сентябрь**

**Бухоро - 2021**

4.Бизнинг экспериментал психологик тадқиқотимиз натижалари шуни кўрсатмоқдаки, шахс шаклланишини ўлчовчи барча параметрлар ўзбек кураши машғулоти билан фаол шуғулланмайдиган назорат гуруҳидаги ўқувчиларга нисбатан ижобий жиҳатдан аҳамиятли даражада намоён бўлди.

**Адабиётлар:**

1. Абдурасулов Р.А. Шарқ яккакураши ва шахс тақомили. Монография.-Тошкент: Фан, 2008. 7,25 б.т.

2. Абдурасулов Р.А. Ўқувчи шахсини шакллантиришда спорт машғулоти ларининг ўрни. Монография.-Тошкент.: Фан ва технология. 2013. 12,7 б.т.

3. Абдурасулов Р.А. Ўқувчи-спортчиларнинг спорт интилишлари. //Халқ таълими журнали. 2009/2. -Б.62-65.(19.00.06; №17).

4. Гайнутдинов Р.З. К вопросу изучения некоторых личност-ных свойств студентов института физической культуры. / Теория и методика физического воспитания (сборник научных статей. ТГПИ им. Низами, том 160). -Ташкент. 1976. -С.127-132.

5. Мельников В.М., Ямпольский Л.Т. Введение в экспериментальную психологию личности.-М.: Просвещение. 1986. 319 с.

**BARKAMOL YOSHLAR TARBIIYASIDA KO'PKARI SPORT MUSOBAQALARINING O'RNI**  
10.53885/edinres.2021.10.77.015

**Kurbanov Djurabek Ismatovich**  
Buxoro davlat universiteti, Buxoro, O'zbekiston  
**Akramova Gulhayov Mexriddin qizi**  
Buxoro davlat universiteti, Buxoro, O'zbekiston

**РОЛЬ КУПКАРЫХ СОРЕВНОВАНИЙ В РАЗВИТИИ ГАРМОНИЧНО РАЗВИТОЙ  
МОЛОДЕЖИ**

**Курбанов Джурабек Исмаатович**  
Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан  
**Акрамова Гулхайё Мехриддин кизи**  
Бухарский государственный университет, Бухара, Узбекистан

**THE ROLE OF KUPKARI COMPETITIONS IN THE DEVELOPMENT OF  
HARMONIOUSLY DEVELOPED YOUTH**

**Kurbanov Djurabek Ismatovich**  
Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan  
**Akramova Gulhayov Mexriddin qizi**  
Bukhara State University, Bukhara, Uzbekistan

**Kalit so'zlar:** Chavandoz, jo'mard, uloq, Ko'kbo'ri Kok-pari, Bo'zkashi, Kozlodranie.

**Anotatsiya**

Ko'pkari O'zbekistonda ko'pincha xalq sayllari, bayramlar va to'ylar munosabati bilan tantananing oxirgi kuni uyushtiriladi. Bunday musobaqalar yoshlarning kelajakda mard, erchil bo'lib voyaga etishlarida, ayniqsa, o'spirin chavandozlar uchun ko'pkari sirlarini o'rganishda tajriba maktabi vazifasini o'taydi.

**Ключевые слова:** Всадник, щедрый, коз, Кокбори Кок-пари, Бозкаши, Козлодрание.

**Аннотация**

В Узбекистане купкари часто отмечают в день государственных праздников, торжеств и свадеб. Такие соревнования служат экспериментальной школой для

молодых людей, которые в будущем вырастут храбрыми и ловкими, особенно для юных гонщиков, которые познают секреты купкари.

**Keywords:** Rider, generous, capricorn, Kokbori Kok-pari, Bozkashi, Kozlodranie.

#### **Annotation**

In Uzbekistan, Kupkari is often celebrated on the last day of public holidays, celebrations and weddings. Such competitions serve as an experimental school for young people to grow up brave and agile in the future, especially for young riders to learn the secrets of kupkari.

Ko'pkari ajdodlarimizning qadimiy va ommaviy tomoshalaridan biri. Musobaqa maydonida bedovlarning qahr bilan kishnashi, chavandozlarning vajohati, tomoshabinlarning yurak hovuchlab o'yinni kuzatishi, qariyalarning esonlik-omonlik tilab, fotihaga qo'l ko'tarishi, bakovullarning ovozasini, bilimdonligi, voqealar rivojini o'z vaqtida ko'ra olishi – hamma-hammasi ko'pkarini chinakamiga san'at darajasiga ko'taradi, yuksak badiiy saviyadagi qiziqarli maydon tomoshasiga aylanishini ta'minlaydi. To'da-to'da otlarning pishqirishi, qamchining havoda aylanishi, "ha, halolla, azamat" deb hakamlarning og'iz yirib baqirishi, chor-atrofdagi son-sanoqsiz tomoshabinlarning olazarak ko'zlari bilan g'olib chavandozni qidirishi chavandozlarga ruh, maydonga ko'tarinkilik, vujudlarga hishayajon, jo'shqinlik va o'zgacha tarovat bag'ishlaydi.

