

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT UNIVERITETI**

**Qo'lyozma huquqida
UDK 796(091)**

QOBILJONOV QOSIMJON QOBILJON O'G'LI

**“XVII-IXX” ASRLARDA MARKAZIY OSIYODA JISMONIY
MADANIYAT TARAQQIYOTI VA UNING ILMIY PEDAGOGIK
ASOSLARI”**

**5A112001-Jismoniy madaniyat va sport mashg'ulotlari nazariyasi va
metodikasi**

**Magistr
akademik darajasini olish uchun yozilgan
DISSERTATSIYA**

Ilmiy rahbar:

p.f.d.,dots. B.B.Ma'murov

Buxoro – 2019

Dissertatsiya Buxoro davlat universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti
Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida bajarilgan

Ilmiy rahbar:	p.f.d, dots. B.B.Mamurov
Rasmiy opponent:	p.f.n.,professor H.A.Botirov
Kafedra mudiri:	Dotsent Q.P.Arslonov
Magistratura bo`limi boshlig`i:	(Phd)A.A.To`rayev
Magistrant:	Q.Q.Qobiljonov

MAGISTRLIK DISSERTATSIYASI ANNOTATSIYASI

Mavzuning dolzarbligi. Bugungi kunga qadar 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo ta'lim-tarbiya tizimidagi ma'naviy-axloqiy, tabiiy, badiiy, iqtisodiy, huquqiy qarashlarga oid bir qator maqola, risolalar e'lon qilingan bo'lsa-da, jismoniy madaniyatga oid karashlar aloxida tadqiqot sifatida o'rganilmagan.

Dissertatsiyaning maqsadi. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaning mohiyatini aniqlash va ulardan ta'lim-tarbiya jarayonida foydalanishga oid tavsiyalar ishlab chiqish.

Dissertatsiyaning o'rganilganlik darajasi. Ajdodlarimiz jismoniy madaniyati va tarbiyasini o'rganishga doir A.K.Ataev, T.S.Usmonxo'jaev, X.A.Botirov, R.S.Salomov, R.D.Xalmuxamedov, K.D.Yarashev, R.Abdukarimov, F.A.Kerimov, B.B.Mamurov kabi olimlar ilmiy tadqiqot ishlarini olib borganlar.

Dissertatsiyaning obyekti. badiiy-ma'rifiy manbalar asosida, 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo ta'lim tizimi tahlili.

Dissertatsiyaning yangiligi. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlar asarlaridagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga doir fikrlar ilk bor to'liq jamlanadi va bir tizimga keltiriladi.

Dissertatsiyaning amaliy ahamiyati. Tadqiqot natijalaridan oliy ta'lim muassasalarida aqliy, ma'naviy-axloqiy, mehnat, jismoniy, nafosat, huquqiy, ekologik, iqtisodiy tarbiya yo'nalishi, tarbiyaviy ishlar jarayonini tashkil etishda unumli foydalanish mumkin.

Dissertatsiyaning metodologik asoslari. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, O'zbekiston Respublikasining «Ta'lim to'g'risida»gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya to'g'risidagi» qonuni, «Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi», «Vijdon erkinligi va diniy tashkilotlar to'g'risida» O'zbekiston Respublikasining Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 17 fevraldagi PQ-2789-son «Fanlar akademiyasi faoliyati, ilmiy-tadqiqot ishlarini tashkil etish, boshqarish va moliyalashtirishni yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi, 2017 yil 24 maydagi PQ-2995-son «Qadimiy yozma manbalarni saqlash, tadqiq va targ'ib qilish tizimini yanada takomillashtirish

chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori tadqiqotimiz uchun metodologik asos bo'lib xizmat qildi.

Tadqiqotchi:

Q.Qobiljonov

Ilmiy rahbar:

B.B.Ma'murov

ANNOTATION OF MASTER'S DISSERTATION

Relevance of the topic. In the 16th-19th centuries, a number of articles and brochures on spiritual, moral, natural, artistic, economic and legal issues in the Central Asian educational system were published, but physical culture was not studied as a separate study.

Dissertation Session Scope. Identify the essence of physical culture and physical training in Central Asia in the 16th and 19th centuries and develop recommendations for their use in the educational process.

Dissertation. A.Ataev, T.Usmonkhodjaev, X.A.Botirov, R.Salomov, R.Dalmukhamedov, K.D.,Yarashev, R.Abdukarimov, F.A Kerimov. B.B.Mamurov to study the physical culture and education of our ancestors.

Subject of dissertation. Central Asian education system analysis in the 16-18th centuries, based on artistic and educational sources.

The degree of dissertation. In the 16th and 19th centuries, ideas about physical culture and physical education in the works of thinkers, who have lived and worked in Central Asia, were summed up and brought to the forefront.

The methodology of the dissertation. The results of the research can be used effectively in the organization of the process of mental, spiritual-moral, labor, physical, elegant, legal, ecological, economic, educational work in higher education institutions

The Dissertation Methods. The Constitution of the Republic of Uzbekistan, the Law of the Republic of Uzbekistan "On Education", the Law of the Republic of Uzbekistan "On Physical Culture" served as a methodological basis for our research.

Researcher:

Kobiljonov K.K

Scientific supervisor:

DSc.Ma`murov B.B

MUNDARIJA

Kirish	7
I-BOB XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATGA OID QARASHLARNI O‘RGANISHNING ILMIY-PEDAGOGIK ASOSLARI	11-13
1.1 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyatga oid qarashlarni o‘rganish dolzarb muammo sifatida	13-28
1.2 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo mutafakkirlari asarlari mazmunidagi jismoniy madaniyatga oid qarashlarning mohiyati	29-38
I-bob bo‘yicha xulosa	38-39
II-BOB XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATNING SHAKL, USUL, METODLARI	39
2.1. Maktab va madrasalar tizimida jismoniy madaniyat usullari	39-54
2.2. Xalq o‘yinlari jismoniy madaniyatning asosiy vositasi sifatida	54-59
II-bob bo‘yicha xulosa	59
III-BOB XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATGA OID QARASHLARDAN FOYDALANISHNING SAMARADORLIGI.	60
3.1. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyatga doir tajriba-sinov ishlarining tashkil etilishi	60-65
3.2. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy tarbiya usularidan zamonaviy ta’lim jarayonida foydalanish yo‘llari	66-67
III-bob bo‘yicha xulosa	67-68
IV. UMUMIY XULOSA	68-69
Tavsiyalar	69-70
V. Foydalanilgan adabiyotlar	70-73

KIRISH

Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati.

Mustaqilligimiz tufayli ko'p asrlik milliy qadriyatlarimizni o'rganish va ulardagi sara fikrlarni yoshlarning ma'naviy-ma'rifiy tarbiyasi yo'nalishiga singdirish imkoniyati tug'ildi.

Yosh avlodni barkamol inson, yuksak axloq sohibi etib tarbiyalashda ma'naviy qadriyatlarning o'rne alohida ahamiyat kasb etadi. Har bir millatning milliy merosi o'sha millat tomonidan yaratilgan moddiy ma'naviy va boshqa barcha turdagi merosni qamrab oladi. Ularning ayrimlari umumjahon xarakterga ega bo'lsa, ba'zilari Shu millat e'tiboridagi meros sanaladi. Milliy meros millatning tafakkuri, dahosi, dunyoqarashi va yaratuvchilik salohiyatining mahsulidir. Milliy meros millat taraqqiyotining turli tarixiy bosqichlarida vujudga kelib millatning o'zi bilan bog'liq bo'lgan boylik hisoblanadi. Shuning uchun ham u millatning o'z kelajagini yaratishda tayanch va tajriba manbai bo'lib xizmat qiladi.

Haqiqatdan ham buyuk tarixiy-ma'naviy ildizlarga ega bo'lgan davlatchiligimiz an'analarini davom ettirish, demokratik tamoyillarga asoslangan davlatni barpo etish jarayoni, jumladan jamiyat a'zolari hisoblanmish yoshlarni har tomonlama yetuk, barkamol inson bo'lib etishishlarida ajdodlar an'anasi va o'tmish qadriyatlari muhim vosita bo'lib xizmat qiladi.

Hozirgi kunda mustaqil mamlakatimizning ijtimoiy-iqtisodiy-ma'naviy yuksalishi yo'lida xizmat qiladigan, ozod va obod, farovon hayot, jamiyatning poydevorini yaratadigan, har tomonlama yetuk, sog'lom, barkamol avlodni tarbiyalash hamda voyaga etkazish ta'lim sohasidagi islohotlarning asosini tashkil etadi. Bu islohotlar esa uzluksiz ta'lim tizimida olib boriladi.

Prezidentimiz ta'kidlaganligidek "Keyingi vaqtda men joylarda bo'lib, hududlarimiz hayoti bilan yanada yaqindan taniShar ekanman, Shunday bir fikrga ishonch hosil qilyapmanki, biz hali yurtimizni, uning o'ziga xos tarixi, madaniyati,

ulug‘ olimu ulamolarini, bebaho ma’naviy merosimizni to‘liq o‘rganganimiz yo‘q”¹.

Bugungi kunga qadar 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo ta’lim-tarbiya tizimidagi ma’naviy-axloqiy, tabiiy, badiiy, iqtisodiy, huquqiy qarashlarga oid bir qator maqola, risolalar e’lon qilingan bo’lsa-da, jismoniy madaniyatga oid karashlar aloxida tadqiqot sifatida o‘rganilmagan.

Shu sababli 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyatning ilg‘or g‘oyalari va usullarini o‘rganish hamda ulardan zamonaviy ta’lim jarayoni va pedagogika fanlari tizimida foydalanish muhim ahamiyatga ega. Shundan kelib chiqib, biz tadqiqot mavzusini “16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat taraqqiyoti va uning ilmiy pedagogik asoslari” deb tanladik.

Mavzuning o‘rganilganlik darajasi: Insoniyatning o‘z tarixi, o‘tmishi, madaniyati, ma’naviyati asoslari, ildizlarini o‘rganish va ulardan keyingi davr rivojlanish yo‘nalishida foydalanishga bo‘lgan qiziqishi asosida o‘z taraqqiyotini belgilovchi omillar yuzaga keladi.

E.K.Meyendorf, N.P.Ostroumov, N.V.Xanikov, P.I.Demezov, T.M.Aminov, V.L.Benin, D.N.Logofetlar turli davrlarda Markaziy Osiyoda madrasalar va ulardagi ta’lim jarayoni bo‘yicha tadqiqotlar olib borishgan.

16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda siyosiy va madaniy hayotni o‘rganishga doir tadqiqotlar E.Bertels, Braginskiy, Pugachenkova, A.Irisov, A.Nosirov, I.Nizomiddinov, B.Axmedov, A.B.Vildanova, P.Ravshanov, A.Asqarov, A.Ziyo, D.X.Jo‘raboev, B.S.Safaralievlar tomonidan amalga oshirilgan.

Shuningdek ajdodlarimiz jismoniy madaniyati va tarbiyasini o‘rganishga doir A.K.Ataev, T.S.Usmonxo‘jaev, X.A.Botirov, R.D.Xalmuxamedov, R.S.Salomov, K.D.Yarashev, R.Abdukarimov, F.A.Kerimov, B.B.Mamurov kabi olimlar ilmiy tadqiqot ishlarini olib borganlar.

Lekin 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda ta’lim tizimi, undagi jismoniy madaniyatga oid ilg‘or fikr va qarashlarni maxsus o‘rganib, hozirgi kundagi ta’lim

¹ Ш.Мирзиёев 2018 й 15 июнь куни бўлиб ўтган "Ижтимоий барқарорликни таъминлаш, муқаддас динимизнинг софлигини асраш – давр талаби" мавзусидаги видеоселектор йиғилишидаги нутқи

jarayoniga tadbiq etish bo'yicha maxsus tadqiqot amalga oshirilmagan. Biz mazkur ilmiy ishimizda ilk bor Kamoliddin Binoiyning "Shayboniynoma", Fazlulloh ibn Ro'zbexonning "Mehmonnomai Buxoro", Muhammad Solihning Tavorixi guzida nusratnoma, Abdulla ibn Muhammad ibn Ali Nasrulloning "Zubdat ul - osor", Hofiz Tanish ibn Mir Muhammad al – Buxoriyning "Sharafnomayi Shohiy" (bu asar "Abdullanoma" nomi bilan mashhur), Muhammad ibn Valining "Bahr ul –asror", Zayniddin Vasifiyning "Badoe ul vaqoe" Muhammad Yusuf Munshiyning "Tarixi muqimxon" asarlarining o'zbekcha tarjimalari, forsiy tabdillariga suyanib Shu davr ta'lim tizimi va jismoniy madaniyatini yaxlit tarzda o'rganishga jazm qildik. Unda jismoniy madaniyatini shakllantirishga yo'naltirilgan xususiy ta'lim, madrasa tipidagi o'quv muassasasidagi ta'lim, oila tarbiyasi tizimlarining mohiyatini atroflicha aniqlashga alohida e'tibor bergan holda tadqiq etishga harakat qildik.

Tadqiqotning maqsadi: "16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaning mohiyatini aniqlash va ulardan ta'lim-tarbiya jarayonida foydalanishga oid tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqot vazifalari: Mavzuga oid tarixiy ilmiy manbalarni o'rganish asosida:

1. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlarning ta'lim-tarbiyaga oid qarashlari va ta'lim tizimidagi ilg'or fikr hamda g'oyalarni aniqlash.
2. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo ta'lim muassasalaridagi jismoniy madaniyat va tarbiyaning shakllari, bosqichlari, uslub va usullarini aniqlash.
3. Yosh avlodni barkamol inson, yuksak axloq sohibi etib tarbiyalashda ajdodlarimizning jismoniy madaniyat va tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlarining ahamiyatini o'rganish.
4. 16-18 asrlarda Markaziy Osiyodagi xalq o'yinlarini mohiyatini o'rganish va ularni tafsiflash.

Tadqiqot ob'ekti: Badiiy-ma'rifiy manbalar asosida, 16-19 asrlarda Markaziy osiyo ta'lim tizimi tahlili.

Tadqiqot predmeti: 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlarning mohiyati va ulardan hozirgi zamon yoshlar ta'lim va tarbiya jarayonida foydalanish shakl, metod va usullari.

Tadqiqot metodlari :

1. Analitik obzor.
2. Tarixiy xronologik tahlil.
3. Qiyosiy tahlil.
4. Pedagogik tahlil
5. Anketa
6. Suhbat.
7. Tadqiqot natijalarini umumlashtirish.

Tadqiqotning tuzilishi va hajmi: Magistrlik dissertatsiyasi kirish, uch bob, xulosa va foydalanilgan adabiyotlar ro'yxatidan iborat.

Himoyaga olib chiqiladigan holatlar:

1. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga oid ilg'or g'oyalar va qarashlar mazmunini tadqiq etish muhim pedagogik muammo ekanligi.
2. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyo madrasalaridagi ta'lim-tarbiya jarayonining mohiyati.
3. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlarning jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga doir g'oya va qarashlarini barkamol yoshlarni tarbiyalash yo'nalishida o'rgatish yo'llari, shakl, metod va usullari.
4. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaning etakchi metod va usullarni tadbiq etish vositasida ta'lim-tarbiya jarayoni samaradorligini oshirish.
5. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlarning asarlarida ifodalangan jismoniy madaniyat va tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlarni ta'lim tizimidagi ta'lim-tarbiya jarayonida qo'llashga doir ilmiy-metodik tavsiyalar ishlab chiqish.

Tadqiqotning ilmiy yangiligi:

16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlar asarlaridagi jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga doir fikrlar ilk bor to'liq jamlanadi va bir tizimga keltiriladi.

Jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga doir fikrlar mohiyatiga qarab tasnif etiladi.

Ta'lim tizimi bosqichlarida ajdodlarimiz tomonidan jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga yo'naltirilgan metod va usullar aniqlanadi.

jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiya jarayonida ota-ona, oilaning va ustoz shogirdlik munosobatlari o'rni va roli maxsus yoritiladi.

Jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlaridan zamonaviy pedagogika va ta'lim-tarbiya jarayonida foydalanish yo'llari ko'rsatildi, ilmiy-metodik tavsiyalar ishlab chiqiladi.

Tadqiqotning ilmiy va amaliy ahamiyati :

Oliy ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya tarixi, harakatli o'yinlar, pedagogika tarixi, ma'naviyat asoslari, valeologiya, Shuningdek, umumiy o'rta ta'lim maktablaridagi vatan tuyg'usi, odobnoma, O'zbekiston tarixi, milliy istiqlol g'oyasi va ma'naviyat asoslari fanlari 16-19 asrlarda markaziy osiyo ta'lim tizimida qo'llanilgan jismoniy madaniyat va jismoniy tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlar asosida ilmiy-uslubiy tavsiyalar bilan boyitildi.

Tadqiqot natijalaridan oliy ta'lim muassasalarida aqliy, ma'naviy-axloqiy, mehnat, jismoniy, nafosat, huquqiy, ekologik, iqtisodiy tarbiya yo'nalishi, tarbiyaviy ishlar jarayonini tashkil etishda unumli foydalanish mumkin.

Tadqiqot natijalarining ishonchliligi va asoslanganligi:

Tadqiqotimizning natijasida hozirgacha mavjud bo'lgan turlicha qarashlar va fikrlarni taqqoslash asosida xulosalar chiqarish, tadqiqotning maqsad va vazifalarini ifoda etishga qaratilgan bir qator metodlarni qo'llash, 16-19 asrlarda markaziy osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlar asarlarining turli tillardagi matnlari, Sharhlar va boshqa qo'shimcha manbalarga ijodiy yondashish asosida

ta'lim-tarbiya tarixiga doir yangi, ilg'or nazariy pedagogik qarashlarga tayanilganligi bilan tavsiflanadi.

Tadqiqotning metodologik asoslari :

O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi, O'zbekiston Respublikasining «Ta'lim to'g'risida»gi Qonuni, O'zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya to'g'risidagi» qonuni, «Kadrlar tayyorlash Milliy dasturi», «Vijdon erkinligi va diniy tashkilotlar to'g'risida» O'zbekiston Respublikasining Qonuni, O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 17 fevraldagi PQ-2789-son «Fanlar akademiyasi faoliyati, ilmiy-tadqiqot ishlarini tashkil etish, boshqarish va moliyalashtirishni yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi, 2017 yil 24 maydagi PQ-2995-son «Qadimiy yozma manbalarni saqlash, tadqiq va targ'ib qilish tizimini yanada takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi qarori tadqiqotimiz uchun metodologik asos bo'lib xizmat qildi.

I-BOB. XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATGA OID QARASHLARNI O'RGANISHNING ILMIY-PEDAGOGIK ASOSLARI

1.1. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyatga oid qarashlarni o'rganish dolzarb muammo sifatida.

Xalqimizning milliy qadriyatlari bo'lgan ma'naviy, madaniy boyliklarimizni tiklash, boyitish, asrab-avaylash, uni kelajak avlodlarga bekamu-ko'st etkazish, ajdodlarimiz tomonidan ko'p asrlar mobaynida yaratib kelingan g'oyat ulkan, bebaho boyligimiz bo'lgan urf-odatlar, marosimlar, xalq o'yinlari, bayramlar hamda milliy qadriyatlarimizning o'rni va mavqe'ini tiklash asosiy vazifalarimizdan biridir. Qaysi jamiyatda madaniy-ma'rifiy va tarbiyaviy tadbirlar oqilona yo'lga qo'yilgan bo'lsa, Shu jamiyat ijtimoiy adolat mezonlari asosida tez rivojlanganligi bizga tarixdan ma'lum.

Hozirgi O'zbekistonning hududlari va unga yaqin bo'lgan qo'shni mamlakatlarning (Qozog'iston, Qirg'iziston, Tojikiston, Turkmaniston, Afg'oniston va h.k.) deyarli ko'p joylarida istiqomat qilgan qadimgi ajdodlarimizning ijtimoiy- madaniy turmushi, ayniqsa, turli marosimlar, an'analar, bayram-sayllami o'tkazishda kurash, ot o'yinlari, dorboz, harakatli o'yinlardan keng foydalanganlar. Ular haqida «O'zbekiston xalqlari tarixi», «O'zbekiston xalqlari madaniyati tarixi» va boshqa ko'pgina darsliklar, ilmiy tadqiqotlarning natijalarida batafsil bayon qilingan.

Bu yo'lda atoqli arxeolog olim Ya.G'ulomov, akademik Qori Niyoziy va boshqalarning ilmiy tadqiqotlari muhim ahamiyatga egadir.

Qadimgi ajdodlarimizning ijtimoiy-madaniy turmush Sharoitida jismoniy tarbiya vositalarining (turli o'yinlar, otda yurish, kurash, nayza uloqtirish va h.k.) qo'llanilishi haqida «Avesto», «Alpomish», «Go'ro'g'li», «Qirqqiz», «Manas», «To'maris» kabi tarixiy manbalar hamda xalq og'zaki ijodi guvohlik beradi.

Hozirgi Markaziy Osiyo hududlarida yashagan eng qadimgi ajdod va avlodlarimizning ijtimoiy-madaniy turmushi haqida ma'lumotlarga oid doimiy

ashyolar ko'p uchraydi. Ularning eng muhimlari Toshkent, Samarqand, Termiz Buxoro va boshqa shaharlardagi tarix, arxeologiya va san'at muzeylarida saqlanib kelinmoqda.

Ajdodlarimizning ijtimoiy hayotida turli xil jismoniy mashqlar, o'yinlar ko'p qo'llanilgan. Ular asosan ijtimoiy mehnat va tarbiya jarayonida keng qo'llanilgan. Rasmiy manbalarga qaraganda mamlakatimizda yashab, hayot kechirgan ilk ajdodlarimiz bundan 40 ming yillar avvalgi davrga to'g'ri keladi. Ular haqidagi ma'lumotlar Samarqand shahrining janubidagi tog'lar orasidagi Omonqo'ton g'ori (1940 y.y.da ochilgan). Surxondaryoning Dalvarzin tepa, Teshik tosh, Afrosiyob (Samarqand), Toshkent viloyatining Sirdaryo sohillari va boshqa joylarda o'tkazilgan arxeologik topilmalar guvohlik beradi.[25.38]

Ajdodlar jismoniy madaniyati milliy qadriyatlarimiz mezonidir. Bu uzoq davrlar davomida shakllanib va rivojlanib hozirgi kunda ular davr taqozosi bilan kengayib boyib borayotgan ijtimoiy-madaniy va pedagogik jarayonga aylanmoqda.

O'zbekiston xalqlari madaniyati tarixi turli manbalarda o'z ifodasini topgan. Ularning mazmuni umumiy madaniyatning tarkibiy qismi sifatida jismoniy madaniyat bilan bog'liq ba'zi bir dalillar, ashyolar bayon etilganligi muhim ahamiyatga ega bo'lmoqda.

Boshqa maqsad va niyatlilar bilan Rossiyadan yurtimizga kelgan olimlar, generallarning tadqiqotlarida o'rganilishi lozim bo'lgan bir qator dalillar bayon etilgan.

Ilmiy ekspeditsiyalar, arxeologik qazishmalar va boshqa faoliyatlarda rus olimlari V.V.Bartold, Va.Vu. Yakubovskiy, V.E.Bertels, O.P.Tolstov, V.V.Grigoryev, R.M.Umnikov, Z.D.Kastelskaya, V.A.Vyatkin, A.Shishkinlar juda ko'p ilmiy meroslar qoldirgan. Keyinchalik ularni o'zbek olimlari Ya.G'.G'ulomov, I.Mo'minov, Qori-Niyoziy, B.Axmedov A.Asqarov kabi ularning tadqiqotlarini rivojlantirdi.Ularning monografiyalari, ilmiy asarlari, o'quv qo'llanmalari, ilmiy maqolalarida qadimgi avlodlarimiz madaniyati keng yoritildi.

Ularning asoslab berishicha ajdodlar madaniyati va taraqqiyot jarayonlari ijtimoiy-iqtisodiy va siyosiy rivojlanish bilan chambarchas bog'lanib kelgan. Bu esa insonlarning madaniy turmush Sharaiti, jismoniy madaniyati ham rivojlanib borganligini tasdiqlaydi. Shunga asosan ajdodlarimizning jismoniy madaniyatini va uning rivojlanish tarixini turli ijtimoiy tuzumlar davridagi madaniyat, ma'rifat, tarixiy voqealar, urf-odatlar, an'analardan alohida ajratib o'rganish qiyindir. Ajdodlar ijtimoiy-madaniy turmush Sharaiti, ma'lum davrlardagi ijtimoiy-siyosiy, iqtisodiy, madaniy va boshqa faoliyatlari tarkibiga kirib ketgan jismoniy madaniyat jarayonlarini hozirgi davr talablari asosida o'tmishga bog'lab o'rganish, uni o'qitish hamda Yoshlarga singdirish maqsadga muvofiqdir.

O'zbekistonning mustaqilligi tufayli, o'tmish tariximizni qayta o'rganish, unga haqiqiy baho berishga imkoniyatlar yaratilmoqda. Shu asosda o'tmish tariximizdagi jismoniy madaniyat va uning rivojlanishidagi bosh sabablardan ba'zi bir tomonlarini esga olish zarurdir. Buning uchun O'zbekiston xalqlari tarixi (eski nashrdagi tomlar), O'zbekistonning yangi tarixi (uch qism), ba'zi tadqiqot natijalari hamda muzeylardagi daliliy ashyolarga bevosita murojaat qilish kerak bo'ladi.

Qadimgi ajdodlar ijtimoiy turmush madaniyati, ayniqsa, sihat-salomatlik, jismonan chiniqish, mehnat hamda uzoq umr ko'rib yashash uchun yaratgan ta'lim-tarbiya jarayonlari «Avesto»da chuqur ma'no va o'rin egallagan.

Qadimgi ajdodlar jismoniy madaniyati xalq og'zaki ijodida, ayniqsa, ko'proq ifodalanadi. Bularni «Alpomish» dostoni misolida tan olishga to'g'ri keladi. «Alpomish» dostonida kurash, otda poyga, kamondan o'q otish merganlik kabi jismoniy sifatlar, vatanparvar va xalq uchun, sevikli yori uchun jonini ham fido qilish kabi eng ulug' insoniy fazilatlar madh etilgan

«Alpomish» dostonining ijtimoiy-tarbiyaviy xususiyati Shundaki, bundan bir necha ming yillar mavjud bo'lgan urf-odatlar, marosimlar, ayniqsa, yigit va qizlarining bir-biriga vafodorligi, jismoniy jihatdan o'ta barkamolligi, dushmanlarga shafqatsiz kurashlari odilona bayon etilgan.

«Go'ro'g'li» to'g'risida o'nlab katta dostonlar mavjud. Ular Markaziy Osiyo, Kavkaz va boshqa hududlarda ham mashhurdir.

Dostonlarning tarbiyaviy jihatlari Shundaki, yigit va qizning muhabbatlari orqali xalq irodasi, an'analar, urf-odatlar mazmunida otda chopish, jang qilish, qilichbozlik , tog', daryo, chakalakzorlarda quvlanib o'tish, kurash, kamondan o'q otish kabi jismoniy faoliyatlar yuqori saviyada madh etilgan. «Qirq qiz» dostonida hozirgi Qoraqalpog'iston hududidagi janglar o'z ifodasini topgan. Bunda o'z ota-onalari, qavm-qarindoshlari uchun o'ch olishda dushmanlar bilan mardonavor jang qilishgan qizlar timsoli tasvirlanadi: «Rustam», «Tohir va Zuhra» kabi xalq og'zaki dostonlarida ham xalq irodasi, yovuz kuchlar va yigit-qizlarining sevgi-muhabbat yo'lida qurbon bo'lganliklari bayon etilishi bilan biigalikda, jasur, botir, pahlavon, chavondozi kabi sifatlar ham o'z ifodasini topgan. .[29.62]

Xalq milliy o'yinlari bir necha yo'nalishlarga ega bo'lib, ularning tarkibida raqslar, laparlar, aytiShuvlar, askiyalar va juda ko'p janrlardagi san'at ancha ustun turadi. Shuningdek, ular qatorida ajdodlardan meros bo'lib kelayotgan qator harakatli o'yinlar va sportga xos o'yinlar ham juda ko'p. Ularni quyidagi asosiy guruhlariga ajratish mumkin, ya'ni:

- 1.Kurash (buxorosha, farg'onacha, xorazmcha usullar).
- 2.Ot o'yinlari (ko'pkari-uloq, poyga, otdan ag'darish,(va h.k)
- 3.Dorboz o'yinlari (dor ustidagi mashqlar, hazil va aytiShuvlar).
- 4.Tosh ko'tarish.
- 5.Arqon tortishish.
6. Kuch sinashish.
- 7.Harakatli milliy o'yinlar.
8. Yugurish musobaqalari (batba).

Bunday o'yinlarning deyarli barchasi ommaviy bayramlar, musobaqalar va to'ylarda keng qo'llanqan.

16-19 asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyatga oid qarashlarni o'rganish uchun o'sha davrdagi tarixiy vaziyat, ijtimoiy-siyosiy hayot va

ma'naviy-ma'rifiy taraqqiyot darajasini o'rganishimiz kerak bo'ladi. Markaziy Osiyoda ilm fan, madaniyat rivojiga ulkan hissa qo'shgan Temuriylar davlat inqirozga yuz tutgach ulkan hududda Shayboniylar sulolasi hukmronlik qila boshlaydi.

Shayboniylar sulolasi» asoschisi (1500-1510), Abulxayrxonning nabirasi, Budoq sultonning o'g'li. Tug'ilganda unga turkiylar odatiga ko'ra ikki ism - Muhammad (arabcha) va Shayboniyxon (turkiycha) ismlari qo'yilgan. Abulxayrxon unga Shohbaxt deb laqab qo'ygan. Shayboniyxon g'oyat katta jismoniy kuchga, harbiy tashkilotchilik qobiliyatiga ega edi. «Boburnoma» asarida esa u «Shayboqxon», ya'ni «kuch-qudrat egasi» deb ataladi. Shayboniy yollanma qo'shin boshlig'idan xon darajasiga ko'tarilgan tarixiy shaxsdir.

U nafaqat sarkarda balki, Shohbaxt, Shoyboq, Sheboni, Shohibek, Shayboniy taxalluslari bilan g'azal, ruboiylar bitgan shoir hamdir. Shayboniyxonning adabiy me'rosidan bizgacha bir nechta o'zbekcha g'azal, ruboiy va «Bahr-ul xudo» (1508-yil 14-may Bastom, Domg'omda yozib tugallangan) nomli dostoni va 1507-1508-yillarda yozilgan o'g'li valiaxd Temur sultonga atalgan pand-nasihatlardan iborat kitobi mavjud (uning yagona nusxasi hozir Turkiyada saqlanadi). U Yoshligida otasi Budoq sulton va onasi Qo'zibegimdan etim qolgach, otasining sodiq xizmatkori Qorachabek oilasida tarbiyalanadi.

Keyinchalik Shayboniyga Turkiston va O'tror hukmdori Muhammad Mazid tarxon homiylik qiladi. Shayboniy yoshligida Buxoro madrasasida ta'lim oladi. Shayboniy Dashti Qipchoqqa qaytib borib lashkar to'plashga muvaffaq bo'lgan. U buyuk davlatni tiklash yo'lida xatti-harakatni dastlab o'z qo'shini bilan temuriylarga yollanma qo'shin lashkarboshisi sifatida xizmat qilishdan boshlagan.

Dastlab Shayboniy parchalangan Amir Temur davlatining shimoliy chegarasida noyiblik qilayotgan homiysi Mazid tarxondan uni o'z xizmatiga olishni so'raydi. Avvaliga bu taklifga rozi bo'lgan Mazid tarxon tezda Shayboniyni o'z hokimiyatiga xavf solishi mumkinligini anglab etadi. Natijada, u Shayboniyni Buxoro hokimi Darvish Muhammad tarxon ixtiyoriga jo'natib yuborish orqali undan qutuladi. Chunki, Darvish Muhammad bunday yordamga muhtoj edi. Uning

xizmatidan boshqa hukmdorlar ham foydalanganlar. Shayboniy o'z qo'shini bilan Mo'g'iliston, Movarounnahr hamda Xorazm hukmdorlariga xizmat qilib, ularning qo'shnilariga va ichki raqiblariga qarshi kurashdi.

Bu kurashlarda Shayboniy o'zining mohir lashkarboshilik qobiliyatini namoyon qiladi. Uning bunday turmush tarzini yozma manbalarning mualliflari «qozoqlik» ya'ni «o'z xalqi va qavmidan ajralib ketgan odamlar, taxt uchun kurashda engilsa-da, ammo o'z huquqidan voz kechmagan va o'z tarafdorlariga boshchilik qilib, vuqoliflari bilan qulay fursat poylab kurashadigan sulola vakili» deb atashgan edi.

Turli hukmdorlarga xizmat qilish Shayboniyga Temuriylar davlatidagi vaziyatni yaxshi bilib olishiga imkon berdi. Movarounnahr hukmdorlari va zodagonlari uning xizmatidan eng ko'p manfaat ko'rishi natijasida Shayboniy Movarounnahr zodagonlari orasida mashhur bo'lib ketgan edi. Shayboniy ko'chmanchi o'zbeklar davlatini qayta tiklash yo'lida kurash olib borgan, biroq „o'zbek-qozoq“ qabilalari tomonidan kuchli qarshilikka duch kelgan. Bu qabilalar Shayboniyxonni qo'llab-quvvatlagan qabilalarni asta-sekin janubga tomon siqib chiqarganlar.

Shayboniy bobosi Abulxayrxon vafotidan parokanda bo'lib ketgan qabilalarni birlashtirdi va beayov qonli urushlar natijasida 1480-yilda ko'chmanchi o'zbeklar davlatini qayta tiklashga muvaffaq bo'ldi. 1487-1488-yillarda Sayram, O'tror va Turkiston shaharlarini hamda qo'rg'onlarni egallab, Movarounnahr yaqinida mustahkam o'rnashib oldi. Bu qo'rg'onlar kelgusida unga Movarounnahrni istilo qilish uchun tayanch vazifasini o'tagan.

Shayboniyxon ko'chmanchilarning jangovar an'analari bilan O'rta Osiyo shaharlarining madaniy yutuqlarini birlashtira olishi uning istilochilik yurishlari muvaffaqiyatli chiqishiga yordam berdi. Shayboniyxon 1497-yilda Movarounnahrda o'zining dastlabki yurishini uyushtirgan. U katta kuch bilan Samarqandga yurish qildi, lekin shaharni ololmasdan, Qarshi va SHahrisabzga hujum qilib katta o'lja bilan qaytib ketgan. Shayboniyxon 1499-yildan Movarounnahrni zabt qilishni boshladi. 1499-yilda u jangsiz Buxoroni va 1500-

yilda temuriylar davlatining poytaxti bo'lmish Samarqandni egallaydi va Sultonali mirzoni qatl ettiradi. 1501-yilda esa Boburni Ko'hak daryosi bo'yidagi jangda engib, Samarqandda uzil-kesil o'rnatib oladi.

U endi katta qo'shin to'plab butun Movarounnahr hududlarini egallash uchun tayyorgarlik ko'ra boshlaydi. Shayboniyxon 1503-yilda Sirdaryoning yuqori tomoniga yurish qilib, Mahmudxon, Ahmadxon va Bobur boshchiligidagi mo'gullar, ularning ittifoqchilari bo'lgan qalmoqlarning birlashgan kuchlariga duch keldi. Arxiyon shahri yonida bo'lgan shiddatli jangda ularni tor-mor keltirib, Toshkent va Shohruxiya shaharlarini ishg'ol qildi. Bu shaharlar hokimligiga amakilari Ko'chkunchi sulton bilan Suyunchxo'jani tayinladi. 1504-yil bahorida Farg'onani ishg'ol qildi. Samarqand shahri - Shayboniyxon davlatining poytaxti etib belgilandi. Shundan so'ng Shayboniyxon ishg'ol qilgan hamma viloyatlarga qarindosh urug'laridan yoki o'zbek qabilalarining yuqori tabaqa vakillaridan hokimlar tayinlaydi.

Shayboniyxon Movarounnahrda o'z ahvolini yaxshilab olganidan keyin 1504-yilda XusravShoh hukmronlik qilib turgan Qunduz shahrini bo'ysuntirdi, so'ngra Xuroson va Xorazm sultoni Husayn Boyqaro davlatini zabt etishga hozirlik ko'rdi. 1504-yilda Shayboniyxon Buxorodan Xorazmga yurish boshladi. O'n oy davom etgan qattiq va shiddatli qamaldan keyin 1505-yilning avgust oyida Urganch egallandi.[43.172]

O'sha yili kuzda Shayboniyxon qo'shinlari Xuroson tuprog'iga bostirib kirib Maymana va Faryobga etib bordi. 1506-yilda esa Balxni, 1507-yil may oyining boshlarida Shayboniyxon Hirotni ishg'ol qiladi. Shundan so'ng Hirot o'zining iqtisodiy, siyosiy va madaniy markaz sifatidagi nufuzini yo'qotdi. Xurosonning bo'ysuntirilishi bilan amalda Muhammad Shayboniyxon butun mintaqani yagona bir markaz - Samarqand qo'l ostida birlashtira oldi. 1508-yil bahorida Shayboniyxon Jon ostonalarda temuriylarning so'nggi qo'shinini tor-mor keltirib, ularning O'rta Osiyodagi barcha ildizlariga barham beradi.

Shu tariqa, u XV asrning ikkinchi yarmidan boshlab temuriylar amalga oshira olmagan vazifani bajara oldi. Shayboniy 1501-yilda yuz bergan «Sarapul jangi»

bilan Movarounnahr taxtini olgan bo'lsa, «Marvichak urushi» bilan butun Xurosonni o'z tasarrufiga kiritdi. 1508-1509-yillarda o'zbek qo'shinlari qozoqlar ustiga hujum qilib, har gal qo'llari baland kelgan. Shunday qilib, Shayboniyxonning temuriylarga qarshi 1500-1509-yillarda olib borgan shiddatli urushlar oqibatida Movarounnahr, Xorazm va Xurosonni o'z ichiga olgan «Shayboniylar davlati» vujudga keldi.

Shayboniyxonning hayot tarixida e'tiborga molik uch muhim nuqta bor. U avvalo, O'rta Osiyoliklarning ichki kuchlariga tayanib yurishlar qilgan va oqibatda chegarasi Amudaryo doirasidan juda uzoqqa cho'zilgan bir mamlakatni barpo etgan buyuk sohibqironlarning oxirgisi edi. Bundan keyingi jangovar yo'l boshchilar, mahorat va hirslari qanchalik katta bo'lsada, bu boradagi baxt-omadga erisholmadilar.

Ikkinchidan, bundan keyin O'rta va G'arbiy Osiyoda qabilalar urushi qat'iy tugadi. O'zbeklar Turon yaylovidan janubiy g'arbga tushgan qavmlarning eng so'ngi qabilasi bo'ldilar.

Uchinchidan, ilk Amu va Sir daryolarining narigi tarafidagi musulmonlar bilan G'arbiy Osiyodagi din qardoshlari o'rtasida juda yaqin bo'lmasada, doimiy bir aloqa bor edi. Temuriylarning inqirozi va halokatlari bilan bu aloqa tamom bo'ldi. Xususan, Safaviylarning shialikni quvvatlashlari sababli aloqa uzilishi yanada chuqurlashdi. Shayboniyning ko'chmanchi qavmlari bilan bu o'lkaning shimol tarafiga yurishi, bunda tamomila ma'lum diniy-ijtimoiy o'zgarish qilgan (shialik tarqalishi) vaqtlarga to'g'ri kelgani uchun Movarounnahr yanada tezroq mustaqil bo'lib oldi: juda qadim zamonlardagi kabi Movarounnahrning suv hududi Turon bilan Eron orasida asosiy bir chegara holini oldi.

Shayboniyxon ruhoniylariga katta hurmat, hatto bolalarcha itoat qilib, barcha urush safarlarida o'zi bilan barobar kichkina go'zal kutubxonasini olib yurar, Temur kabi bu ham Damashq va Halab ulamosi bilan diniy munozaralarga qatnashgan. Qur'onning ba'zi bir oyatlari haqida Hirotning peshqadam tafsirchilari bo'lgan Qozi Ixtiyor va Muhammad Yusufga e'tiroz bildirgan edi.

Shayboniyxoning islom dini borasida yaxshi bilimga ega ekanligini hatto Bobur ham tan oladi.

Shuning uchun bo'lsa kerak Shayboniyxon o'zini chin musulmonlar, ya'ni sunna mazhabidagi musulmonlarning boshlig'i va ularning ximoyachisi deb hisoblardi. Shuning uchun ham Shayboniylar davrida yashagan olimlar xususan, shoir va tarixchilar uni "Xalifa ur-Rahmon" va "Imom az-Zamon" ya'ni "davr imomi" va "tangrining erdagi xalifasi" deb ulug'laganlar. Bu nom Shayboniyxonga Hirot olingan yili (1506) berilgan. Shayboniyxon maorif va madaniyat haqida o'z davrining ruhidan to'la xabardor va hatto maorif jihatidan oldinga Temur shahzodalarning aksaridan past emas edi. Zamonasidagi tengdosh shoirlarning aksariyatidan ortiq darajada qalam sohibi bo'lgan.

Chunki uning she'rlari buyuk bir iqtidor va go'zal tabiatga molik ekanini, u ham turkiy ham forsiy ham arabiy tillardan asosli suratda voqif ekanini ko'rsatmoqda. Sulton Husayn Boyqaroning vafotidan keyin bir siqim donga muxtoj qolgan ko'pgina ulamolar Shayboniydan panohtopdilar. U ulamolarni xizmatga olib, munosib vazifalar berdi. Buxoro, Samarqand, Toshkentda masjidlar, madrasalar solishga amr etdi.

Hatto harbiy yurishlarda ham o'z atrofida bir necha ulamo bo'lgan va bular unga hurmat hamda sadoqat ko'zi bilan qarashgan. Shayboniyxon davlatni iqtisodiy va siyosiy jihatdan mustahkamlash yo'lida qator islohotlar o'tkazdi. Birinchidan u davlat boshqaruvida suyg'ol tizimini joriy etdi, ya'ni zabt etilgan hududlarni boshqarish ishini o'z farzandlariga, qarindosh-urug'lariga, birodarlariga, qabila boshliqlari bo'lgan sultonlarga topshiradi.

Xususan, Balx - SultonShohga, Hisor - Mahdi va Hamza sultonlarga, Andijon - Mahmud sultonga, Qunduz - Ahmad sultonga, Hirot - Jonvafobiya, Marv - Qo'biz naymanga, Toshkent - Suyunxoja, Xorazm - Kepakbiy qushchiga, Samarqand va Kesh Muhammad Temurga, Buxoro va Qorako'l - Mahmud sultonga, Turkiston esa Ko'chkunchixonga taqdim etilgan. Samarqand poytaxt sifatida xon taxtiga o'tqaziladigan joy hisoblangan. U erda xon Sharafga xutba

o'qitilgan va pul zarb etilgan. Ikkinchidan, u mamlakatda er-suvni qaytadan taqsim qildi.