Qamchini etik qo'njiga tiqib olgan, yugan uchini egar boshiga ilib uloqqa uzalgan chavandozni hech kim shaxdidan qaytara olmaydi. Chunki, tanti, jo'mard bahodirlar o'z oriyatini elning g'ururiga bag'ishlaydilar. Otlari ham o'zlariga yarasha malakaga ega, o'ta chopqir, baquvvat, maydonga kirganda to'dani yorib o'tadigan, egasiga quloq soladigan, uning tilini tushunadigan, hiylalarini tezda anglashga qodir. Shuning uchun ham, uloqda chavandoz va ot bir-biriga monand ravishda bir maqsad sari harakat qilib, xalq olqishiga sazovor bo'ladi. Ko'pkarining mo'jizaviy qudrati ham ana shunda.

Ko'pkari o'yinlari vatanimizdan tashqari Qirg'iziston, Tojikiston, Turkmaniston, Qozog'iston, Afg'oniston, Pokiston, Mo'g'uliston va qisman Ozarbayjonda ham uyushtirilib kelinadi. Ular orasida eng ommalashgan ko'pkari (uloq) o'yini biz o'zbeklarda "Ko'pkari", "Uloq", "Ko'kbo'ri" deyilsa, qirg'izlarda "Kok-pari", forsiy tilda so'zlashuvchi qavmlarda "Bo'zkashi" (tortishish o'yini), rus xalqlarida esa "Kozlodranie" deb yuritiladi. [1]

Ko'pkari O'zbekistonda ko'pincha xalq sayllari, bayramlar va to'ylar munosabati bilan tantananing oxirgi kuni uyushtiriladi. Chavandozlar ko'pkari o'tkaziladigan qishloq tomon bir necha kun avval yo'lga tushadilar. Mehmon chavandozlar qo'nim topgan xonadonlarda tunning yarmigacha ko'pkari haqidagi ajoyib-g'aroyib afsonalar, latifalar, hazil-mutoyibalar avjiga chiqadi, musobaqada ishlatiladigan qoidalar va yangi atamalar haqida qizg'in bahslar bo'ladi. Olamdan o'tgan marhum ustoz chavandozlar esga olinadi, kuchli va tajribali chavandozlarning tantiligi, jo'mardligi maqtaladi, yaxshi otlarning hislatlariga tasannolar aytiladi. Mahalliy baxshilar ijrosida dostonlardan parchalar va termalar tinglanadi. Bu kabi suhbatlar maydonda har doim kamtarin, vazmin va asosiysi halol bo'lishga undaydi. Shu kuni otlarga ham alohida e'tibor beriladi. Mo'ljalidan ortiq suv yoki em berilmaydi, yomon ko'zlardan asraladi. Hech qachon qamchi bilan otning boshiga urilmaydi. Har bir chavandozning maxsus tayyorlangan kiyimlari: boshni qamchi yoki boshqa xavfli tasodifiy zarbalardan saqlaydigan telpagi, ustida po'stini, shimi, oyog'ida etigi, qo'lida qamchisi bo'ladi. To'yning oxirgi kuni xalqqa osh berilgandan so'ng chavandozlar ko'pkari o'tkaziladigan maydon tomon yo'l oladilar. Tomoshabinlar hammadan oldin bu yerga yetib kelib, o'zlariga qulay tepaliklardan joy olishadi va maydondagi o'z chavandozlarini har tomonlama qo'llab- quvvatlab, uloq uchun kurashda g'alabaga undaydilar. Toyponga hamma yig'ilgach, otlarni qizdirib olish uchun "qoqma" o'yini o'tkaziladi.[2]