Ko'chmanchi qabila zodagonlari engilgan mahalliy mulkdorlar mol-mulkini musodara qilish, sotish, egasiz qolgan erlarni o'zlariniki qilib olish yo'li bilan mulklarini ko'paytirib oldilar.

Uchinchidan, mamlakat ichida ijtimoiy hayotni tartibga solishga imkon beruvchi islohot ham o'tkazdi. Keyingi 10 yil ichida soliqlar og'irligidan va mulkdorlar jabr-zulmidan er-suvlarini tashlab ketgan xo'jaliklar erlarini ishga tushirish masalasi ko'rib chiqdi.

To'rtinchidan, Shayboniyxon 1507-yilda pul islohotini o'tkazdi. Bunga ko'ra mamlakatning hamma katta shaharlarida vazni bir xil - 5,2 gramm bo'lgan yangi kumush tangalar hamda mis chaqa pullar zarb qilinib muomalaga chiqarildi. Bu islohot iqtisodiyotni tartibga solish va savdo-sotiqni jonlantirish maqsadida o'tkazilgan edi. Ayni paytda bu islohot markaziy hokimiyatning siyosiy va iqtisodiy mavqeini kuchaytirishga, mahalliy hokimlar mavqeini esa kuchsizlantirishga, dehqonlarning soliq to'lash imkoniyatini oshirishga, davlat va xon mulkini ko'paytirishga imkon berdi.

Beshinchidan, Shayboniyxon ta'lim sohasida ham islohotlar o'tkazdi. Bu islohotning o'tkazilishiga amaldorlar guruhini vujudga keltirish va ularni jamiyatning asosiy tayanchiga aylantirish zarurati sabab bo'ldi. Xonlarga va sultonlarga barcha sohalar bo'yicha ilimli, diplomat qobiliyatiga ega bo'lgan amaldorlar zarur edi. Islohotga ko'ra, ko'p bosqichli o'qitish tizimi joriy etildi. Ta'limning quyi bosqichi maktab hisoblandi va bolaga 6 Yoshidan ta'lim beriladigan bo'ldi. Maktabda ikki yil o'qigach o'quvchilar madrasaga o'tkazilardi. Madrasada 3 bosqichli ta'lim joriy etilgan bo'lib, uning har bir bosqichida 8 yildan o'qilardi. Shunday qilib, o'qish 26 yil davom etardi. Shayboniyxon tomonidan amalga oshirilgan bu kabi va boshqa tadbirlar o'z mohiyatiga ko'ra markaziy hokimiyatni mustahkamlashga, Shayboniy xonlari va beklari hukmronligi kuchayishiga xizmat qilishi zarur edi.

Odatda tarixiy voqelik saltanatni xavfsiz ushlab turishni talab etgan, ichki va tashqi siyosatda barqarorlikni ta'min etish zarurati doimo oldinda ko'ndalang turgan vaziyatda, albatta, harbiy boshqaruv davlat ahamiyatiga molik masalaga aylanadi. Boisi tadqiq etayotgan davrimizda davlatlararo nizolarni bo'lmashligiga hech kim kafolat bermas, Shu tufayli o'zaro urushlar hech bir chegara ham, vaqt ham bilmagan. Hattoki, saltanatning ichida ham mustaqillikka intiluvchi kuchlarning mamlakat xavfsizligiga bo'lgan tahdidi ham odatiy hol hisoblanardi. Qolaversa, davlatlar kuchayganda qo'shni mamlakatlarni itoat ettirish havasi mavjud edi. Bunday Sharoitda mudofaaga shaylanish yoki hujum uyushtirish maqsadida harbiy salohiyatni kuchaytirmaslikning imkoni bo'lmagan. Bu davrda mamlakatning tashqi siyosatdagi olib borgan ijobiy ishlari natijasida qo'shni davlatlarning harbiy sohalaridagi rivojlanishining ahamiyati Shayboniylar davlati uchun ham katta ahamiyatga ega edi. Xususan, bu davrda davlat miqyosida harbiy sohani rivojlantirish maqsadida bir qancha ishlar amalga oshiriladi. Jumladan, mamlakat miqyosida to'plar yasash ham keng yo'lga qo'yilgan. XVI asr boshlarida qurol yasashda Samarqand shahrida etakchilik qilgan bo'lsa, keyinchalik bu borada Buxoroda etakchilik qila boshlagan.[41-77]

Muhammad Shayboniyxon Zahiriddin Muhammad Bobur ta'kidlaganidek, zo'r lashkarboshiligi, janglardagi yuksak mahorati, uning tomonidan ko'chmanchi o'zbeklar qo'shinining juda kuchli tarzda va tartib-intizom bilan tuzilganligi, uning qo'shinida raqib tomonini dovdiratib qo'yadigan bir usul bor ediki, bu usulni ular "to'lg'ama" der edi. Bu usul asosan otda jang qilish vaqtida chopib borayotgan otning ustidan tushib, erda otning yonida jang qilishga aytiladi" – deb, yodga olib o'tgan. Bu usulni ko'chmanchi o'zbeklar mo'g'ullarning qo'shin tuzilishidan va ularning jang qilish taktikalaridan o'rganganligini tarixdan ko'rishimiz mumkin.

Shayboniylar davlati boshqaruvida ya'ni, markaziy davlat boshqaruvida yirik sarkardalar va qo'shin boshliqlarining o'rni katta bo'lgan. Bu soha harbiy boshqaruv deb atalgan. Bunga quyidagilar kirgan: nuyon, tug'begi, tavochi, jevachi, qutvol, dorug'a, qo'rchiboshi, mingboshi, qozi askar, qozi mufti, chuhraboshi, to'pchiboshi va boshqa mansab egalari kirgan. Har bir davlatning

tashkil topishida qo'shinning tarkibi, o'zni juda katta. O'z davrida Shayboniylar davlati qo'shini ham o'ziga xos jangovarligi bilan ajralib turardi.

Hofiz Tanish Buxoriy "Abdullanoma"sida Shayboniylar qo'shinining tuzilishi haqida qimmatli ma'lumotlar keltiradi. Xususan, o'zbeklarning qo'shini ham asosan maymana (o'ng flang), maysara (so'l flang), qalb yoki g'ul (markaz)dan tashqil topgan. Qo'shinning oldida yasovul (avanpost yoki kichik razvedka bo'linmasi), qorovul (qo'shinning oldi yon tomonlarida boradigan maxsus bo'linma) turgan. O'z navbatida flanglarning ham ma'lum qanotlari (chanoh) va avangardlari bo'lgan. Markaz (qalb, g'ul) deb atalgan, lekin, asosan, ehtiyot (zahira) vazifasini o'tagan qism butun qo'shinning uchdan bir qismini tashkil etgan va unga xon yoki sultonlardan, yoxud amirlardan biri boshchilik qilgan. Markaz ham bir necha saf (liniya)dan iborat bo'lib, oldingi safda turuvchilar bayroqdor jangchilar (tug'chi) deb atalgan. Bayroq yonida turuvchi qismga ham sultonlardan biri bosh qilib tayinlanar edi. Urush maydonini belgilashga ham alohida et'ibor berilgan. Buning uchun, albatta, suv va boshqa tabiiy qulayliklar bo'lishi Shart bo'lgan. Jang maydonini tanlash va u erda qo'shinni o'zni-o'zniga joylashtirish tovachi deb atalgan amirlar zimmasiga yuklatilgan.[42.83]

Dashti Qipchoq hukmdori Abulxayrxonning harbiy qo'shinini asosan qiyot, mang'it, do'rmon, qushchi, o'tarchi, nayman, tuboyi, toymas, jot, xitoy, qorliq, ushun (usun), qurlovut, echki, tang'ut, tumon-ming, qo'ng'iroq kabi qabilalar tashkil etgan va uning xon qilib ko'tarilishida va harbiy yurishlarida qo'llab quvvatlaganlar.

Podsholikda harbiy boshqaruvning boshida xon turgan. Tabiiyki, hukmdor qo'shinning oliy bosh qo'mondoni hisoblanardi. Xon harbiy yurishni tashkil etish, hujum uyushtirish, qo'shin zaxirasini jamg'arish va askarlarga g'amxo'rlik qilishdi bosh-qosh bo'lgan. U biron-bir davlat yoki viloyatga harbiy yurish uyushtirishdan avval vazirlar, amirlar, sultonlar, dorug'a va qutvollar, no'yonlar, mingbegi, yuzbegi, o'nbegi, bahodir unvonidagi harbiylar va qabila biylari bilan harbiy kengash chaqirgan va safarga tayyorgarlik ko'rish, askarlarni jangga

tayyorlash, yurish kuni, vaqti va muddatini hamda askargohni aniqlash, sulhga kelishish yoki harbiy yurish uyushtirish va uning boshqaruvini tashkil etish kabi masalalarni muhokama qilgan va amirlar roziligi bilan ish tutgan.

Xonlikda harbiy ishlarda qushbегining o'zni salmoqli edi. Uning huzurida 20 kishilik kengash bo'lgan va harbiy ishlarning ko'pi qushbegi roziligi bilan hal bo'lgan.

Mamlakatda muntazam tartibli armiya mavjud bo'lgan. Qo'shin Amir Temur davridagi singari o'ng (arab-maymana, fors-bo'rong'or), chap (arab-maysara, fors-juvong'or) va markaz (qo'l)dan iborat bo'lib, oldindan yasovul (avanspot) va qorovul (qo'shinning oldi va yon tomonlarida boradigan maxsus bo'linma)lar joy olgan. O'z navbatida har bir qanot va qo'lni ham oldida hirovul (avangard) favji bo'lgan. Markaz (qalb, g'ul) deb atalgan. Lekin, asosan, ehtiyot (rezerv) vazifasini o'tagan qism butun qo'shinning uchdan bir qismini tashkil etgan va unga amir yoki sultonlardan biri boshchilik qilgan. Markaz xon boshchiligida bir necha saf (markaz)dan iborat bo'lib, oldingi safda turuvchilar bayroqdor jangchilar (tug'chi) deb atalgan. Ularga tug'boshi boshchilik qilgan. Ba'zida tug'chi qismga o'ttiz ming kishi joylashtirilgan.

Shayboniylar davri manbalarini o'rganish jarayonida Shunday hulosaga keldikki, qo'shin ko'p holatlarda eski tartib bo'yicha besh tartib asosida tashkil etilgan.

Qo'shin o'nlik (ayl), yuzlik (xo'Shun), minglik (xazara) va o'n minglik (tuman) dan iborat bo'lgan. Bunday tuzilmalarga o'nbegi (ayl boshi), yuzbegi (xo'Shunboshi), mingbegi (miri xazara) va tumanbegi bosh bo'lgan. Bular bo'linma nomidan lozim bo'lgan qurol-yarog', ot-ulov, kiyim-kechak, oziq-ovqat va boshqa ishlarda mas'ul bo'lishgan. Jang paytida askarlar boshliqlariga so'zsiz itoat etishgan. Shu bilan qo'shin orasida qat'iy tartib o'rnatilgan. Maosh va tuxfalar berishda ham mansab darajalari hisobga olingan. Jang paytida raqibga nisbatan baxodirlik ko'rsatgan harbiylar jasoratiga qarab, ikkinchi tomondan har bir bo'linmadagi askarlarning iqtidorligi o'nbegidan amirul umarogacha ko'tarilish jarayonini kesib o'tgan. O'nbegi, yuzbegi, mingbegi, tumanbegi va amirlikkacha

harbiy mahorati bilan puxta sinovdan o'tgan amirning qo'shin qo'mondonligi qo'shinning mukammal tarzda yo'lga qo'yilganligini ko'rsatadi. Shu boisdan Temur davridagi singari jangning sir-asrorini, dushmanning ko'p sonli askarlarini sindirish yo'lini bilgan, urush qiziganda o'zini yo'qotib, qo'l oyog'i bo'shashmasdan, lashkar to'dalarini jangga boshlay oladigan, agar qo'shin safiga rahna tushsa uni tezda tuzata oladigan, amirlikka, amir yo'qligida bazmlarda o'rinbosar bo'lib, shon-shavkat bilan butun askarga buyruq berib qarshilik qilganlarni jazolay oladigan kishi amirul-umarolikka tayinlangan bo'lishi tabiiy hol.

Agarda biz XVI asr manbalarini sinchiklab o'rgansak quyidagi qabilalar xon qo'shinlarining asosiy qismini tashkil etganiga guvoh bo'lamiz. Bular qipchoq, major karoit, tuma, qiyot, saroy, kenegas, yuz, ushun, xitoy, do'rmon, mang'it, ming, qo'ng'iroq, nayman, besh yuz, qushchi, xoji, arg'un, o'g'lon va boshqalardir. E'tiborli jihati Shundaki, Shayboniylar qo'shinining har bir qanotini yoki qismlarini alohida-alohida qabilalar tashkil etgan. Jang vaqtida o'ng qo'l o'g'lon, do'rmon, besh yuz, kenegas, markaz tengut, utaji, ukarash-nayman, jot, xitoy, qarluq, kenegas, ichki va so'l qo'l nayman, mang'it, qushchi, ming, arg'un urug'idan chiqqan amirlar va ko'ngilli askarlardan iborat bo'lgan.

Piyodalar ham kamon va miltiq otuvchi merganlar, qilich, chopqilardan iborat bo'lgan. Ular qo'shin qanotlari va markazni oldingi saflarida joylashtirilib, raqib hujumlarini qaytarishga harakat qilishgan. Piyodalar bir-biriga mahkam zanjirlab bog'langan aravalar panasiga joylashtirilib, Shu erdan o'q uzishgan. Tavochilar qo'shin to'plashga borgach, har bir viloyatdan jang aravalarini ham olib keltirishgan. Ko'rinib turibdiki, viloyatlarda aravalarda jang qiluvchi merganlar ham tayyorlangan. Ko'pincha piyodalar qal'alarni olishda hal qiluvchi ahamiyat kasb etgan. Qo'shin soni har bir davr Sharoitidan kelib chiqib o'zgarib turgan.

Bu davr jangchisi temir sovut (baktar), uning ichidan xaftak (maxsus kamzul), boshida xud (asosan lashkar boshida) va kulox, kamon otish uchun barmog'iga shast kiyishgan. Otlarning ustida bargustvon (o'q o'tmaydigan maxsus yopiq) tashlangan.

Jang oldidan askarlar amir tomonidan qat'iy ko'rikdan o'tkazilardi. Qo'shinning sonini xonning xos munshiysi ro'yhatga olgan. Askarlar bilan birga sultonlar, eshik og'alar va chuxra og'alar soni ham aniqlashtirilgan. Ko'rik vaqtida askarlarning tayyorgarlik darajasi va ruxiy tayyorligiga e'tibor berilgan.

Yurishda askarlar oziq-ovqatini va kerakli narsalarini o'zi bilan olib borishgan. Viloyatlarda saqlanuvchi harbiy bo'linma va askarlar ehtiyoji uchun ra'iyat ham oziq-ovqat, kiyim-kechak bergan. Zaxira tugagach xazinadan maxsus vazir qo'shinga g'alla etkazib bergan. Yurish paytida askarlarga xalqni talon-taroj qilishga, ekinlarni payxon qilishlariga yo'l qo'yilmagan.

Safarda lozim bo'ladigan xonning kiyim kechagi, asboblari, chodirlar, oziq-ovqat va paloslar, qurol-yarog' ug'ruqqa solinib yurilgan. Uni qo'riqlash ishiga xon katta ahamiyat bergan. Ug'ruqni egallash g'alaba qilishga katta ta'sir ko'rsatgan.

Yuqorida qayd qilingan qurol aslaha va anjom-jixozlarini manzildan-manzilga ko'tarib yurishning o'zi sipoxdan qanchalik kuch, matonat, jismoniy tayyorgarlikni talab qiladi.

Ko'rinib turibdiki, har bir davlatning qudrati, tinchligi va farovonligini ta'minlashda mustahkam intizomli, chiniqqan qo'shin muhim ahamiyat kasb etadi. Biz yuqorida sanab o'tgan harbiylarning jismoniy tayyorgarligi yuqori darajada bo'lgandagina bu qo'shin g'alaba qozonib, muvaffaqiyatlarga erishgan. Demak harbiylarni tayyorlashda ma'lum bir jismoniy tarbiya usullari, shakl va vositalarini o'z ichiga olgan puxta jismoniy madaniyat tizimi amal qilgan.[19.23]

Barcha "Jismoniy madaniyat va tarbiya tarixi" bo'yicha yozilgan darsliklar, o'quv qo'llanmalarida eng qadimgi davrlardan boshlab, Temuriylar davridagi jismoniy madaniyat va tarbiya to'g'risida mufassal axborotlar bayon qilinib, ma'lum tahlillar amalga oshirilib, so'ngra 19-asrning oxiri va hozirgi kungacha bo'lgan tarixiy davrlardagi ma'lumotlar keng yoritilgan holda 16-19 asr Shuningdek, 19 asrning birinchi yarmi, ya'ni 350 yildan ko'proq davrdagi jismoniy madaniyat va tarbiya to'g'risida ma'lumotlar umuman uchramaydi.

Shu sababli ham biz ushbu davr tarixchilari yozib qoldirgan asarlar mazmunini tahlil qilgan holda 16-asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat va tarbiya tizimi qanday yo'lga qo'yilganligini o'rganib "Jismoniy tarbiya tarixi" kursi uchun ushbu davrlar ma'lumotlarini to'ldirishni maqsad qilib qo'ydik. Bu esa tadqiqotimizning dolzarbligini asoslaydi.

1.2 XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYO MUTAFAKKIRLARI ASARLARI MAZMUNIDAGI JISMONIY MADANIYATGA OID QARASHLARNING MOHIYATI.

Tarihiy manbalardan ma'lumki, XVI asrdan – XIX asrning birinchi yarmigacha O'rta Osiyo hududi uchta xonlikka bo'lingan edi: Buhoro amirligi, Xiva va Qo'qon xonliklari.

Buxoro xonligi. *Davlat boshqaruvi va qo'shin.* Xonlikda hokimiyat huquqi chegaralanmagan xonlar ixtiyorida bo'lib, jamiyat hayoti Shariat qonunlariga asoslangan holda shakllantirilgan edi. Xonlikda shayxulislom katta mavqega ega bo'lgan. U eng yirik ruhoniy va sud ishlarining sardori hisoblanib, jamiyatning ma'naviy hayotini boshqargan. Undan keyingi o'rinda qozikalon (oliy sud) turgan. shuningdek, qo'shin uchun alohida qozi tayinlangan.

Xonlikdagi qo'shin tuzilishiga doir ayrim ma'lumotlarga ko'ra, u asosan otliqlardan tashkil topib, markaz, o'ng va chap qanotlarga bo'lingan. Markaz harbiy qismining oldingi safida bayroqdor jangchilar turgan. Rus manbalarining ko'rsatishicha, xonlik qo'shinida misdan 13 ta kichkina to'p, yetarli darajada porox bo'lgan. XVIII asrning oxirgi choragiga doir ma'lumotlarga qaraganda, xon 10 ming kishi atrofida qo'shin to'plash imkoniga ega edi. XIX asrning boshlarida cho'yandan yasalgan to'plardan foydalanilgan. Mazkur asrning 30-yillarida yollanma askarlarning soni 19 ming kishiga borib, turli shahar va harbiy istehkomlarda harbiy xizmatni o'taganlar. XIX asrning o'rtalarida esa, harbiy qismlarning soni ancha oshib, to'plardan va miltiqlardan foydalanish nisbatan kuchayib bordi. Qo'shinda askarlarning soniga qarab yuzboshi va mingboshi singari harbiy lavozimlar mavjud edi. Umumiy qo'mondonlikni lashkarboshi ado etgan.

Madaniy hayotda ham ancha ishlar qilingan. Xon saroyida nodir asarlarni o'z ichiga olgan kutubxonaning bo'lishi diqqatga sazovordir. Misol tariqida Abdulazizxon va Abdullaxonning kutubxonalari ko'rsatish mumkin. Bu ilm-ma'rifat dargohida mohir xattotlar va musavvirlar ishlab nodir asarlarni tayyorlash va bezashga alohida ahamiyat berilgan. Adabiyot, tarix va boshqa fanlar sohasida qimmatli asarlar yaratilganligi ma'lum.[42-56]

Xiva xonligi. *Davlat boshqaruvi va qo'shin.* Xonlik taxtida eng ko'p o'tirgan xonlardan biri Sayid Muhammad Rahim II (1865-1910) bo'ldi. Xonlikda davlat tuzilishi Buxoronikidan deyarli farq qilmagan. Xon huquqi chegaralanmagan holda davlatni boshqargan. Undan keyingi eng nufuzli lavozim vazir yoki qushbegi hisoblanib, soliqlarni to'plash va umuman xonning barcha topshiriqlarini bajarish bilan Shug'ullangan. Shaharlarni hokimlar va ularning yordamchilari bo'lmish yuzboshilar va oqsoqollar idora qilganlar. Xonlik hayotida shayxulislom (oxun) va mufti salmoqli o'rin egallagan.

Xonlikning qo'shini asosan otliqlardan iborat bo'lib, unga lashkarboshi qo'mondonlik qilgan. Askarlar tinchlik paytlarida dehqonchilik va boshqa kasblar bilan shug'ullanganlar. Bunday askarlikka yozilgan kishilar soni XIX asrning 30-yillarida 40 ming kishiga borgan. Askarlik xizmatidagilar soliqlardan va jamoa ishlaridan ozod etilib, har bir kishi yurishda qatnashganligi uchun 5 oltin tanga olgan. Xonning xohishiga ko'ra o'zini ko'rsatgan harbiy lavozimdagilar 10, 20, 50, 100 va undan ko'proq miqdorda oltin tanga olishgan. Biylarga 50 tangadan 100 tangagacha, yuzboshilarga 10 tangadan 20 tangagacha maosh tayinlangan.

Xon saroyida yaxshi qurollangan 1000 kishi xizmat qilgan. Qo'shinning asosiy qismi qilich, o'q-yoy va nayza bilan qurollangan. Oz miqdorda pilta miltiq va to'plar bor edi. Unda o'zbeklar bilan bir qatorda turkmanlar, qozoqlar va qoraqalpoqlar xizmat qilganlar. Xiva xonligining qo'shini harbiy texnika jihatdan ancha orqada qolib ketgan edi. Xonlikda madrasalar qurishga katta e'tibor qaratilgan. 14 madrasa bunyod etilgan. Mingdan ortiq masjidlar din va xalq xizmatida edi. Maktablarda ham hayot qaynagan. Madrasalarning ko'pligi savodxonlikning ancha yuqori darajada bo'lganligidan darak beradi. Xonlikda

san'at sohasida ham olg'a siljishlar yuz berganligi haqida ma'lumotlar bor. Bu davrda Xiva xonligi uzoq va mashaqqatli yo'lni bosib, siyosiy tomondan ko'proq o'zaro chiqishmovchiliklar va qonli urushlar girdobida hayot kechirdi. XVIII asr va XIX asrning birinchi yarmida xonlikda birmuncha qulay Sharoit yuzaga kelgan bo'lsada, lekin fanva madaniyatning izchillik bilan rivojlanishiga o'zaro yo'l urushlar yo'l bermadi.[42-78]

Qo'qon xonligi. *Davlat boshqaruvi va qo'shin.* Qo'qon xonligidagi hokimiyatni boshqaruv tartiblari Buxoro va Xiva xonliklaridan deyarli farq qilmagan. Bu yerda ham xon cheklanmagan huquqqa ega bo'lib, o'zining xohish-irodasiga ko'ra ish yuritgan. Qo'shinda mingboshi, beshyuzboshi, yuzboshi va o'nboshi lavozimlari bo'lgan. Uning muayyan qismi muntazam xizmatni o'tab, ko'pchiligi tinchlik paytida dehqonchilik, hunarmandchilik va boshqa ishlar bilan Shug'ullangan. Harbiy xizmatni o'tovchilarga bir ot va egar-jabduq berilgan. Yuzboshi bir yilga – 147 so'm, ellikboshiga – 98 so'm, o'nboshiga – 65 so'm, oddiy sarbozga – 48 so'm haq to'langan. Viloyatlardagi qo'shin hokim tomonidan ta'minlangan, poytaxtdagisi hukumat zimmasida bo'lgan. Qo'shin qilich, nayza, piltali miltiq va to'plar bilan qurollangan bo'lib, harbiy mahorat ancha pastlashib ketgan edi. Ichki o'zaro to'qnashuvlar, ayniqsa, Buxoro xonligi bilan urushlar qo'shinning tinkasini quritgandi.[42-112]

XIX asr davomida qimmatli tarixiy asarlar yaratildi. 1822-yili Mirza Qalandar Isfaragiy tomonidan «Shohnoma» asari nihoyasiga yetkazildi. Bu manbada xonlikning tarixiga doir qiziqarli ma'lumotlar keltirilgan.

Xonlikda maktab-madrasalarda savod chiqarish bilan birga diniy va qisman dunyoviy fanlar bo'yicha mashg'ulotlar o'tkazilgan. Ularda ta'lim va tarbiya olgan kishilar orasidan mashhur shoirlar, olimlar yeishib chiqqan.

Ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyot va uchta xonlikda yuzaga kelgan salbiy o'zgarishlar ular o'rtasidagi aloqalarning uzilishi, o'zaro nizolar, tashqi kuchlarning ta'siri va ichki ziddiyatlar bilan bog'lik bo'lgan. XIX asr boshida yuz bergan ma'lum iqtisodiy jonlanish Afg'oniston, Eron, Xitoy, Misr va Rossiya bilan o'rnatilgan iqtisodiy aloqalarga borib taqaladi. Xonliklarda tashqi mamlakatlar bilan iqtisodiy

va diplomatik aloqalarni rivojlantirish bilan birga adabiyot, san'at, tarix va boshqa muhim ijtimoiy fanlar, me'morchilik va hunarmandchilik sohalari ravnaqiga katta e'tibor berilgan.

Xonliklarning ijtimoiy-siyosiy va madaniy hayotiga asketizm (yunoncha *askesis* - his-tuyg'ular ta'siri va dunyoviy hayot tarzidan voz kechish da'vatiga tayangan diniy tamoyil) diniy aqidalariga asoslangan musulmon dini katta ta'sir ko'rsatib kelgan. Xonliklarda ta'lim tizimi faqat diniy o'quv muassasalaridan iborat bo'lgan. Ta'lim muassasalarining asosiy turlariga boshlang'ich ma'lumot beradigan maktab hamda o'rta va oliy diniy ta'lim beradigan madrasalar kirgan edi. Madrasalarda talabalar diniy falsafa, arab tilining grammatikasi, musulmon huquqlari, mantiq ilmlarini o'rganishgan. Maktab va madrasalarda jismoniy tarbiya darslari bo'lmagan. Jismoniy mashq bajarish, hatto serharakat o'yinlar o'ynash ham ruhsat etilmagan.

Shunga qaramasdan, xalq o'zlarining milliy o'yinlarini tashkil qilishni davom ettirdi. Kurash, poyga, uloq, darbozlik, akrobatika, harakatli o'yinlar keng tarqaldi. Navro'z, hosil bayrami va boshqa udumlaiga bag'ishlangan xalq sayllari hamda katta to'ylarda polvonlarning bellashuvi, mohir Chavandozlarning chaqqonligi, darboz o'yinlari, arqon tortishish, tosh ko'tarish kabi o'yin va namoyishlari hammani hayratga solar va juda qiziqarli bo'lgan.

Markaziy Osiyo hududida yashagan ajdodlarimizdan meros qolgan juda ko'p boy manbalar mavjud. Bunday tugamas boyliklar orasida jismoniy madaniyat alohida ahamiyat kasb etadi. Jismoniy madaniyat insonlarni bolalikdan sog'lom qilib o'stirish, ularning jismoniy va madaniy kamolotini ravnaq toptirishi, sog'lom turmush kechirish, mehnat qobiliyatini oshirish, uzoq umr ko'rishga ko'maklashuvchi muayyan faoliyatdir. Bunda ajdodlarimizning ov qurollarini yasash, tog', daryo, cho'llarda vahshiy hayvonlarni tutish uchun kuch-quvvat, epchillik, merganlikni o'rganganlar. Bunda otda turib kamondan o'q otish, nayza sanchish, kurashish, piyoda yugurish, to'siqlardan o'tish, an'anaviy urf-odatlar, ommaviy sayllarda harakatli o'yinlarni tashkil qilish kabi murakkab mashqlarni bajaiganlar. Turli janglarda bu qurollardan mohirona foydalanganlar.

Xalq o'z udumlari va an'analarida kurash, ot o'yinlari, qilichbozlik, darboz, poyga va turli harakatli o'yinlardan foydalanganlar. Bu tadbirlar Yoshlarni kuchli bo'lishi, Vatanni sevish, kasbni egallash va uddaburonlikka chorlagan.

O'rta Osiyoda jismoniy tarbiya doimo an'anaviy xususiyatlarga ega bo'lgan. Jismoniy mashqlar empirik tarzda (yunoncha *empeiria* - tajriba yo'li bilan) vujudga kelgan va ilmga asoslanmagan bo'lsa ham, hamisha chuqur halq an'analarini o'zida saqlab kelgan. Jumladan, milliy jismoniy madaniyat asosini ifodalovchi jismoniy tarbiyaning milliy shakllari, vositalari va uslublari shakllantirilib borilgan. O'rta Osiyoda asosan kurash turlari va Chavandozlik sport sifatida shakllangan bo'lib, musobaqalar halq bayramlari, milliy sayillar va turli tantanalarda tashkil qilingan. Askarlar harbiy-jismoniy tayyorgarligi milliy jismoniy tarbiya shakllari yordamida amalga oshirilgan va mamlakatni jasurona himoya qilish yo'lida ko'p asrlar davomida to'plangan tajribalar umumlashtirilgan.

XIX asrning ikkinchi yarmida Toshkent, Samarqand va Farg'onada hukm surgan Turkiston general-gubernatorlik hududida jismoniy madaniyat rus madaniyatining tarkibiy qismi bo'lib kelgan va dastavval mahalliy milliy madaniyat bilan uzviy bog'liq bo'lmagan. Shu yillar davomida Turkistonda zamonaviy sport turlari joriy etilmay kelgan va mahalliy millatga mansub aholi tarkibidan etakchi sportchilar etishib chiqmagan. Turkiston general-gubernatori mahalliy millat vakillarining sport jamiyatini tuzishga qat'iy qarshilik qilgan.

XIX asr oxiri – XX asrning dastlabki yillari O'zbekistonda zamonaviy sport turlari kirib kelgan va keng tarqalgan. Bunda rus madaniyati bilan o'rnatilgan aloqalar jismoniy madaniyat va sport tizimida ham kuzatiladi.

Turkiston o'lkasi - O'zbekistonda jismoniy madaniyat va zamonaviy sport tizimining shakllanishi va rivoshlanish tarixini Shartli ravishda quyidagi davrlarga ajratish mumkin:

1. 1860–1890 yillar – ruslarning dastlab ilmiy ekspeditsiyalar tarkibida, keyin esa rus armiyasi bosqini oqibatida Turkistonga kelishi.

2. 1890–1920 yillar – rus aholisini Turkistonga ommaviy ko'chib kelishi va ular tarkibida mavjud bo'lgan ko'plab ziyolilar va pedagoglarning mahalliy aholi o'rtasida rus madaniyatini shakllantirishlari.

3. 1920–1950 yillar – O'zbekistonda sobiq ittifoq jismoniy tarbiyasi tizimiga asoslangan jismoniy madaniyat va sportni shakllanishi hamda rivojlanishi.

XIX asr oxiri – XX asrning dastlabki yillarida O'rta Osiyo hududlarida sport turlarining rivojlanishiga real imkoniyatlar paydo bo'lgan. Rus halqini Turkiston o'lkasiga ommaviy ko'chib o'tishi, birinchidan zamonaviy sport turlarini rivojlantirishga imkon yaratgan bo'lsa, ikkinchidan mahalliy aholini jismoniy tarbiya va sport bilan Shug'ullanishiga turtki bergan. XIX asr oxiri – XX asrning boshlarida Turkistonda ishlagan ko'plab pedagog ziyolilar, ayniqsa ularning o'lkada muqim qolib faoliyat ko'rsatgan qismi avvalo Turkistonning yirik shaharlarida yashagan evropalik aholi, keyin mahalliy aholi jismoniy madaniyatini shakllanishiga hissa qo'shganlar.

Bu davrda Turkiston o'lkasi ijtimoiy–iqtisodiy taraqqiyotida ham sezilarli o'zgarishlar sodir bo'lgan: birinchidan, O'rta Osiyoga kapitalizmning kirib kelishi, turli banklar tarmoqlarini tashkil etilishi, zavod va fabrikalar, temir yo'llarni qurilishi, ikkinchidan - mahalliy ziyolilarning etishib chiqishi va milliy progressiv harakatning faollashishi o'lka aholisi bilimi va madaniyatini yanada o'sishiga sabab bo'ldi. Aynan Shu davrda o'zbek halqi hayoti va turmushida madaniyat sohasiga doir yangiliklar tashviiy- targ'ibiy nashr vositalari, jurnallar va kitoblar orqali aholi ongiga singdirila boshladi. o'lkada ko'plab sanoat va qishloq ho'jalik ko'rgazmalarining o'tkazilishi nafaqat iqtisodiy aloqalarning o'rnatilishiga, balki barcha halqlar madaniyatini o'zaro yaqinlashishiga asos bo'ldi .

XIX asrning ikkinchi yarmida Turkiston o'lkasida rus o'quv yurtlari tizimi yaratildi. 1875 yilda Toshkent, Farg'ona, Samarqand va boshqa shaharlarda gimnaziya tashkil etildi, lekin ularda mahalliy millat vakillarining foizi juda kam edi. Bu o'quv yurtlarining dasturida jismoniy tarbiya darslari umuman nazardan chetda kolgan edi. Hukumat halq ma'rifati to'g'risida g'amxo'rlik qilmas edi. Masalan, 1914 - 1915 yillarda Turkiston halq ta'limiga o'lka byudjetining 2,3%,

harbiy politsiya apparatini ta'minlash uchun esa 86,7% ajratilgan. 1914 yilda Turkiston o'lkasida 160 ta maktab bo'lib, ularda 17 ming bola ta'lim olgan. Turkiston o'lkasidagi maktablarda jismoniy tarbiya muvaqqat bo'lib, hech qanday tizimga asos solinmagan, chunki jismoniy tarbiya va sport bo'yicha ishlab chiqilgan maxsus dasturlar bo'lmagan.

1890 y. Turkiston o'lkasining harbiy maktab va bilim yurtlarida gimnastika, qilichbozlik, otish va turli o'yin mashg'ulotlari o'tkazila boshlangan. Bu davrda Turkiston o'lkasidagi ayrim o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya joriy qilishga birinchi marta urinib ko'rilgan. Biroq jismoniy tarbiya mashg'ulotlari muntazam o'tkazilmas edi, Chunki o'qituvchilar, binolar va jihozlar etishmas edi.

XIX asr oxiri – XX asrning boshlarida Turkistonda milliy ziyolilarning ma'rifatparvar jadidchilik harakati (arabcha *jadid* – yangi) vujudga kelib, ular tomonidan yangi maqomga hos maktablar tashkil qilingan. Jadidchilar dasturi ta'lim tizimini islohot qilishga qaratilgan bo'lib, quyidagi vazifalarni o'z oldiga qo'ygan edi: Yoshlarga amaliy ahamiyatga ega bo'lgan bilimlarni berish; ta'lim sohasida, musulmon maktablaridan farqli o'laroq, o'qitishning yangi zamonaviy shakllarini qo'llash. Yangi usul maktablarida o'rta asr individual o'qitishdan sinflardagi dars tizimiga o'tilgan. Sinflarda geografik haritalar, globuslar va boshqa ko'gazmali qurollar paydo bo'lgan, darslar orasida tanaffuslar kiritilgan, o'quvchilarni urib jazolash bekor qilingan.

Shunga o'hshash barcha o'zgarishlar katta ahamiyatga ega bo'lgan. Biroq bu maktablarda ham jismoniy tarbiya darslari muntazam o'tkazilmagan, faqatgina tanaffuslarda o'qituvchilar rahbarligida harakatli o'yinlar tashkil qilingan. **Abdulla Avloniy** (1878-1934). Taniqli o'zbek pedagogi va olimi Abdulla Avloniy Toshkent shahrida, mayda hunarmand-to'quvchi oilasida dunyoga keladi.

XX asr boshlarida O'zbekistonning ijtimoiy-siyosiy hayotida va pedagogik fikrlarning rivojida Abdulla Avloniy alohida o'rin egalladi, butun faoliyati davrida u o'z xalqiga xizmat qiladigan komil insonni yetishtirish, uning ma'naviyatini shakllantirishga alohida e'tibor berdi.

A. Avloniy «Usuli jadid» maktablari uchun 4 qismdan iborat «Adabiyot yohud milliy she'rlar» hamda «Birinch muallim», «Turkiy gulison yohud axloq», «Ikkinchi muallim», «Maktab gulistoni» kabi darslik va o'qish kitoblari yaratdi.

«Turkiy gulison yohud axloq» asari axloqiy va ta'limiy tarbiyaviy asardir. Asarda insonlarni yaxshilikka chaqiruvchi, yomonliklardan qaytaruvchi ilm-axloq haqida fikr yuritiladi.

Abdulla Avloniy bola tarbiyasini nisbiy ravishda quyidagi 4 bo'limga ajratdi: 1. «Tarbiyaning zamoni». 2. «Badan tarbiyasi». 3. «Fikr tarbiyasi». 4. «Axloq tarbiyasi». «Tarbiyaning zamoni» bo'limida tarbiyani Yoshlikdan berish zarurligini, bu ishga hammani: ota-ona, muallim, hukumat va boshqalarning kirishishi kerakligini ta'kidlaydi.

«Al-hosil tarbiya bizlar uchun yo hayot – yo mamot, yo najot – yo halokat, yo saodat – yo falokat masalasidir» deb uqtiradi. Tarbiya xususiy ish emas, milliy, ijtimoiy ishdir. Har bir xalqning taraqqiy qilishi, davlatlarning qudratli bo'lishi avlodlar tarbiyasiga ko'p jihatdan bog'liq, deb hisoblaydi Avloniy.

Tarbiya zurriyot dunyoga kelgandan boshlanib, umrning oxiriga qadar davom etadi. U bir qancha bosqichdan – uy, bog'cha, maktab va jamoatchilik tarbiyasidan tashkil topgan. Avloniy tarbiyaning doirasini keng ma'noda tushuntiradi. Uni birgina axloq bilan chegaralab qo'ymaydi. U birinchi navbatda bolaning sog'ligi haqida g'amxo'rlik qilish lozimligini uqtiradi. Avloniyning fikricha, sog'lom fikr, yaxshi axloq, ilm-ma'rifatga ega bo'lish uchun badanni tarbiya qilish zarur. «Badanning salomat va quvvatli bo'lmog'i insonga eng kerakli narsadur. Chunki o'qumoq, o'qutmoq, o'rganmoq va o'rgatmoq uchun insonga kuchli, kasalsiz jasad lozimdir».

A. Avloniy badan tarbiyasi masalasida bolani sog'lom qilib o'stirishda otalarga murojaat qilsa, bolani fikr tomondan tarbiyalashda o'qituvchilarning faoliyatlariga alohida e'tibor beradi.[43.10]

Abdurauf Fitrat (1886-1934). Abdurauf Abdurahim o'g'li Fitrat Buxoro shahrida tug'ilgan. «Fitrat» Abduraufning adabiy taxallusi bo'lib, bu so'z tug'ma tabiat, tug'ma iste'dod degan ma'noni anglatadi.

XX asr boshida butun Sharqda bo'lgani kabi Buxoroda ham ijtimoiy fikr taraqqiyotida jiddiy uyg'onish boshlanib, jadidchilik harakati keng yoyiladi. Amir istibdodining og'irligi Buxoro jadidlarini maxfiy jamiyat tuzishga majbur qildi. Buxoroda jadidlar «Yosh buxoroliklar» nomi bilan ish olib bordi. A. Fitrat mana Shu harakatning rahbarlaridan biri edi. Yosh buxoroliklar o'z faoliyatlarining boshlarida yangi usuldagi maktablar ochib ularda boy hamda kambag'allarning bolalarini o'qitdilar.

Fitrat 1909-yili «Jamiyati hayriya»ning ko'magida Turkiyaga o'qishga ketadi. 1913-yil 4 yillik o'qishdan so'ng Fitrat Turkiyadan Buxoroga qaytib keladi. U Turkiyadan ilg'or qarashlar bilan qaytgan edi.

Fitrat 1916-yili «Oila» nomli falsafiy asarini yozadi. Fitrat 1922-23-yillarda Buxoro Xalq Respublikasidan Germaniyaga, Turkiyaga talabalar yuborish, u yerdagi ilg'or Yevropa ta'lim-tarbiyasi, ilm-fan, texnika sirlarini o'rganish, yangi Buxoro Xalq Respublikasi va Turkistonda maorif va madaniyatni rivojlantiruvchi mahalliy kadrlar tayyorlash tashabbuskori va tanlovchilaridan biri bo'ldi. Leningrad Davlat Dorilfununi 1924-yili Fitratga o'zbek va tojik mumtoz adabiyotlari namoyondalari to'g'risidagi tadqiqotlari uchun professorlik unvonini beradi.

A. Fitratning «Rahbari najot» asari ham to'la ravishda ta'lim-tarbiya masalalariga bag'ishlanadi. Ayniqsa, asarning uchinchi bobi oila, bola tarbiyasi, axloq-odob mavzulariga bag'ishlangan bo'lib, bu masalalar hozirgi davrda ham katta ma'rifiy ahamiyatga egadir.

Fitrat ota-onaning vazifasi o'z bolalarini yetuk kishilar qilib tarbiyalashlari zarurligini, bunda ayniqsa, 3 tarbiyaga: 1. Jismoniy tarbiya – salomatlik, 2. Aqliy tarbiya – sog'lom fikrlilik, 3. Axloqiy tarbiya – axloqiy sano, ya'ni axloqiy poklikka e'tibor berish kerakligi ta'kidlanadi.

Fitrat jismoniy tarbiyaga, kishining salomat va baquvvat bo'lib tarbiyalanishiga alohida ahamiyat beradi. Fitrat bolani tug'ilmasdan burun, ona qornidaligidanoq tarbiyani boshlash kerak, Chunki Shu 9 oy muddatda farzand ona qoni bilan tarbiyalanadi, deb uqtiradi. Keyinroq bola tug'ilgandan keyin Fitrat

bolalarning toza havoda bo'lishlari, atrof, tabiat go'zalliklaridan estetik zavq ola bilishlariga ham ahamiyat beradi.