Asosan yosh chavandozlar ishtirok etadigan bu ko'hna udumda qatnashchilar soniga qarab maydonga navbati bilan ikkita yoki uchta uloq tashlanadi. Yoshlar uni to'dadan ajratib olib chiqish uchun o'zlarining nimaga qodir ekanliklarini sinab ko'radilar. Ushbu vazifani uddalay olganlarga uloq sovrin sifatida beriladi. Bunday musobaqalar yoshlarning kelajakda mard, epchil bo'lib voyaga etishlarida, ayniqsa, o'spirin chavandozlar uchun ko'pkari sirlarini o'rganishda tajriba maktabi vazifasini o'taydi. "Qoqma" nihoyasiga etgach, otlar sovutiladi. Endi haqiqiy ko'pkariga gal keladi. Unda har qanday chavandoz ham qatnasha olmaydi. Chunki, ko'pkarining o'ziga yarasha yozilmagan, hamma uchun barobar bo'lgan qonunlari bor. Musobaqa boshlanishidan oldin bakovulboshi hammaga qarata; "g'irromlik qilmaysan, tag'in egarga bog'lab yoki o'g'rincha qayish o'tkazib uloqni qo'lga kiritaman deb o'tirma! Halol tashlashing, zotini ayamayman! Zotiga ellik ming so'm pul va bitta qo'chqor qo'yildi" deb e'lon qiladi. So'ngra uloq olib kelinib, otlarga hidlatiladi. Uloqning havosi bor, otlarga shu havo madad beradi, bunday vaqtlarda otlar faqat g'alabaga intiladi, deyishadi. Chavandozlar to'dasidan uloqni olib chiqib ketish har kimga ham nasib etavermaydi. Tolotumda ot ustidan egilib, uloqni shahd bilan bir hamlada ko'tarib olish, boshqalar har qancha chiranib tortganda ham ularga bermay otga o'ng'arish, ustalik bilan uzangiga bекitib, taqimiga bosgan holda davradan ajratib olish uchun chavandoz butun borlig'i bilan harakat qiladiki, bu uzoq yillik tajriba, mahorat va hunardan darak beradi. G'alabaga ishtiyiqi baland bo'lgan mohir chavandozlar og'ir vaziyatlarda ham chayirlik qilib, chidam va shahd bilan o'zining xilma-xil usullarini, hunar va ilmlarini qo'llaydilar. O'yin so'nggida bakovulboshi rahbarligidagi hakamlar g'olib chavandozlarga sovrinlarni ulashadilar. Ko'pkarida sovringa echki, novvos, ho'kiz, tuya, ot, televizor, ayrim hollarda yengil avtomashina ham qo'yiladi. Ba'zi xonadonlar to'ylarida esa kalish, maxsi, etik, gazlama, kigiz, gilam, polos va shunga o'xshash mollar qo'yiladi.[3]

O'zbekistonda ko'pkarining "Uloq ayirish", "Mehmon keldi", "Qoralig" ko'rinishlaridagi qoidalariga amal qilinadi. "Uloq ayirish" shartiga ko'ra, chavandoz bakovul tomonidan o'rtaga tashlangan uloqni to'dadan olib chiqib, oldindan belgilangan manzilga etkazib bersa, halol hisoblanadi va unga e'lon qilingan sovrinlar tantanali suratda topshiriladi. "Mehmon keldi" shartida sovrin uzoq-yaqindan kelgan mehmonlar, to'y egasining qarindoshlari va qadrdonlari tomonidan qo'yiladi. Bosh hakam uloqni davraga tashlaydi va otiga minib, chavandozlardan taxminan to'rt, besh yuz qadam narida qo'lga bayroq ushlab turadi. [4]

Qaysi chavandoz uloqni bayroqchagacha keltirib bersa, hakamlar boshlig'i "halol" deya bayroqchasini yuqoriga ko'taradi. Ko'pkarining so'nggida o'tkaziladigan "Qoralig" sharti bo'yicha chavandoz uloqni naqd bayroq ushlab turgan bakovul otining oldingi oyog'i tagiga olib kelib tashlashi kerak. Bu chavandozlardan juda katta kuch, mahorat va tajriba talab qiladi. Qashqadaryo viloyatining Shahrisabz, Yakkabog', Chiroqchi tumanlari atroflarida XX asrning o'rtalarida Olovxon polvon, Egamberdi shoxa, Surxondaryoda To'ra qora, uzun O'lan kabilar Qo'ziboy chavandoz, Mavlon, Ro'ziqul, Alpon polvon, Otaqul, Ilyos kabilar shuhrat qozongan, katta obro'ga ega bo'lishgan. Keyinchalik, Xushvaqt, Jalol, Shuqur, Asad, Xurram, Omon dev ismli chavandozlar maydonga chiqishdi. Otabobolarimizning mardu-maydonlik, jasorat, epchillik kabi xislatlarini o'zida ifoda etuvchi qadimiy va hamisha navqiron ko'pkari musobaqalari yoshlarimizda jasurlik, botirlik, uddaburonlik, chaqqonlik, zukkolik, fahm-farosatlilik, aql idrok fazilatlarini kamol toptirishda "hayot maktabi" vazifasini o'taydi. Zero, ko'pkari chinakam oriyatli, g'ururli, shijoatli o'zbek yigitlarining mardonalik timsolidir.