Fitrat bolalarning jismoniy tarbiyasida turli harakatli o'yinlar katta o'rin tutishini ham aytib o'tadi. Ota-onalarga o'z bolalarining Shunday o'yinlar bilan mashg'ul bo'lishlarini ta'minlashlarini maslahat beradi. U bu o'yinlar orqali bolaga hayotni o'rgatish, aqliy va axloqiy tarbiya ham berish mumkin, asosiysi bolani jismonan chiniqtirish, deb biladi. Fitrat yana bolalarning sog'lom, jismonan yetuk bo'lishlari uchun tozalikning ahamiyati juda kattaligini tushuntirib, bolalarga shaxsiy gigiyena qoidalariga amal qilishni o'rgatishni alohida ta'kidlab o'tadi.

Fitrat bunday ta'lim va tarbiyani, bolalarga yaxshi Sharoitlar yaratib, ularning salomatliklari va yashashlari uchun g'amxo'rlikni faqat jadid maktablari berayotganini, lekin hukmron doiralar bu maktablarga qarshi chiqish bilan birga ular olib borayotgan ilg'or ta'lim-tarbiya usullariga ham qarshi chiqayotganini, bu maktablarni kofir maktabi deb, ularni faoliyat ko'rsatishga qo'ymayotganini ko'rsatib o'tadi. Shu bilan birga, eski maktablarda buning aksi bo'lib, bolalarning salomatliklari, ularning jismonan chiniqishlari uchun hech qanday Sharoitlar yaratilmaganligini gapirib o'tadi.

Mustaqillik, demokratiya, ozodlik g'yolari Fitratning butun faoliyati va barcha asarlari va maqolalarida bosh maqsad bo'lib qolganligi bilan hozirgi Yoshlarimizga, ularning mustaqil O'zbekistonning rivojlantirishlarida ibrat-namunadir.

Jismoniy madaniyat va sport tarihi sohasidagi ilmiy tadqiqotlar Shuni ko'rsatadiki, XIX asr oxiri – XX asrning boshlarida hududda zamonaviy sportning rivojlanishi uchun imkoniyatlar paydo bo'lgan. Turkiston o'lkasi shaharlarida ziyolilar tashabbusi bilan sport klublari va jamiyatlari tashkil qilina boshlagan. Sport seksiyalarida Shug'ullanuvchilarning asosiy tarkibi harbiy ofitserlar, hizmatchi hodimlar va ziyolilardan iborat edi. Turkiston ziyolilari chet elda dunyoviy ta'lim olgan davrning eng ilg'or ma'rifatli kishilari edi. Ular horijiy davlatlar tajribasi bilan tanishuv hamda ma'rifiy faoliyat natijasida barkamol

rivojlanishda inson uchun jismoniy tarbiyaning muhim o‘rin egallashini anglab etganlar.

Qadimiy o‘zbeklardan ba’zisining gaplari va ayrim eski donolarning so‘ziga qaraganda, kunlardan bir kun shikor yo‘cini bilan chiqqan bir podshohning yo‘li Shu diyordan tushib qolgan. Bu paytda Shohruhxon o‘n sakkiz yoshda edi. U ham ana shu ovda qatnashib, qizg‘in ov chog‘i bir arslonni nayza zaxmi bilan majruh qildi va o‘z ovini podshoh nazariga etkazib, podshohdan ko‘p marhamat ko‘rib, to‘la e‘zoz va shafqatu iltifot topdi. Shuningdek, podshoh uning g‘ayrat va shijoatini ko‘rib, bag‘oyat lutflar va benihoyat e‘zozlar bilan siylab, bu shahar hokimligini unga topshirdi.[42.99]

I-bob bo‘yicha xulosa

Xulosa qilib aytganda, sovet mustamlakachiligining dastlabki yillarida (1917-1924) Turkiston Respublikasida Yevropa jismoniy madaniyati va hozirgi zamon sport turlari shakllandi. Markaziy Osiyoda, O‘zbekiston sovet respublikada (1924 y.) o‘quv yurtlarini tashkil qilish, yoshlarni kasbga tayyorlash, ishchi yoshlarning salomatligini yaxshilash hamda ularni sportga jalb etishda ancha ilg‘or tajribalar to‘plandi.

Markaziy Osiyo mamlakatlari haqida yozilgan fundamental tarixiy asarlardan Sharafiddin Ali Yazdiyning «Zafarnoma» («Zafarli yurishlar dostoni»), Fazlulloh Rashididdinning «Jome’ ut-tavorix» («Tarixlar to‘plami»), Hamidulloh Mustavfiyning «Tarixi guzida» («Saralangan tarix»), Otamalik Juvayniyning «Tarixi jahonkushoy» («Fotihlik tarixi»), Muhammad Mirxondning «Ravzat us-safo» («Poklik bog‘i»), Hofiz Tanish Buxoriyning «Abdullanoma», SHermuhammad Munisning «Firdavs ul-iqbol» («Saodat bog‘i»), Zahiriddin Muhammad Boburning «Boburnoma» asarlari qatorida Muhammad Haydar mirzoning «Tarixi Rashidiy» asarlardan Jismoniy tarbiyaga odi ma’lumotlar o‘rganildi

II-BOB XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATNING SHAKL, USUL, METODLARI

2.1. MAKTAB VA MADRASALAR TIZIMIDA JISMONIY MADANIYAT USULLARI.

Movarounnahrga islom dini kirib kelishi bilan diniy ta'lim va u bilan bog'liq ilmlar ham rivojlana boshladi. Ma'naviyatda hurfikrlilik, ilm-fanga hurmat-e'tibor va uning qadr-qimmatini yuksak baholash ustunlik qildi. Ayniqsa, diniy va dunyoviy ilmlar uzviy holda taraqqiy etdi. Aynan shu davrdan hududlarda maktablar va madrasalar paydo bo'la boshladi. Madrasalar qadimdan yaqin va O'rta sharq mamlakatlarida alohida nufuzga ega o'quv maskani sifatida katta obro'e'tibor qozongan.

Ko'hna Buxoro ham o'zining ko'p sonli madrasalari bilan nom taratgan. U turli erlardan ilm tahsili uchun talabalar tashrif buyuradigan shahar hisoblangan. Bu an'ana keyingi asrlarda ham davom etgan. Shu sababli aksariyat mualliflar Buxoro haqida so'z ketganda avvalo uning Shu jihati bilan ta'riflaganlar. Xususan ashtarxoniylar davri muarrixii Mahmud ibn Vali (XVII asr) Buxoroning ilm tarqatuvchi markaz sifatidagi xizmatini Shunday baholaydi: «Olimlarning ko'pligidan, uni olimlar va ilm-fan bulog'i deb ataydilar». Buxoroga XIX asrda safar qilgan E.K. Meyendorff esa Buxoroning islom olamida tutgan o'rnini quyidagicha ta'riflaydi: «O'zining ko'plab maktablari, olimlari hamda muqaddas qadamjolari sababli musulmonlarning ziyoratgohiga aylangan. Ehtimol Shuning uchun u «Sharif» no miga sazovor bo'lgandir»². Rus sayyohi N. Ханьков o'z esdalik-larida Buxoroni yirik ilm-fan va ma'rifat, diniy bilimlar markazi sifatida ta'riflab: «Buxoro ilm tarqatuvchi markaz hisoblangan va hisoblanadi», deydi. J.Kunits ham Buxoroni «arab-eron madaniyatining qal'asi», Markaziy Osiyoning

² Мейендорф Е.К. Путешествие из Оренбурга в Бухару. – М.: 1979. – С. 79.

yuz yillik tarixidagi «Islomning yuragi», 250 masjid va madrasalar markazi deya atagan³.

Markaziy Osiyo madrasasi tarixi va uning faoliyati xususida ko'plab tadqiqotlar amalga oshirilgan⁴.

Madrasa – arabcha «darasa» («o'rganmoq») so'zidan olingan bo'lib, «o'rganish joyi» degan ma'noni anglatadi. Ilk islom davridanoq masjidlar bunyod etila boshlandi. Dastlab ilm majlislari masjidlarda olib borilgan bo'lsa, keyinchalik madrasalarda tahsil olish yo'lga qo'yildi.

Madrasa o'quv dasturining umumiy jihatlari -X-XII asr-larda ishlab chiqilib, keyinchalik takomillashib borgan.

O'rta asrlarda Buxoro madrasalari ilm maskani sifatida nafaqat Markaziy Osiyoda, balki musulmon Sharqida ham mashhur edi.

Amir Temur va temuriylar davrida madrasalar oliy ma'lumot beruvchi markaz vazifasini o'tagan. Movarounnahr hamda Xurosonda asosan davlat va davlatmand shaxslarning mablag'lari hisobiga ko'plab madrasalar qurilgan.

Shu tariqa madrasalar ko'payib, oliy o'quv dargohi sifatida diniy soha vakillari, siyosiy arboblarning hamda olimlar etishtiradigan oliy o'quv yurtiga aylanib borgan. Madrasalar asosan xon, amaldor, badavlat kishilar va ziyoli shaxslarning

³ Kunits J. Dawnover Samarkand. The rebirth of Central Asia . – New York , 5791 .– P. 23 .;Джурабаев Д.Х .Изучение политической истории Бухарского эмирата в со-ветский и постсоветский периоды // .Историография ,исторические источники ,ме-тоды исторического исследования .– С . 51 .

⁴ Чориев А.Х .Народное образование и подготовка педагогических кадров в Узбекистане в условиях советского тоталитаризма :противоречия между системами традиционно-национальной и советской(02-92-е годы .)Доктора исто-рических наук .– Т .:5771 .;Турсунова М .Мадрасалар таълимида адабиёт сабоғи . Монография .– Самарканд :СамДУ нашри ,0252 .;Джурабаев Ж.Х .Бухарский эми-рат во второй половине XVIII-первой половине XIX вв(.В письменных источни-ках)доктора исторических наук .– Душанбе :0252 .;Бендриков К.Е .Очерки по ис-тории народного образования в Туркестане (5181-5702годы .)– М .:Издательство Академии педагогических наук РСФСР ,5782 (.Бундан кейин :Бендриков К.Е . Очерки по истории народного образования в Туркестане (5181-5702годы .);Анке фон Кюгельген .Легитимация среднеазиатской династии мангитов в произведениях их историков(XVIII – XIX вв .)– Алматы :Дайк – Пресс ,0222 (.Бундан кейин :Ан-ке фон Кюгельген .Легитимация среднеазиатской династии мангитов в произведе-ниях их историков .);Маликов А.М .Культура Самарканда в конце XVIII-первой половине XIX в / .Культурно-исторические процессы в Центральной Азии(древ-ность и средневековье .)– Алматы :Дайк-пресс ,0250 (.Бундан кейин :Маликов А.М . Культура Самарканда в конце XVIII-первой половине XIX в .);Иванов П.П .Очер-ки по истории Средней Азии(XVI-середина XIX вв .)– М .:Изд .восточной лит.ры , 5711.;Климович Л .Ислам в царской России .Очерки .– М .,5798 .;Сафаралиев Б.С . Народное образование как показатель социокультурной ситуации в истории Сред-неазиатского общества // .Вестник Челябинской государственной академии куль-туры и искусств .0255 / 0 (08(.Бундан кейин :Сафаралиев Б.С .Народное образова-ние как показатель социокультурной ситуации в истории Среднеазиатского обще-ства

tashabbusi bilan barpo etilib, nomi o'sha shaxslar ismi, ba'zan madrasa joylashgan mahalla, guzar nomi bilan atalgan.

Madrasalar xolis xususiy mulk hisobidan qurilishi Shart bo'lib, xon va amirlar, yirik amaldorlar tomonidan bunday inshootlarni davlat mulkidan bunyod etilishi Shariatga xilof hisoblangan. Ularga davlat byudjetidan mablag' ajratilgan.

Madrasalarda nafaqat boylar, balki kambag'allarning bolalari ham o'qish huquqiga ega bo'lgan va nafaqa, kiyim-bosh bilan ta'minlangan. O'quv yili sakkiz yilga qisqargan va haftada besh kun ta'lim berilgan. Mirzo Ulug'bek o'quv dasturlarini ham yangidan ishlab chiqqan⁵. Yangi o'quv qo'llanmalar yaratilib, Mirzo Ulug'bek mashg'ulotlarni yakka tartibda olib borishni man etib, «jamo»(guruh)larga bo'lib o'qitish uslubini joriy qilgan. Ma'ruzalar 70 kishidan iborat katta guruhlarga, amaliyotlar esa 10-15 kishidan iborat kichik guruhlarga bo'lib olib borilgan. Bu uslub keyingi asrlarda ham saqlanib qolganini arxiv ma'lumotlari ham tasdiqlaydi.

Madrasalarning asosiy daromadi vaqf mulklaridan bo'lgani uchun yaxshi hosil olinmagan yillari qiynalgan talabalar va mudarrislar muammosini hal qilish maqsadida Mirzo Ulug'bek madrasalarni davlat hisobiga kiritgan va Madrasada turli sohadagi malakali mutaxassislar tayyorlangan. Bu ilm dargohini bitiruvchilarining aksariyati mudarris, diniy olim, adabiyotchi, amaldor, elchi, harbiy, imom, rassom, musiqashunos va hatto ma'rifatparvar bo'lib etishgan.

Shuni ham qayd etish lozimki, madrasalarning moliyaviy xarajati vaqf daromadi hamda davlat xazinasidan ajratilgan qo'shimcha mablag' hisobiga qoplangan, har bir madrasaning o'z vaqf mulki va vaqfnoma hujjati bo'lgan. Vaqfnomada madrasaning chiqimi, undagi xizmatchilar: mutavalli, mudarris, hofiz, muhri, naqib, farrosh, oshpaz va boshqalar, Shuningdek, talabalar soni, ularga berilgan maosh va nafaqalar aniq ko'rsatilgan.

Har bir madrasaning xon tomonidan tayinlangan o'z mutavallisi bo'lgan. Mutavalli xodim va talabalarga to'lanadigan haq, vaqf erlarida ishni tashkil etish,

⁵ Дастур бўйича араб тили, Қуръон, нотиклик(санъати), ҳадис ,мантиқ , ҳуқуқшунослик, метафизика, математика, астрономия, медицина, география,тарих ва адабиёт каби фанлар ўқитилган.

mardikorlar yollash, ijarachilar va hissadorlar bilan shartnoma tuzish, do'konlar, tegirmonlar va madrasaning vaqf mulkiga kiruvchi boshqa ob'ektlardan ijara haqini undirish va undan boshqa ishlarga mas'ul bo'lgan. Shuningdek, madrasa xizmatchilari, mudarrislari va talabalarga beriladigan yillik maosh miqdori naqd pul va ozuqalik don hisobidan ajratilgan. Mutavalliga madrasadagi xizmat ko'rsatuvchi xodimlar (o'qituvchi-mudarrislardan tashqari) faoliyatini, ayrim hollarda esa talabalarining darsga qatnashish davomatlarini nazorat qilib turish yuklangan. Uning lavozimi otadan bolaga meros tariqasida o'tishi yo'lga qo'yilgan. Vaqf daromadlari madrasa talabalari, mudarrislar, mutavalli va xizmat ko'rsatuvchi xodimlar o'rtasida Shariat ko'rsatmalari asosida taqsimlangan.

Madrasalardagi talabalar soni va ularning o'qish muddati madrasa daromadiga bog'liq bo'lib, daromadga qarab madrasa xodimlarining soni ham belgilangan. Shuningdek, madrasalarning nafaqalari ham bir-biridan farq qiladi. Madrasalardagi ushbu tafovut arxiv hujjatlarida aniq ko'rsatilgan.

Madrasaga asosan maktabni tugatganlar qabul qilingan. Talabalar Yoshi 10 Yoshdan 40 Yoshgacha bo'lgan. E.K.Meyendorf, N.P.Ostroumov, N.V.Xanikov, P.I.Demezov, T.M.Aminov, V.L.Benin, D.N.Logofetlar tadqiqotlarida madrasada ta'lim 10 yildan 30 yilgacha bo'lishi va darslarda qaysi fanlar o'qitilishi haqida batafsil ma'lumot berilgan.

Talabalar madrasaga imtihon asosida qabul qilingan. Ular bilim darajasiga qarab uch guruhga bo'lingan. A'lo (oliy), avsat (o'rta) va adno (quyi). Ular madrasa yotoqxonalarida yashash huquqiga ega bo'lgan.

Madrasa talabalari asosan ikki guruhga bo'lingan: darsga muntazam qatnashadigan, madrasa hujrasida yashab o'qiydigan talabalar va darslarga erkin qatnashadigan talabalar. Madrasalarda bilim berish asosan suhbat va munozara uslubida olib borilgan, talabalarining mustaqil fikrlashiga alohida e'tibor qaratilgan. Madrasai oliylar nafaqat ta'lim-tarbiya, ayni vaqtda ilm-ma'rifat markazi sifatida alohida e'tibor qozongan. O'quv yili oxirida talabalar o'tilgan fanlar yuzasidan bevosita ota-onalar ishtirokida imtihon topshirgan. Madrasani muvaffaqiyatli tamomlagan talabalarga shahodatnoma-diplom berilgan.

Hatto a'lo baholarda o'qigan talabalar amir tomonidan turli sovg'a va naqd pul mukofoti bilan taqdirlangan. Masalan, qo'shrabotlik talaba Kamoliddin Miri Arab madrasasini a'lo baholar bilan yakunlagach, unga amir Abdulahad sarupo kiygizib, «Qur'oni karim» va «Al-Jome' as-sahih» kitoblarini sovg'a qilib saroyda ishlashga taklif etgan. «Tarixi nofeiy»da keltirilishicha, madrasada ma'lum vaqt ta'lim olgach, «Hidoya»ni o'qib tugatishi bilan yaxshi o'qigan talaba amir buyrug'iga ko'ra dahyak (ushr) olgan hamda biror bir mansabga tayinlangan. Muallifning o'zi ham imtihon topshirib, dahyak (ushr)ga sazovor bo'lganini yozib qoldirgan. Miri Arab madrasasida uzoq yillar davomida tahsil olib, bosh mudarrislik lavozimigacha ko'tarilgan.[45.120]

Ahmadxon ibn Ismoilxon ham amirning buyrug'iga binoan dahyak olgan. Bundan tashqari, O'zR MDAdagi «Qushbegi fondi»da yuz nafar a'lo bahoga o'qiydigan talabalarni taqdirlash uchun muftining amirga yozgan arizasi saqlanmoqda.

O'z vaqtida talabalar ham o'zlariga mudarris izlash va tan-lashga haqli hisoblanib, unga qoniqmagan mudarrisdan boshqa mudarrisga borish imkoni berilgan. Ammo talaba-larning bir madrasadan boshqa madrasaga o'tishi juda kam hollarda uchragan. Ayrim madrasalarda ma'lum bir fan yoki kitobning dasturda kiritilmagani yoxud tugallanmay qolgani sababli boshqa madrasaga o'sha dasturni tugatish maqsadida borilgan. Masalan, Samarqand, Sirdaryo va boshqa viloyatlardan ko'plab talabalarning Buxoro madrasalariga kelgani hujjatlarda qayd etilgan.

Binobarin, madrasalarda talabalar tarbiyasi alohida e'tiborda turgan. Ayni holda, talabalarning yalqovlik va xususan, axloqsizlik qilishiga yo'l qo'yilmagan. Madrasalardagi tarbiya jarayonini Shartli ravishda ikkiga ajratish mumkin: 1) ta'lim jarayoni samaradorligini ta'minlashga qaratilgan tarbiyaviy choralar; 2) ta'lim bilan uzviy bog'liq bo'lgan axloqiy tarbiyaga yo'naltirilgan choralar. Masalan, «Foziyon» madrasasi vaqfnomasida tarbiyaviy tadbirlar aniq ko'rsatilgan. Ko'pincha chora-tadbirlar moddiy jazo shaklida bo'lgan. Darslarni o'zlashtirish sohasida ta'lim dasturining bajarilmay qolgan qismi aniqlanib, bunday

talabalarining o'qish natijalari qoniqarsiz hisoblangan hamda o'zlarini madrasa hujrasida yashash xuquqidan mahrum etilgan va nafaqa berish to'xtatilgan.

Buxoro madrasalarida haftada to'rt kunlik tahsil joriy etilgan. Ya'ni, yakshanbadan chorshanbagacha. Payshanba, juma, shanba kunlari dam olish kunlari hisoblangan. Odatda mashg'ulotlar sentyabrda boshla-nib, mart oyigacha davom etgan. Yoz oylari va ramazon oyida ta'tilga chiqilgan.

Darslar bomdod namozidan keyin boshlangan. Dars ertalab soat 4:00 dan 10:00 gacha davom etgan. 12:00 da tushlik, so'ngra bahs-munozara. 16:00 dan 18:00 gacha dam olingan. Kechki ovqatdan so'ng yana tungacha bahs-munozara davom etgan. Talabalar o'quv kursiga qarab emas, balki qaysi kitobni o'qiyotganligiga qarab jamoa-guruhlarga ajratilgan. Jamoa-guruh soni talabalar miqdori va madrasa qamroviga qarab belgilangan.

Katta madrasalarda har bir guruhda 5-10 nafardan 20 nafargacha talaba tahsil olgan.

O'quv dasturlari uch qismga bo'lib o'rgatilgan: diniy adabiyotlar, umumta'lim fanlar va maxsus pedagogik fanlar. Madrasaning o'quv kursi, odatda, «Avvali ilm» deb nomlangan fors tilidagi o'quv qo'llanmasini o'zlashtirish bilan boshlangan. Madrasalarda to'liq kursni o'qib tugatish uchun talabalardan falsafa va huquq fanlariga oid taxminan 137 ta darslik-qo'llanmani o'zlashtirish talab etilgan.

Bu darsliklarning aksariyatini Markaziy Osiyolik allomalarning asarlari, jumladan, Imom Buxoriy va Iso Termiziylarning hadis to'plamlari, Abu Mansur Moturidiyning «Kitob at-tavhid», Burhoniddin Marg'inoniyning «Al-hidoya fi Sharh al-bidoya», Umar Qazviniyning «Ar-risola ash-shamsiya fil qavoid al-mantiqiyya», Abdurahmon Jomiyning «Al-favoid ad-diyoiya», Mahmud ibn Ahmad Mahbubiyning «Viqoyat ar-rivoya fi masoilil Hidoya», Ubaydulloh ibn Mas'ud Mahbubiyning «An-nuqoya» kabi asarlari tashkil etgan. []

Bundan tashqari, talabalar qiziqishlari va mudarrisining salohiyati hamda mavjudligiga qarab, handasa, tibbiyot, kimyo, jo'g'rofiya, tarix, adabiyot, aruz ilmi, me'morchilik (arxitektura) asoslari, xattotlik, musiqa, matematika, mantiq,

astronomiya, arab adabiyoti, etika, notiqlik san'ati va gigiena kabi fanlardan ham bilim olishgan.

Bundan ko'rinib turibdiki, madrasalarda faqatgina diniy asosdagi fanlarnigina o'qitilmagan. Shuningdek, ayrim madrasalar alohida ixtisoslashganligi bois, ularda alohida fanlar tahsili yo'lga qo'yilgan.

Masalan, tabiblar tayyorlash uchun «Dorush-shifo» madrasasida Abu Ali ibn Sino, Roziy, Abu Hasan Ali ibn Rizvon Misriy, Subhonqulixon⁶ kabi tabiblarning asarlarini o'qitish joriy etilgan. Bundan tashqari, 1511 yilda yozilgan, 101 sahifadan iborat Muhammad Yusufning «Tibbi Yusufiy» deb nomlangan riso-lasi tibbiyotga taalluqli ma'lumotlar haqida bo'lib, tabiblarni tayyorlaydigan madrasalarda darslik sifatida o'qitilgan.

Bunday madrasalarda tahsil olgan talabalar keyinchalik Shu sohaga oid risolalar yozib, mudarrislik qilgan. Masalan, Ja'farxoja ibn Nasriddinxoja Husayniy Xazoraspiy 1823 yilda turli kasalliklar va ularni davolash uslublari hamda dori vositalari xususidagi «Tibbiy ma'lumotlar to'plami»ni yozadi. Junaydulloh ibn Shayxul islom «Hoziq» laqabi bilan tanilgan (vaf. 1843 y.), shoir va tabib bo'lgan. U 1843 yilda Muhammad Sharif ibn Muhammad Niyoz Buxoriy Muhammad Akbar (XVII asr)ning «Mezon at-tib» nomli asariga Sharh yozgan. Sharh yozish barobarida unga ko'plab qo'shimchalar kiritgan. Miri Arab madrasasida tahsil olib, Shu erda tib ilmidan saboq bergan olim Ahmadxon ibn Ismoilxon ham dorishunoslikka oid «Qarabodin Tayloqiy» va shogirdi Abul Baqo Maxzum ibn domlo Ernazar mudarris «Hujjatu-l-labib» nomli asarlarini ta'lif etishgan.

Arxiv hujjatlaridan ma'lum bo'ladiki, Buxoro madrasalarida bemor mudarris va talabalar uchun alohida hujralar ajratilgan hamda ular o'sha erda davolangan.

⁶ Субхонкулихон тиббиётга оид «Тибби Субхоний»дан бошқа форс тилида «Ихёу тибби Субхоний» житобини ҳам ёзган .Бу асарнинг қўлёзма нусхаси(инв . №0525,925 варақ)ШКМда сақланади .Асар саккиз бобдан иборат бўлиб ,унда тур-ли дорилар ҳақида маълумот берилган .Шунингдек ,Субхонкулихон даврида тибга оид кўп асарлар араб тилидан форс ва ўзбек тилига таржима қилинади ва қайтадан кўп нусхаларга кўчиртирилади .Тиббиёт соҳасини ривожлантириш мақсадида 5879 йили Бухорода« Букъаи дор аш-шифо »номли 51 хужрали мадраса бино қилинади , бу ерда мутахассислар дарс беради .« Дор аш-шифо »қошида касалхона ,амбулато-рия ва дорихона ҳамда кутубхоналар бўлган .Дорихонада дори тайёрловчи иккита ходим ишлаган .« Дор аш-шифо »харажатлари вақфдан келадиган даромад ҳисобидан йилига 22 минг танга миқдорида тайин қилинган эди .Тўлиқ маълумот учун қаранг :А.Ирисов ,А.Носиров ,И.Низомиддинов .Ўрта Осиёлик қирқ олим . – Т .:Ўзбекистон ССР Фанлар академияси нашриёти ,5785 .– Б . 79 .

Jumladan, «Qushbegi» fondida saqlanayotgan №1996 hujjatda 80 nafar bemorning Xalifa Xudoydod, Modarixon, Abdullaxon, Cho‘bin, Jo‘ybori Kalon, Muhammadamin, Borkash, Mirkon, Madrasiyi Oliy kabi o‘nlab madrasalarda davolanayotgan mudarris va talabalar ro‘yxati berilgan. Yana Shu fondning №1994 hujjatida ham Shu kabi ro‘yxat berilib, hujjat ostida 400 nafar bemorning ismi keltirilgani qayd etilgan. Ammo, hujjat butunligicha saqlanib qolmagan, unda 295 nafar bemorning ismi va madrasalar nomi yozilgan. Bundan tib fanidan dars bergan mudarrislarining faqat ta’lim berish emas, balki o‘z bilimlarini amaliyotda ham qo‘llaganliklari ayon bo‘ladi. Jumladan, Miri Arab madrasasida tib ilmidan dars bergan Ahmadxon ibn Ismoilxon ham bemorlarni davolagani uning «Qarabodin Tayloqiy» nomli risolasida zikr etilgan. Madrasada ikkita hujra aynan bemor davolashga ajratilgani bunga yorqin misol bo‘ladi.[46.72]

Ta’lim XI-XII asrlar yoxud Amir Temur va temuriylar davridek gullab-yashnamagan bo‘lsa-da, ilm to‘xtab qolgani yo‘q. Ayrim talaba yoki mudarrislarining «kamchiligi» evaziga aksariyat ziyolilarni savodsizga chiqarish mumkinmi? Talaba, mudarrislar haqida gapirmaylik-da, amirlik chegaralarini qo‘riqlaydigan chegarachilarning qayd daftarini tahlil etsak, unda amirlik hududiga kirayotgan yo chiqayotgan har bir shaxs haqida batafsil ma’lumot berilgan: Sana, uning ismi sharifi, bo‘yi, ko‘zi, qoshi, soqoli, mo‘ylovi, og‘zi, burni, yuzi, kasb-hunari, qaysi viloyat, tuman, mavze va guzardan ekanligi, xat va savodi, maxsus belgisi, nima maqsadda amirlikdan chiqib ketayotgani hamda kimning kafilligida ketayotgani yozilgan⁷. Chegarada turganlarning bari madrasani tamomlagan deya olmaymiz, agar ular yozishni bilmasa, bunday ma’lumotlar bizgacha qanday etib kelgan[19.167]

Jismoniy tarbiya to‘g‘risida so‘z borar ekan, musulmon maktab va madrasalarida bunga munosabati qanday ekan, degan savol tug‘ilishi tabiiy. Ma’lumki, Payg‘ambarimiz Muhammad Mustafo sollallohu alayhi va sallam o‘zlarining payg‘ambarlik davrlari, 23 yil mobaynida Alloh taoloning ko‘rsatmasi

⁷ Бу ҳозирда мавжуд бўлган паспорт тизимиға ўхшаб кетади .Яна амирликда паспорт тизими ҳам ўрнатилган .Қаранг :ЎзР МДА .И-508-жамғарма ,5 -рўйхат , 510-йиғмажилд .2.9 .иловаға қаранг

bilan inson hayotining barcha jabhalarida etarli yo'llanmalarni berib ketganlar. Binobarin, Islomda yuqoridagi savol ham o'z javobini olgan.

Avvalo, Islom inson ustida o'z jismini haqdor deb e'lon qildi. Payg'ambarimiz sollallohu alayhi va sallam har bir kunini tun bo'yi namoz, kunduzi ro'za bilan o'tkizayotgan Abdulloh ibn Amr ibn Os roziyallohu anhuga: "Ro'za tut, og'iz ochiq ham yur, tahajjud o'qi, uxla ham, Chunki zimmangda tanangning ham haqqi bor, ko'zingning ham haqqi bor, ayolingning ham haqqi bor", - deganlar.

Islomda farz qilingan ro'za ruhiy tarbiya bo'lish bilan birga jismoniy tarbiya hamdir. Bu muolaja inson tanasini tozalash muolajasidir. Hozirgi kunga kelib, tabobat bilimdonlari inson bir yilda bir kurs ochlik muolajasini olishini tavsiya qilmoqdalar. Ular, Islomdagi Ramazon ro'zasidan bexabar holatda, bir kurs 28-29 kun bo'lishini ham ta'kidlamoqdalar.

Vaqtni bekor o'tkazgandan ko'ra jismoniy tarbiya bilan Shug'ullanayotgan shaxs foydali muboh amal qilayotgan bo'ladi.

Jismoniy tarbiyadan aqlni, ruhu badanni ilmga, ibodatga, xayrli ishlarga jonlantirishni qasd qilgan kishi ayni ibodatda bo'lib, savob oladi.

XVI-XVII asrlarda shayboniylar va ashtarxoniylar, Shuningdek mang'itlar hukmronligi davrida madrasalarda statsionar ya'ni turg'un holatdagi (NAMOZ) mashqlar bilan birgalikda darsdan tashqari mashg'ulotlarda jismoniy mashqlarning 3 turi engil, kuchli va murakaab turlari tavsiya qilingan.

Kundalik besh mahal namozda ajoyib jismoniy tarbiya elementlari mavjud bo'lib, madrasalarda namoz vaqtlarida bajariladigan harakatlar insonni o'qish davridagi turli toliqishlarining oldini olish bilan birgalikda badan tarbiyasi va gigienasiga rioya qilgan holda salomatligini yaxshilashga xizmat qilgan. Musulmon kishi o'z Robbiga ibodat qilar ekan, namozga tayyorgarlik hamda namoz mobaynida o'zi sezmagani holda talaygina jismoniy xatti-harakatlarni bajaradi. Namoz qancha mukammal ado etilsa, boshqa jihatlaridan tashqari mazkur jihati ham samarali bo'lib boradi.

Hammaga ma'lumki, jismoniy tarbiyada nafas masalasi birlamchi masala hisoblanadi. Mashhur tibbiyot akademigi, Rossiyalik Buterina maxsus tadqiqot olib borib, organizmga to'g'ri, oson va foydali nafas olish uchun tana turishining eng qulay vaziyatlarini aniqlagan hamda ularni nafas mashqlari sarasiga kiritgan. Buni qaranki, ro'yxatning boshida turgan mashg'ulotlar aynan namozdagi qiyom, ruku, sajda holatlarini ko'rsatgan.

Namozning Islomda iymondan keyingi farz, eng ulug' ibodat ekanini har bir musulmon yaxshi biladi. Musulmon kishi namozni Alloh taoloning amri bo'lgani uchun o'qiydi. Robbimizning har bir amrida esa benihoyat hikmat va foydalar, har bir taqiqida esa ko'plab zararu ziyonlar bor. Ushbu foyda va zararlarning aksariyat qismi bugungi kunda tibbiyot mutaxassisleri tomonidan tasdiqlanib kelmoqda.

Islom dini salomatlikka eng yuksak ahamiyat bergan dindir. Shu bois bo'lsa kerak, 16–19 asrlarda ham maktab va madrasalarimizda dinimiz ibodatlarining eng ustuni bo'lmish namozni kanda qilmay o'qish ta'lim va tarbiya jarayonining asosiy bo'g'inlaridan birini tashkil qilgan. Namoz o'qigan odam bu go'zal ibodat uchun oxiratda oladigan ajr-mukofotlariga qo'shimcha ravishda dunyo hayotining o'zida uning salomatlikka oid manfaatlariga ham albatta erishadi deb hisoblangan.

Namozning inson salomatligiga keltiradigan foydalaridan ba'zilarini sanab o'taylik:

1. Namozda bajariladigan harakatlar engil, oson bo'lgani uchun yurakka zo'r kelmaydi (toliqtirmaydi) va kunning ma'lum bir vaqtlarida bajarilgani uchun insonni doimo tetik tutadi.
2. Bir kunda boshini sakson marta erga qo'ygan insonning miyasiga muntazam ravishda ko'p miqdorda qon oqib keladi. Miya hujayralarining qon bilan yaxshi to'yinishi tufayli namoz o'qiydigan odamlarda xotira sustligi va skleroz kamroq uchraydi. Bunday kishilarning turmush tarzi sog'lom bo'ladi.

Dastavval ruku'da tananing teng yarmigacha egilgan bosh miyaga qon kelishi jonlanadi. Shu holatda biroz turgan kishi sajdadan avval rostlanib oladi. Bu bosh miyani qon bilan ta'minlovchi tomirlarni endigi bo'ladigan kuchli qon oqimiga tayyorlaydi. Endi namozxon egilib, tizzalariga cho'kkalab, so'ng boshini sajdaga

qo'yadi. Natijada qon bosimi baland bo'lgan kishilar uchun ortiqcha zo'riqish hosil bo'lmaydi. Sajda holatida bosh miyaga katta miqdorda qon oqib kela boshlaydi. Shu holatda biroz turgach, inson darrov turib ketmay, avval biroz o'tirib oladi. Bunday holatda birdan turib ketish qon bosimi past bo'lgan odam uchun noxush holatlarga olib kelishi mumkin. Endi namozxon ikkinchi marta sajdaga bosh qo'yadi. Bosh miyani qon bilan ta'minlovchi tomirlar ikkinchi marta to'liq quvvat bilan ishlaydi. Shundan keyingina namozxon o'rnidan turib, qad rostlaydi. Mana Shu harakatlar natijasida paydar-pay katta miqdordagi qonni uzatib turgan tomirlar egiluvchan, tarang bo'ladi. Bunday «mashq»larni yillar davomida har kuni, muayyan vaqtlarda bajarib turgan tomirlar chiniqib, elastik holatda bo'ladi, ichida tiqinlar hosil bo'lmaydi.

Shu erda «Namoz o'qiydigan odamlarda ham qon bosimi, ayniqsa, bosh chanog'ining ichki bosimi uchrab turadi-ku», degan haqli savol tug'ilishi tabiiy. Albatta, har qanday dardni Alloh taoloning O'zi beradi. Biroq, bunday dardlar Yoshligidan namoz o'qib kelayotgan, sajdada uzoqroq turadigan namozxonlarda kamroq uchrashi o'z-o'zidan ma'lum. Buning ustiga, tahorat paytida bo'yinga mash tortilganda ham bo'yin mushaklarida qon yurishi tezlashadi, namoz so'nggidagi ikki tomonga salom berish paytida esa bo'yin tomirlari umurtqa pog'onasining bo'rtiqlari tomonidan biroz «uqalab» turiladi.

Namozning qon aylanish tizimiga ko'rsatadigan ijobiy ta'sirlaridan yana biri tashahhud o'qilayotgan holatda kuzatiladi. Hozirgi zamon tibbiyotining aniqlashicha, tashahhud holatida o'tirgan holda son arteriyalarining biroz siqilib, keyin bo'shatilishi natijasida ichki organlar, birinchi navbatda yurak va miya qon bilan qo'shimcha ta'minlanar ekan. Ma'lum bo'lishicha, oddiy holatda organizmdagi qon tashuvchi kapillyarlarning (mayda qon tomirlari) 30 foizigina ochiq turar, son arteriyasi bir siqib, qo'yib yuborilganda esa bu ko'rsatkich ikki baravar ortar ekan. Demak, Shu holatdan so'ng ichki a'zolarga ikki marta ko'proq qon etkazib berilar ekan.

3. Namoz o'qiydigan kishining boshi muntazam egilib-ko'tarilib turishi sababli uning ko'zlarida qon aylanishi yaxshilanadi. Shuning uchun ko'zning ichki bosimi

oshmaydi, Shohparda (ko‘z muguzi) doim mo‘‘tadil namlanib turadi. Bu esa katarakta kasalligining oldini oluvchi muhim omildir.

4. Namozdagi izometrik harakatlar oshqozondagi ozuqaning yaxshilab aralashishiga va uning yaxshi hazm bo‘lishiga yordam beradi, safroning (o‘t suyuqligining) o‘t pufagida to‘planib qolmay, bir me’yorda ajralib chiqishiga, oshqozon osti bezining ravon ishlashiga imkon berib, qabziyatning (ich qotishining) oldini oladi. Namozdagi kundalik muntazam harakatlar natijasida buyrak, peshob yo‘llari, qovuq va to‘g‘ri ichakning doimiy chayqalishi, holatining o‘zgarib turishi natijasida bo‘shanishning bir me’yorda bo‘lishi ta‘minlanadi va bu a‘zolarida tosh hosil bo‘lishining oldi olinadi.

5. Bir kecha-kunduzda kamida besh mahal bajariladigan bir me’yordagi tana harakatlari bo‘g‘imlar, mushaklar va tomirlarni jonlantirib, artroz (artrit), osteoxondroz kabi kasalliklarning, xususan, bo‘g‘imlarda tuz to‘planishining oldini oladi, jismoniy mehnat bilan Shug‘ullanmaydigan odamlarda tomirlarda tiqin paydo bo‘lishiga to‘sqinlik qiladi.

6. Vujudning salomatligi tananing tozaligiga bog‘liqdir. Namoz uchun Shart bo‘lgan tahorat va g‘usl poklikning ayni o‘zidir. Tahorat qo‘l, og‘iz, yuz, oyoqlarning doimo toza bo‘lishini ta‘minlab badan tarbiyasi uchun juda katta ahamiyatga egadir. Boshqa hech bir dinda bunday fazilatli poklanish tartibi yo‘q. Binobarin, namoz ham moddiy, ham ma‘naviy poklikdir. Badanni ham, ruhni ham poklamay turib namoz o‘qib bo‘lmaydi. Natijada namozning barcha Shartlarini ado etgan kishi ruhan pok, jisman tetik bo‘ladi.

7. Profilaktik tibbiyotda jismoniy harakatlarni kunning muayyan paytida bajarish, ovqatlanish, uyqu va dam olishni ham aniq rejim asosida yo‘lga qo‘yish o‘ta muhimdir. Namoz vaqtlari organizmda qon aylanishi va nafas olishni jonlantirish uchun eng qulay va maqbul paytlardir.

8. Namoz uyquni tartibga solishning eng mukammal nizomidir. Mutaxassislar o‘tkazgan tadqiqotlarning natijasiga ko‘ra, namoz yordamida tanada to‘planib qoladigan statik elektr zaryaddan ham xalos bo‘lish mumkin ekan. Tanamizdagi bunday zaryad sajda paytida erga yoki tahorat paytida suvga yoxud tayammum

paytida tuproqqa tekkanimizda erga uzatilar ekan. Namozdan soʻng tetiklashib, oʻzimizni bardam sezishimizning sababi qisman mana Shu hikmatga ham bogʻliq ekan. Namozning bunday manfaatlaridan toʻliq foydalanish uchun uni vaqtida ado etish bilan birga poklikka, toʻgʻri va meʼyorda ovqatlanishga, parhezga, eydigan ozuqamizning pokiza va halol boʻlishiga ham gʻoyatda eʼtiborli boʻlishimiz lozim. Musulmon kishining iymonni oziqlantirib, kuch berib, yangilab turadigan narsa namozdir, ibodatdir. Ularsiz iymon qalbning bir chetida qarovsiz qolib soʻnadi, maʼnosiz, soxta, taqlidiy bir narsaga aylanadi.

Musulmonlar madrasalarida islomning asosiy farzlaridan biri roʻza tutish ham insonlarning nafsi, ruhi tetikligini salomatligi saqlashga qaratilgan tadbir sifatida ulugʻlangan.

Paygʻambarimiz (s.a.v)dan: ***“Oshqozon idishlar ichida eng yomon idishdir. Sogʻlik ham, kasallik ham ogʻizdan kiradi. Roʻza tutinglar, sogʻlom boʻlasizlar”*** degan mazmunda hadislar rivoyat qilingan. Haqiqatdan ham inson salomatligi ogʻiz orqali egan ovqatlarining toʻyumliligi, vitamiga boyligi, halol-haromligi, qaysi yoʻl bilan topilganligi, qaysi vaqtda eyilganligi, qanday ob-havoda, qanaqa mijozda, yumshoq-qattiqligi, miqdori, suvning miqdori va hokazolarga bogʻliq boʻladi. Tana hujayra va suyaklardan iborat va u ogʻiz orqali hujayralarini oziqlantirib turadi. Oʻlimni bu hujayralarning oziqsiz qolishi deb taʼriflaydilar.[49.8]

Parvardigori Olam ramazon oyi roʻzasini tutmoqlikka buyurib, odam organizmning oziqlanish jarayonini tartibga solmoq, poklamoq va quvvatini oshirishni iroda etdi. Kasallik, ojizlik kabi holatlarning Egasi va kasallikka shifo beruvchi, ojizlikni bartaraf qilguvchi Hakim zot ham Oʻzi. Bandasiga bir oy riyozat qilmoqni amr etib, odamzot oʻz ixtiyori-qasd qilish bilan ish yuritib ovqatlanish tizimini tartibga sola bilsin degandek goʻyo.