#### **Adabiyotlar.**

1. The Importance Of Physical Education In Times Of Pandemics FI Qo'ziyeva, JR Abitova International Journal of Progressive Sciences and Technologies 25 (2), 119-122.

2. Тураев М.М., Баймурадов Р.С., Файзиев Я.З. Интерактивные методы физического воспитания в вузах/ / Педагогическое образование и наука. № 3, 2020. С. 132-135.

3. Субъективно-динамические особенности ценностного отношения студенток к специальным тестам «Алпомиш» и «Барчиной» И.Т.Хамраев, Х.А.Батиров, Б.К.Ходжаев Инноватика физической культуры и спорта : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, г. Москва 1/ 424-427

4. [Физическая культура в эпосе Алишера Навои](#). М.З.Джураева Педагогическое образование и наука, 2020 103-107.

## **ҲАРАКАТЛИ ҲҲИНЛАР ОРҚАЛИ ҲШ АВЛОДНИ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИ РИВОЖЛАНТИРИШ**

10.53885/edinres.2021.42.53.017

**Қодиров Ш.Н**

Аннотация: Ушбу мақолада ҳаракатли ҲҲинлар орқали Ҳш авлодни жисмоний тайёргарлигини ривожлантириш, жисмоний тарбия тизимида тутган Ҳрни ва таълим жараёнида ҳаракатли ҲҲинлардан фойдаланиш масалалари Ҳритилган.

Калит сўзлар: восита, ҳаракатли ҲҲинлар,соғлом, Ҳш авлод, жисмоний тарбия, жисмоний тайёргарлик.

Спорт ва жисмоний тарбияга эътибор кундан-кунга кучайиб бормоқда. Жисмоний тарбия олдида спортни халқимизнинг ҳаётига кўпроқ сингдириш; Ҳшларни мустақиллик руҳида тарбиялашда жисмоний тарбия ва спортнинг барча турли-туман шаклларида, жумладан, халқ миллий ҲҲинларидан кенг фойдаланиш, инсонларнинг соғлигини яхшилаш ва уларни она-Ватан муҳофафасига тайёрлаш ва шу сингари катта вазифалар турибди. Халқимизнинг миллий ҲҲинлари эса ана шу мақсадда жуда кенг қўлланилиб келинаётган муҳим жисмоний тарбия ва спорт воситаларидан биридир. Шунинг учун халқ миллий ҲҲинларига эътиборни кучайтириш зарурияти янада яққол кўринмоқда.

Миллий халқ ҲҲинлари ўқувчиларнинг халқимизнинг бир неча асрлик маданий бойликлари ҳақидаги тасаввурларини кенгайтиради. Чунки миллий ҳаракатли ҲҲинлар жисмоний тарбиянинг энг таъсирчан усулларида бўлиб, ўқувчиларда ақлий, ахлоқий ва нафосат тарбиясини биргаликда муваффақиятли амалга оширишда муҳим воситадир.

Шунинг учун болалар ҲҲинларининг руҳи, табиати, иштирокчиларнинг ҳатти-ҳаракатлари каби жиҳатларига ҳам эътибор бериш зарур. Бошланғич синф ўқувчилари жисмоний тарбиясини қизиқарли ва фойдали ўтказиш учун миллий ҲҲинлардан фойдаланишда ҳам худди шу хусусиятларга эътибор бериш керак.

Бошланғич синф ўқувчиларида жисмоний тарбия дарсларида қадриятларга муҳаббат уйғотиш, халқ анъаналарини авайлаб-асрашга ўргатиш кўп жиҳатдан ўзбек халқ миллий ҲҲинларидан унумли фойдалана билишга боғлиқ. Чунки миллий ҲҲинлар орқали бола бир томондан жисмоний билимларни эгалласа, иккинчи томондан, уни жисмоний тарбияга қизиқтириш муҳим аҳамият касб этади.

Халқ ҲҲинларига эътибор қаратиш Шарқ халқлари маданиятининг жуда кўп элементларини сақлаб қолишга ва улардан амалий фаолиятда фойдаланишга имконият туғдиради. Қадимги маҳаллий халқларимиз учун анъанавий миллий ҲҲинлар ва миллий беллашувлар улар ҳаётининг ажралмас бир қисми бўлган, улар халқ маросимларида, расм-русумларда ва урф-одатларда мустақил бир соҳа