Aql va tartib bilan ovqatlanishni va undan sogʻlik hosil qila olishni oʻrgansin. Bu yoʻlda unga qatʼiy rejim va ruhiy ixlos hamroh boʻlsin. Bunday imkoniyat va vaqt Ramazon oyidir. Bir yilda bir oydir. 30 yoki 29 kundir. Bu oyda butun oila yoki butun jamiyat roʻza tutishga niyat qilsa, roʻza mashaqqatlarini

engish yana ham osonroq bo'ladi. Ba'zi ochlik bilan davolash uslublarida organizm uchun zo'riqish va ortiqcha charchoq ikkinchi bir kasallikni keltirib chiqarishi ham ehtimoldan xoli emas. SHifo istaganlarga eng qulay mo'tadil yo'l Xudoning buyrug'iga bo'ysunib och yurishlik va bu bilan o'ziga ruhiy va moddiy sog'lik hosil qilishdir.

Oshqozon ayni paytda dard va kasallik makoni, ochlik esa davoning boshlanishidir. Barcha kasalliklar oshqozonning to'qligidan yoki sovuqligidan paydo bo'ladi. Oshqozonni ortiqcha xilt va zararli moddalardan tozalash sog'lik sari bosilgan muvaffaqiyatli qadamdir. Bu uchun ochlik usuli juda qulay yo'l. Ochlik bilan oshqozon dam olsa, yana kuchga kirib hazm bo'lish jarayoni tiklanib, hattoki, ko'zning ko'rish quvvati ham tiklanadigan, oqargan sochlar ham qorayadigan, butun vujud tetiklashadigan, YoSharadigan jarayon yuzaga keladi. Zero, doimo to'q yurish ortiqcha vazn, tanaga og'irlik, qon bosimi oshishi, buyrakda tosh yig'ilishi, o'tning ishdan chiqishi kabi butun badanni buzadigan holatni keltirib chiqaradi.

Parhez bilan davolash faqatgina ma'lum ovqatlar bilan kifoyalanib ba'zi ovqatlardan voz kechish bilan davolanishdir. Ammo eng samarali usul, avvalo, ixlos bilan, ya'ni savob umidida, ma'lum bir oyda ma'lum bir vaqtda oshqozonga dam berish va buni ommaviy tartibda xursandchilik bilan o'tkazish, ham ibodat, ham mehr-muhabbat rishtalarini bog'lab, iftorliklar va saharliklarni isrofgarchilikka yo'l qo'ymasdan, ortiqcha xarajat qilmasdan, oshqozonni tozalab va bu orqali butun badanni oromga yo'naltirib ro'za tutishdir.

Bu, albatta, sog'ligi yaxshi odamlargadir. Ba'zi kasalliklar ro'za tutishni man qiluvchi bo'lsa, ular ro'za tutmasdan uzrli hisoblanadilar. Ramazon oyi hurmatidan ovqatlanishlarini ham namoyishkorona ko'rsatmasdan, ro'zador kishilarning hurmatlarini andisha etsalar, ular hech savobdan xoli bo'lmaydilar. Ramazon ro'zasini tutmoq nafsga zulm qilish emas, balki nafsni tarbiya etmoq, ziynatlamok, uni odobga va sog'lom bo'lishga yo'naltira olmoqdir.

XVI-XVII asrlarda Markaziy Osiyodagi barcha madrasa tipidagi ta'lim muassasalarida an'anaviy jismoniy tarbiya vositalari bilan birgalikda darsdan

tashqari mashg'ulotlarda jismoniy mashqlarning 3 turi engil, kuchli va murakaab turlari tavsiya qilingan.

Engil mashqlar sirasiga

- arg'imchoq uchish;
- belanchaqlarda tik holda, o'tirib yoki yotib uchish;
- qayiq yoki kemalarda sayr qilish.

Kuchliroq mashqlarga esa,

- ot va tuyaga minish;
- kajava va aravalarga tushib, boshqarish.

Jismoniy tarbiyaning murakkab turiga maydonda qilinadigan kuyidagi harakatlar kiritadi:

- kishi maydonning u chetidan bu chetiga tez harakat bilan borib orqasi bilan qaytadi va har safar yurish masofasini maydonning o'rtasidan turib qolganiga qadar kamaytira boradi.
- kishining o'z soyasi bilan olishishi;
- balandlikka sakrash;
- uzunlikka sakrash;
- hatlab sakrash;
- nayza uchi bilan sanchish;
- chavgon o'yini;
- koptoklar bilan o'ynash;
- kurash;
- tosh ko'tarish, quvlashish;
- dorbozlik mashqlari
- chopayotgan otni jilovidan tortib to'xtatish.

Murakkab mashqlar gavda uchun maxsus harakatlar xisoblanib, ularning har birida ma'lum darajada o'yin elementlari mavjud ya'ni:

1. Qo'l va oyoq harakatlari.

2.Ko'krak va nafas a'zolarining harakatlari.

3.Butun tanaga oid harakatlar.

Xulosa qilib aytadigan bo'lsak, Markaziy Osiyo madrasalari qadimdan o'z nufuziga ega bo'lib, talabalarning ma'naviy qiyofasini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etdi.[6.79]

2.2. XALQ O'YINLARI JISMONIY MADANIYATNING ASOSIY VOSITASI SIFATIDA.

O'zbek xalq o'yinlari o'zbek xalqi jamoa ijodining mahsuli bo'lib, ularni keng xalq ommasi yaratgan va saqlab kelgan. O'yinlar o'zbek xalqining ko'p avlodlari turmushi va ijtimoiy hayotining zarur elementi sifatida asrlar bo'yi takomillashib keldi hamda rivojlanishning har bir tarixiy bosqichida turli ijtimoiy vazifalarni bajardi. O'zbek xalq o'yinlari tarixning ijodiy kuchini, moddiy va ma'naviy boyliklarini o'zida mujassamlashtirilgan, ularda atrofdagi 7 voqelikni bilish va o'zlashtirishning tarixiy tajribasi aks etadi. O'zbek xalq o'yinlari o'z tabiatiga ko'ra amaliydir. Ularda xalq badiiy madaniyatining o'ziga xosligi, uning milliy xususiyatlari yaqqol ko'rinadi. Mazkur o'yinlarning milliy xarakteri zahirida xalqning madaniy boyligi, katta merosi yotadi. Folklor, ayniqsa, uning doston va tarixiy rivoyatlar kabi janrlari manba sifatida xizmat qilishi mumkin. Ko'p o'yinlar mazmunining mavzulari qabilalarning urf-odatlarini, qadimiy udumlarini, mehnat faoliyati yoki madaniyatini yoritishi mumkin. Xalqning unutilayozgan iltijolari, baytlari va sanoqlari bolalarning xalq o'yinlaridagina davom etib keladi. Guruh bo'lib o'ynaladigan o'zbek xalq o'yinlari va ayrim sport o'yinlari qadimiy qabilalarning o'yinlariga borib taqaladi. O'zbek xalq o'yinlari qadim zamonlarda bizning eramizgacha bo'lgan davrlarda vujudga kelgan. Buni arxeologik qazilmalar va qadimgi rim yozuvchisi Elianning etnografik materiallari ham tasdiqlaydi. Chunki ularda saklar qabilasida o'yin musobaqalar juda keng tarqalgan va ular xalqning sevimli odati bo'lgani haqida ma'lumotlar bor. Uning guvohlik berishicha saklar qabilasining yigitlari ana Shu o'yin musobaqalarda o'zlari enggan qizlarga uylanish huquqini olganlar.

Milliy xalq o'yinlari orasida, ayniqsa, qadimiy dorboz va simbozlik san'ati alohida ajralib turgan. Ilgari dor o'yini juda mashxur bo'lgan. Ommaviy va

mahalliy bayramlar, mavsumiy bozorlar dorbozlarsiz o'tmagan deyish mumkin. Registonda bozor maydonlarida, chorsularda dorlar qurilgan. Karnay-surnay va nog'oralar sadolari tomoshalarining boshlanishidan darak berib turgan. Odamlar to'plangach, o'yinlar boshlangan. Tomoshabinlar baland qilib tortilgan arqon ustida o'ynayotgan dorbozning dadil harakatlarini hayajon bilan kuzatishgan. Bir vaqtlar bizning hududimizda yog'och oyoq o'yini ommaviy ravishda tarqalgan. Yog'och oyoqlar yugurib, sakrab, raqsga tushib, karnay, surnay kabi milliy cholg'u asboblarda kuylar ijro etib, ajoyib tomoshalar ko'rsatgan. Mana Shular haqida «Boburnoma» da anchagina ma'lumotlar bor. Xorazmda «Tayoq o'yini» keng tarqalgan.

Xalq milliy o'yinlarining turlari, ularning mazmuni hamda ijtimoiy-tarbiyaviy xulosalari haqida atoqli olimlar U. Qoraboev, M. Murodov. N. Jabborov, T. S Usmonxo'jaev, A. K. Atoev, R. Q. Qudratov, F. N. Nasriddinov, R. Abdumalikov ilmiy tadqiqotlar o'tkazganlar. Ularning o'quv va ilmiy ommabop qo'llanmalari, to'plamlari, qator maqolalari bugungi kunda xalq orasida ma'lum va o'quvchi hamda talabalar ulardan maqsadli foydalanib kelmokda. Ta'kidlash lozimki, kurash, odatda poyga, otda jang qilish (qilichbozlik, agdarish, nayza sanchish, qamchilash, kaltaklashish va h.k.), kamondan (yoy) nayza (o'q) otish, tog'larga otlarda chiqish, tez oqar suvlardan piyoda va otlarda kechib, suzib o'gish kabi murakkab amaliy harakatlar «Avesto», «Alpomish», «Qirq qiz», «Go'ro'gli» turkumidagi o'nlab xalq ogzaki ijodi durdonalari hamda qo'lyozmalarda o'z ifodasini topgan.

Xalq o'yinlari taraqqiyotning barcha bosqichlarida o'z davri odamlarining xayoti, turmush tarzi, mehnat Sharoiti, millati, dini va boshqa o'ziga xos belgilarini o'zida mujassam etib kelgan va ishtirokchilarda chaqqonlik, chidamlilik, ijodiy topag'onlik, g'ayratlilik, kuchlilik sifatlarini tarbiyalashga xizmat qilgan.

Bolalar o'yinlarida Shu bilan bir qatorda engil hazil, musobaqa, jamoaviy birlikka yo'naltiruvchi sifatlar ko'proq ko'zga tashlanadi. O'zbek xalq o'yinlarini turlicha tasniflash mumkin. Masalan, o'yin ishtirokchilarning Yoshiga nisbatan

(bolalar, o'smirlar, kattalar), jinsga nisbatan (o'g'il va qiz bolalar yoki erkak va ayollar), mavsumga nisbatan (baxorgi, qishgi, yozgi, kuzgi), o'ynaladigan joyga nisbatan (maydon, suv, xona), kasbga nisbatan (dehqon, hunarmand, chorvador va boshqa), hududga nisbatan (shimoliy, janubiy, Sharqiy yoki shimoliy).

O'yinlarni paydo bo'lish jarayoniga nisbatan quyidagilarga bo'linadi:

- **ovchilik o'yinlari** (Gang, Jambil, Lappak, Oshiq, Xappak, Chirgizak va boshqa);
- **cho'pon o'yinlari** (To'ptosh, Ko'tarma tosh, Echki o'yin, Cho'pon va shoqol, Qadama tayoq, Chillik, Podachi, Chanta, Chuv-chuv va boshqa) ;
- **hunarmandlik o'yinlari** (Dandarak, Charxpalak, Besh barmoq, Paqilloq, Lanka, Chig'iriq, Uzuk soldi, Varrak, Sartarosh, Ko'z bog'lar va boshqa);
- **dehqonchilik o'yinlari** (Palaxmon, Jon burgam, Somon sepdi, Chanoq o'yin, Shaftoli shakar, Qo'riqchi va boshqa);
- **taqlidiy o'yinlar** (Xola-xola, Topaloq, Kim oladi-yo, Ayiq o'yin, Xo'roz urishtirish, Oqsoq turna, Bosari, Asalari, G'ozlar va boshqa);
- **harakatli o'yinlar** (Cho'nka Shuvoq, Chim otish, Kim tez, Xurkach, Tufaloq, Chori chamber, Mushuk-sichqon, Yog'och oyoq, Durra solish, Halinchak va boshqa);
- **so'z o'yinlari** (Kim chaqqon, Bolqon-bolqon, Botmon-botmon, Juftmi-toq, Oq quyonim alomat, Oq terakmi, ko'k terak, Pirr etdi va boshqa);
- **yig'in o'yinlari** (Gap-gashtak, To'piq o'yin, Podsho-vazir, Podsho-o'g'ri, Arshi a'lo va boshqa);
- **kurash va u bilan bog'liq o'yinlar** (Milliy kurash, Polvonbozlik, Elkada kurash, Bel olish kurashi va boshqa);
- **Chavandozlik o'yinlari** (Chavgon, Uloq-ko'pkari, Piyoda poyga, Oltin qoboq, Shog'uloq, Qiz quvish, Eshak mindi va boshqa).

Biz yuqoridagi barcha xalq o'yinlarining 16-19 asrlarda xalq orasida omallashganini hisobga olgan holda, ushbu davrda harbiy tayyorgarlikning asosini tashkil etadigan kurash va u bilan bog'liq o'yinlar hamda chavandozlik o'yinlariga to'xtalib o'tamiz.[4.81]

Kurash-bu paxlavon yigitlarning kuch sinashini. Elkama-elka turib ushlab, bo'yin va belni qaytarib har xil usullarni ishlatib raqibining elkasini erga tekizishdir. Milliy kurashimiz yoshlarni hayotga sog'lom, baquvvat, jasur, epchil, kuchli, chidamli qilib tayyorlash va tarbiyalashda asosiy vosita bo'lib xizmat qilgan.

Kurash johiliyat davrida ham bor bo'lib, Ukoz bozori yonida qabilalararo yillik bellashuvlar bo'lib turar edi. Arablar mazkur yig'inlarni katta qiziqish bilan o'tkazishar edi. Umar ibn Xattob roziyallohu anhu musulmon bo'lmay turib ham kurashchilarning eng mashhurlaridan edi. Islom ushbu mashg'ulotni tasdiq va targ'ib qilish bilan birga undan kishilar odatlangan vahshiylik, axloqqa, insoniylikka zid narsalarni chiqarib tashladi.

Abu Dovudning sunanlarida keltiriladiki, Rukona ibn Abdu Yazid Rosululloh sollallohu alayhi vasallam bilan kurash tushadi, U zot uni engib qo'yadilar va u musulmon bo'ladi.

Imom Zahabiy: "Rukonani Rosululloh sollallohu alayhi vasallam ikki marta yiqitganlar", - deydi.

Rosululloh sollallohu alayhi vasallam Abul Asvad al-Jumahiy kabi baquvvat va zabardast saohobalar bilan ham kurash tushar edilar. Yosh sahobai kiromlar ham kurash tushishar edi. Imom Hasan bilan Imom Husayn ham Rosululloh sollallohu alayhi vasallam oldilarida kurashishar edi.

Har bir amaliy harakatning (yugurish, sakrash, uloqtirish, yuk ko'tarish, to'p o'yinlari, kurash, suzish, sayohat va h.k.) jismoniy rivojlantiruvchi xususiyatlari, fazilatlari va tarbiyaviy ahamiyatlari mavjud.

Xalq milliy o'yinlarining deyarli barcha turlarida chaqqonlik, epchillik, jasurlik, pahlavonlik, mardlik kabi jismoniy sifatlar va insoniy fazilatlar mujassamlashgan.

Ular haqida R. Abdumalikov, R. Q. Qudratov, K. D. Yashevlarning «Ko'pkari» ilmiy ommabop risolasi, Shuningdek, O. R. Toymurodon, F. A. Karimov, A.Q. Atoev kabilarning kurashlar haqidagi o'quv va uslubiy qo'llanmalarida xalq milliy o'yinlarining mazmunlari qatorida ularning ijtimoiy

tarbiyaviy xususiyatlari ham batafsil ifoda etilgan. Shu jihatdan olganda o'quvchi Yoshlar va talabalar ulardan maqsadli foydalanishlarini ko'zda tutdik.

Milliy kurashlar. Buxoro va Fargona usullaridagi milliy kurashlar, Turon qo'l jangi san'ati kabi kurashlarning texnik va taktik mazmunlari Shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi va sport mahoratlarini oshirishni ta'minlaydi. Sportchilarning musobaqalardagi amaliy harakati va golibligi 12 ularni ruhiy tetik, gururlanishga odatlantiradi. Sovrin (medallar, mukofotlar) uchun kurash sportchilarda faqat moddiy ragbatlantirish uchungina emas, kurash bilan Shugullanuvchilarning ko'payishida va iqtidorli sportchilarni tarbiyalab etishtirishda ham xizmat qiladi. Xalqaro sport musobaqalarida ishtirok etuvchi kurashchilar o'zining sha'ni va mamlakatnint Shuhratini ko'tarishga asosiy kuchqudratini sarflaydi. Bunday faoliyatlar kurashning ijtimoiytarbiyaviy yo'lidagi eng ulutvor va ustuvor fazilatlarining mahsulidir. Ot o'yilari. Jahon xalqlarining ijtimoiy-turmush madaniyatida ot o'yinlarining turlari juda ko'p. Evropa mamlakatlarida otida g'ovdan (to'siq) sakrab o'tish, aravaga qo'shib poyga qilish, otni raqsga tushirish (o'inatish) kabi turlar keng qo'llanilib kelinadi. Bu kabi turlar jahon birinchiliklari, Olimpiada o'yinlari dasturidan munosib o'rin egallagan.

Markaziy Osiyoda, ayniqsa, O'zbekistonda ko'pkari (uloq), poyga otdan agdarish, qiz quvmoq, sultona shahzoda (boshdan parni ur 13 ko'pkari kabi uloqni tortishish, to'dalarning vujudga kelishi, uloqning erga tushib ketishi, uni olish uchun ko'pchilikning to'dada harakat qilishlari va boshqa anchagina murakkab harakatlar yuzaga keladi, ularni engib chiqish esa faqat abjir, epchil, kuchli Chavandoz va uning otigina amalga oshira oladi.

Ko'pkari va poygalarda Chavandozlarning ot ustida turib tortishishlari, engashishlari, ot (bo'ynida) yotib olib, chalqancha holda uloqni egalarga o'ngarish va ko'pgina amaliy harakatlar qilish jismoniy jihatdan kuchli epchil, chaqqon, qayishqoq, egiluvchanlik, chidamlilik kabi jismoniy sifatlarni talab etadi.

Demak, ot o'yinlari boshqa sport turlaridan qolishmagan darajada o'z mavqeiga egadir. Chavandozning otni o'z izmiga (ixtiyoriga) sola olishi va o'yinlarda uchraydigan asosiy murakkab harakatlarni bajarishi ko'p yillik

faoliyatlar natijasidir. Chavandozlikka o'rgatish uchun bolalikdan boshlab, Yoshlarni o'yinlarga qiziqtirish, jismonan barkamol qilib tarbiyalash lozim bo'ladi.

Buning uchun esa Samarqand, Jizzax, Toshkent, Qashqadaryo, Surxondaryo, Navoiy va boshqa viloyatlarning tog'li hamda cho'l zonalarida o'tkazilayotgan to'ylardagi ko'pkarilardan andoza olish, mavjud bo'lgan o'quv-uslubiy qo'llanmalardan maqsadli foydalanish kerak bo'ladi. Dorboz, tosh ko'tarish, arqon tortishish kabi amaliy-murakkab o'yinlarning o'zlariga xos mazmunlari, turli shakllari va ijtimoiytarbiyaviy xususiyatlari bor. Ularni o'rganish va musobaqalarda qatnashish maxsus tayyorgarliklarni talab etadi. Bu sohalarda maxsus qo'llanmalardan foydalanish, eng muhimi esa mazkur turlar bilan Shugullanuvchi kasbkorlar (murabbiylar) bilan uzviy muloqotda bo'lish, ularning tavsiya va ko'rsatmalariga amal qilish lozimdir.

II-bob bo'yicha xulosa

O'zbek xalq milliy harakatli o'yinlari. Avval ta'kidlanganidek, xalk, milliy harakatli o'yinlari mustaqillik yidllarida keng o'rganilmokda. Hali to'la o'rganilmagan va ommalashtirilmagan harakatli o'yinlar mamlakatimizning barcha joylarida juda ko'p. Yana bir tomoni Shundaki, «Chillik», «Oq suyak», «Poda tup» kabi sport xususiyatiga ega bo'lgan harakatli o'yinlarni o'quv yurtlarida qo'llashdan orqada qolmokda. Chunki, o'yinlarni tashkil qilish maydonlari va tegishli asbob-uskunalar yo'q hisob. Yana bir tomoni Shundaki, sport tashkilotlari, xalq ta'limi mutasaddilari milliy sport musobaqalari dasturlariga bu o'yinlarni kiritishdan cho'chimokdalar. Buning u yoki bu sabablari mavjud.

Albatta yuqorida zikr etilgan milliy harakatli o'yinlar har qanday sport turidan qolishmaydi. Shu sababdan bu turlardan o'quvchi Yoshlarni jismoniy tarbiyalash, chiniqtirish hamda iqtidorli sportchilarni tarbiyalab etishtirish mashg'ulotlaridan maqsadli foydalanilsa, maqsadga muvofiq bo'ladi. Shu asosda asta bu harakatli o'yinlarni viloyatlar va respublika miqyosida o'tkazilayottan sport musobaqalarining dasturlariga kiritish, pirovardida esa ularni saralab, jahon sport maydonlariga chiqishiga zamin bo'lishi mumkin.

III-BOB XVI-IXX ASRLARDA MARKAZIY OSIYODAGI JISMONIY MADANIYATGA OID QARASHLARDAN FOYDALANISHNING SAMARADORLIGI.

3.1. XVI-IXX asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy madaniyatga doir tajriba-sinov ishlarining tashkil etilishi.

Jismoniy madaniyat fakultetining “Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti” kafedrası va Olimpiya zahiralari kollejida amaliyot o‘tagan davrda talabalar bilan Jismoniy madaniyat tarixi fani doirasida tajriba sinov ishlarini olib borildi.

Birinchi navbatda talabalarining 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat va tarbiyaga doir bilimlarini anketa so‘rovnamlari natijasida aniqladik.

Anketa savollar oddiy bo‘lib talabalarining tadqiqotimiz mavzusi doirasida o‘rganilayotgan davrga qaratildi.

Anketa so‘rovnamlaridan so‘ng talabalar bilan o‘tkazilgan amaliy mashg‘ulotlarda 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda mavjud bo‘lgan jismoniy tarbiya usullari, shakllari bo‘yicha taqdimotlar, suhbatlar orqali ma’lumotlar berildi.

Tajriba sinov ishlari natijasida talabalarda 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda mavjud bo‘lgan jismoniy tarbiya haqidagi bilim ko‘nikma va malakalar oshganligi kuzatildi.

Talabalarining 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiya va madaniyat haqidagi tushunchalari darajasi

T.r.	Savollar	Tajriba boshida				Tajriba oxirida			
		to‘g‘ri		noto‘g‘ri		to‘g‘ri		noto‘g‘ri	
		soni	%	soni	%	soni	%	soni	%
1.	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda qanday xonliklar va davlatchilik shakllari mavjud edi?	135	55	110	45	237	96,7	8	3,3
2.	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan qanday olimlar,	220	89	25	11	243	99	2	1

	tarixchilar va mutafakkirlarni bilasiz?								
3.	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda qanday jismoniy tarbiya tizimi mavjud bo'lgan.	130	53	115	47	232	94,6	13	5,4
4.	Buxoro madrasalarida jismoniy tarbiya amalga oshirilganmi?	140	57	105	43	226	92	19	8
5.	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda qanday xalq o'yinlari o'ynalgan?	185	75	60	25	217	88,5	28	11,5
6.	Jismoniy tarbiyaning asosiy mezonlari nima?	157	64	88	26	236	96	9	4
7.	Qaysi asarlarda jismoniy tarbiyaga oid qarashlar ifodalangan?	182	74	63	26	214	88	31	12
8.	16-19 asrlardagi ta'lim tizimi qanday bosqichlardan iborat?	21	9	224	91	241	98	4	2
9	Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning qanday bosqichlari mavjud edi?	120	49	125	51	206	84	39	16
10	Ta'lim tizimining qaysi ta'lim bosqichida jismoniy tarbiya berilgan?	67	28	178	72	211	86	34	14
11	Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning mazmuni nimadan iborat edi?	72	30	173	70	209	85	36	15
12	Madrasalarda asosan necha xil jismoniy tarbiya usullari farqlanardi?	83	34	162	66	215	87,7	30	12,3
13	Oilalarda jismoniy tarbiya berilganmi?	65	27	180	73	216	88	29	12
14	Markaziy Osiyodagi madrasalar yuqori ta'lim bosqichining asosini qanday ta'lim va tarbiya turlari tashkil etadi?	53	22	192	78	234	95,5	11	4,5
15	16-19 asrlarda xususiy	20	9	225	91	201	82	44	18

	ta'lim nihoyasida yigitlar uchun qanday marosim o'tkazilgan?								
16	16-19 asrlarda qizlarga mo'ljallangan jismoniy tarbiya usullari ham mavjud bo'lganmi?	17	7	228	93	198	80	47	20
17	Islom dinidagi Namoz ruknlari jismoniy tarbiyaga tegishlimi?	22	5	223	95	203	82.8	42	11,2
18	Namozning qanday salomatlikni tiklashdagi ahamiyati mavjud?	105	43	140	57	221	90	24	10
19	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda qanday xalq o'yinlari mavjud bo'lgan	17	7	228	93	231	94	14	6
20	16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda vujudga kelgan xalq o'yinlarining hozirgi kunda ahamiyati bormi?	48	20	197	80	217	88,5	28	11,5

16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaga talabalarning oid bilimlarini aniqlashga qaratilgan tajriba-sinov ko'rsatkichlari

Guruhlar	talabalar soni	Javoblar soni		
		Yuqori	O'rta	Past
Tajriba	245	68	79	98
Nazorat	245	115	100	15

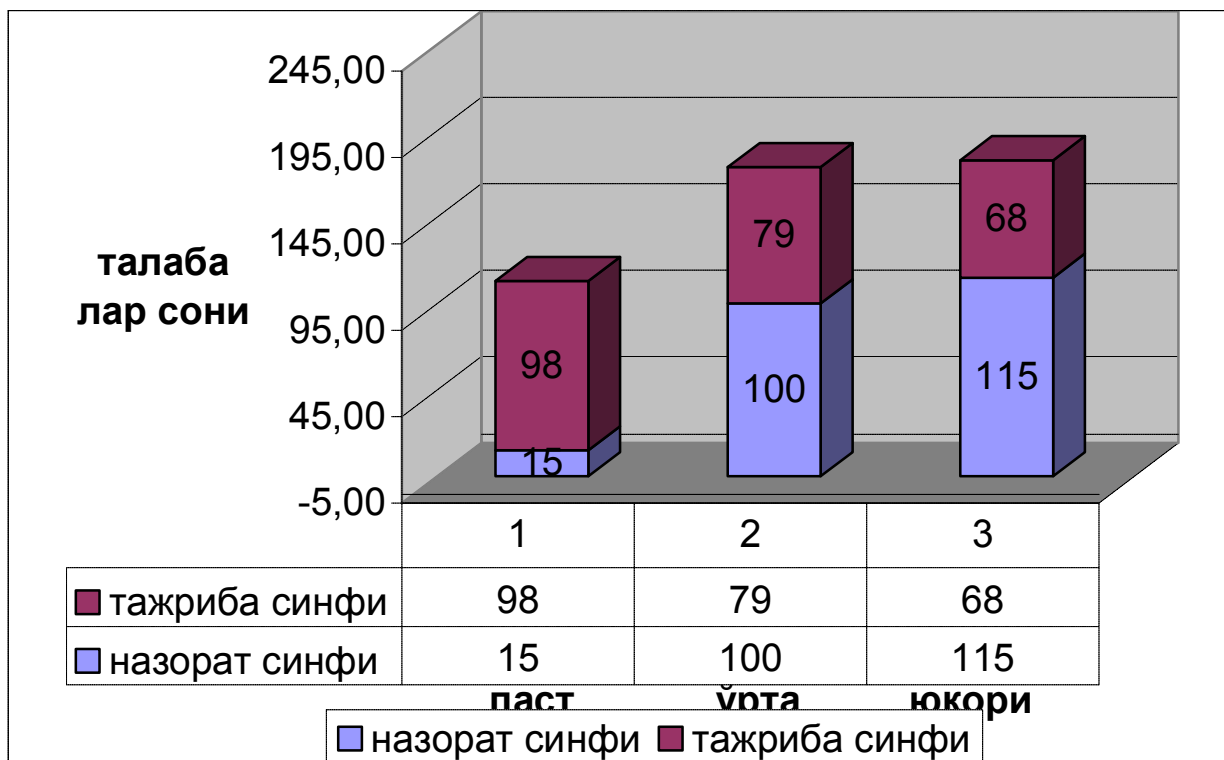
Olingan ma'lumotlarni Styudent-Fisher kriteriyasi asosida matematik-statistik tahlil qilamiz.

Tajriba va nazorat guruhidagi baholash natijalarini mos ravishda 1 va 2-tanlanmalar deb olsak, quyidagi variatsion qatorlarga ega bo'lamiz.

1-tanlanma	X_i :	"5"	"4"	"3"
(tajriba guruhi)	m_i :	68;	79	98;
<i>m q 245</i>				
2-tanlanma	Y_j	"5"	"4"	"3"
(nazorat guruhi)	n_j	115;	100;	15

$n=245$.

Bu tanlanmalarga mos kelgan poligonlarni chizamiz:



Poligonda qayd etilgan grafiklardan anglanadiki, tajriba va nazorat guruhlari uchun tanlanma modal qiymatlari mos ravishda $M_t = 5$ va $M_n = 3$, ya'ni ular orasidagi farq etarli darajada bo'lib, $M_t > M_n$ ekan. Bu esa, o'z navbatida, bu tanlanmalar uchun mos o'rta qiymatlar ham $X > Y$ Shartlarni qanoatlantirishini oldindan ko'rsatadi. Ularni quyidagi formula asosida hisoblaymiz:

$$\bar{X} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^{n=3} n_i x_i = \frac{1}{245} (115 \cdot 5 + 100 \cdot 4 + 15 \cdot 3) = 4,1$$

$$\bar{Y} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^{n=3} n_i y_i = \frac{1}{245} (65 \cdot 5 + 79 \cdot 4 + 98 \cdot 3) = 3,7$$

Demak, tajriba guruhida o'rtacha o'zlashtirish nazorat guruhidagidan katta ekan: $X > Y$

Endi har ikki guruh uchun tarqoqlik koeffitsientlarini hisoblaymiz. Shu maqsadda dastlab tanlanma dispersiyalarni hisoblaymiz:

$$D_m = \sum_{i=1}^{n=3} n_i (x_i - x)^2 / (m-1) = \frac{115(5-4,1)^2 + 100(4-4,1)^2 + 15(3-4,1)^2}{59} =$$

$$= \frac{93,15 + 1 + 18,15}{245} \approx 0,46$$

$$D_n = \sum_{i=1}^{n=3} n_i (y_i - y)^2 / (n-1) = \frac{68(5-3,7)^2 + 79(4-3,7)^2 + 98(3-3,7)^2}{244} =$$

$$= \frac{114,92 + 7,11 + 48,0}{244} \approx 0,69$$

Bu natijalardan o'rtacha kvadratik chetlanishlarni topamiz: $\tau_m = \sqrt{0,46} \approx 0,67$
 $\tau_n = \sqrt{0,69} \approx 0,83$

Bular asosida har ikki guruh uchun variatsiya ko'rsatkichlarini hisoblaymiz:

$$\delta_m = \frac{\tau_m}{\bar{X}} = \frac{0,67}{4,1} \approx 0,16 \qquad \delta_n = \frac{\tau_n}{\bar{Y}} = \frac{0,83}{3,7} \approx 0,22$$

Agar statistik alomatning qiymatdorlik darajasini $\alpha=0,05$ deb olsak, u holda Laplas funksiyasi jadvalidan statistika uchun kritik nuqta t_{kr} ni

$$\Phi(t_{kp}) = \frac{1-2\alpha}{2} = \frac{1-2 \cdot 0,05}{2} = \frac{0,9}{2} = 0,45$$

tenglikdan aniqlaymiz: $t_{kr}=1,67$. Bundan baholashning ishonchli chetlanishlarini topsak:

$$\Delta_m = t_\gamma \cdot \frac{D_m}{\sqrt{m}} = 1,67 \cdot \frac{0,45}{\sqrt{245}} = 1,67 \cdot \frac{0,45}{15,6} \approx 0,04$$

ga teng, nazorat gruppasida esa:

$$\Delta_n = t_\gamma \cdot \frac{D_n}{\sqrt{n}} = 1,67 \cdot \frac{0,69}{\sqrt{245}} \approx 0,07$$

ga teng. Topilgan natijalardan tajriba guruhi uchun ishonchli intervalni topsak:

$$\bar{X} - t_\gamma \cdot \frac{D_m}{\sqrt{m}} \leq a_x \leq \bar{X} + t_\gamma \cdot \frac{D_m}{\sqrt{m}}$$

$$4,1 - 0,04 \leq a_x \leq 4,1 + 0,04$$

$$4,064 \leq a_x \leq 4,14$$

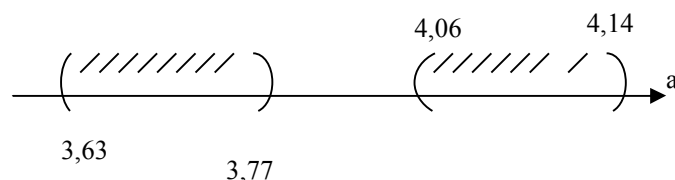
nazorat guruhi uchun ishonchli interval:

$$\bar{Y} - t_\gamma \cdot \frac{D_n}{\sqrt{n}} \leq a_y \leq \bar{Y} + t_\gamma \cdot \frac{D_n}{\sqrt{n}}$$

$$3,7 - 0,07 \leq a_y \leq 3,7 + 0,07$$

$$3,63 \leq a_y \leq 3,77$$

Buni geometrik tasvirlasak:



Demak, $\alpha=0,05$ qiymatdorlik darajasi bilan aytish mumkinki, tajriba guruhida oʻrtacha baho nazorat guruhidagi oʻrtacha bahodan yuqori boʻlar ekan.

YUqoridagi natijalarga asoslanib tajriba-sinov ishlarining sifat koʻrsatkichlarini hisoblaymiz.

Bizga maʼlum $\bar{X}=4,1$; $\bar{Y}=3,7$; $\Delta_m = 0,04$; $\Delta_n = 0,07$ ga teng.

Bundan sifat koʻrsatkichlari:

$$K_{yc6} = \frac{(\bar{X} - \Delta_m)}{(\bar{Y} + \Delta_n)} = \frac{4,1 - 0,04}{3,7 + 0,07} = \frac{4,06}{3,77} = 1,07 > 1;$$

$$K_{666} = (\bar{X} - \Delta_m) - (\bar{Y} - \Delta_n) = 4,06 - 3,63 = 0,43 > 0;$$

Olingan natijalardan oʻqitish samaradorligini baholash mezoni birdan kattaligi va bilish darajasini baholash mezoni noldan kattaligini koʻrish mumkin. Bundan maʼlumki, tajribadan keyingi koʻrsatkich tajribadan oldingi koʻrsatkichdan yuqori ekan.

Demak, zardushtiylar taʼlim tizimida qoʻllanilgan usullar, ilgʻor gʻoya va qarashlarni amaliyotga tatbiq qilish boʻyicha yaxshi natijaga erishilgani olingan koʻrsatkichlarning statistik tahlilidan maʼlum boʻlib turibdi.

3.2. XVI-IXX asrlarda Markaziy Osiyodagi jismoniy tarbiya usularidan zamonaviy ta'lim jarayonida foydalanish yo'llari.

Markaziy Osiyo ta'lim tizimidagi jismoniy tarbiyaga oid ilg'or g'oya va qarashlardan foydalanish jarayonlarini kuzatishda Buxoro davlat universitetining jismoniy madaniyat fakulteti, Olimpiya zahirali kolleji bizga asosiy tayanch tajriba–sinov maydonchalari bo'lib xizmat qildi.

Buxoro davlat universitetining jismoniy madaniyat, Olimpiya zahirali kolleji talabalari orasida olib borilgan so'rovlar tahlili shuni ko'rsatdiki, talabalar Markaziy Osiyodagi jismoniy tarbiya mohiyati, tarixiy asarlardada bayon qilingan asosiy g'oyalar haqida anchagina xabardor. Ammo, Markaziy Osiyoda tadqiqot o'tkazilayotgan davrda amal qilgan ta'limi tizimi, ta'lim va tarbiya shakllari, usullari haqida deyarli ma'lumotga ega emas.

Mustaqilligimizning dastlabki yillaridan boshlab Markaziy Osiyodagi 16-19 asrlardagi ta'lim tizimi, Shuningdek tarixiy asarlarning ning o'zbekcha tarjimalari va u haqdagi ma'lumotlar yanada ko'payib, ayrim fanlar tarkibida o'qitila boshlanishi talabalarining bu yo'nalishdagi bilimining oshishiga ijobiy ta'sir ko'rsatdi.

Biz o'z tadqiqotlarimizda, jismoniy madaniyat yo'nalishdagi I–IV kurslarda, mutaxassislik va jismoniy tarbiya tarixi o'quv fanlarini o'qitish va darsdan tashqari tadbirlarda Markaziy Osiyodagi ta'lim tizimida qo'llanilgan samarali ta'lim hamda tarbiya usullaridan foydalanish yo'llarini ko'rsatishga e'tiborimizni qaratdik. Bu jarayonda mashg'ulotlar tahlili, talabalar bilan savol–javoblar, so'rovlar, metodik yondashuvlar va ma'rifiy–tarbiyaviy tadbirlar mazmunini o'rganib, kuzatishlarni umumlashtirdik.

Bu jarayonni 3 ta qismga ajratdik:

- 1) Auditoriya mashg'ulotlari (maxsus kurs);**
- 2) Talabalarining mustaqil ijodiy–ilmiy faoliyati;**
- 3) ma'rifiy–tarbiyaviy tadbirlar.**

Keyingi ikki jarayon darsdan va auditoriyadan tashqari vaqtlarda bajariladigan tadbirlar tizimi bo'lib, ularda axloqiy–tarbiyaviy yo'nalish muhim

o'rin tutadi. Oliy maktabda ma'ruza ta'lim berishning asosiy shakli bo'lib qolayotgan bo'lsa ham, unga ijodiy yondashuv zarurligini nazarda tutib, «Avesto» bo'yicha o'qiladigan ma'ruza mashg'ulotining boshlanishini suhbat, yakunlashni esa umumlashtiruvchi bahs darsi sifatida belgilashni ma'qul ko'rdik. Chunki birinchi suhbat orqali talabalarda yangi mavzuga qiziqish uyg'otib, ularni ma'ruza tinglashga tayyorlash ko'zda tutilsa, yakuniy mashg'ulotda erkin fikrlash va muayyan xulosalarga kelish imkoni tug'iladi.

16-19 asrlarda yaratilgan tarixiy asarlarning asosiy qismlarining keyingi o'n yil davomida o'zbek tilidagi tarjimalari ancha ko'payganini (jurnallardagi va alohida kitob holdagi namunalari) nazarda tutib talabalarining mustaqil ijodiy ishlari mazmuniga 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiya bilan bog'liq mavzular, eng avvalo, ushbu tarbiya jarayonining Yoshlarning ma'naviy-ma'rifiy, hamda jismoniy kamolotiga doir masalalarni kiritish maqsadga muvofiqdir.

III-bob bo'yicha xulosa

Buxoro viloyati Olimpiya zahiral kolledjida o'tqazilgan tadqiqotlar natijasida amaliyot jarayonini o'tayotgan talabalar o'rtasida XVI-IXX Asrlarda markaziy osiyodagi jismoniy madaniyatga oid qarashlardan foydalanish samaradorligi yetarli darajada emasligi aniqlanib, ularga ajdodlarimiz tomonidan jismoniy tarbiya yo'nalishi bo'yicha foydalanilgan vositalar, usullar, metodlar to'g'risida tushuncha berib borildi. Tushunchalar natijasiga ko'ra ularda ma'lum darajada bilimlar shakllantirilib, unga ko'ra 16-19 asrlarda markaziy osiyoda jismoniy tarbiyaga oid qarashlarni hozirgi zamonaviy pedagogik yondashuvlar asosida foydalanish tavsiya etildi.

XULOSA

1. 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda yashab ijod etgan mutafakkirlarning ta'lim-tarbiyaga oid qarashlari va ta'lim tizimidagi ilg'or fikr hamda g'oyalarni aniqlash muhim ahamiyatga ega.
2. Yosh avlodni barkamol inson, yuksak axloq sohibi etib tarbiyalashda ajdodlarimizning jismoniy madaniyat va tarbiyaga oid ilg'or fikr va qarashlarining ahamiyatini o'rganish dolzarb muammo hisoblanadi.
3. Markaziy Osiyo madrasalari qadimdan o'z nufuziga ega bo'lib, talabalarning ma'naviy qiyofasini shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etdi. Bu esa xalqimizning ming yillar davomida shakllangan an'analari, urf-odat, axloq-odob me'yorlari, tarixiy milliy qadriyatlarini saqlab qolishga, talabalarni sog'lom, kamtar, xushmuomalali, rostgo'y, olijanob, sabr-toqatli, halol qilib tarbiyalashga yordam beradi.
4. Barcha "Jismoniy madaniyat va tarbiya tarixi" bo'yicha yozilgan darsliklar, o'quv qo'llanmalarida eng qadimgi davrlardan boshlab, Temuriylar davridagi jismoniy madaniyat va tarbiya to'g'risida mufassal axborotlar bayon qilinib, ma'lum tahlillar amalga oshirilib, so'ngra 19-asrning oxiri va hozirgi kungacha bo'lgan tarixiy davrlardagi ma'lumotlar keng yoritilgan holda 16-19 asr Shuningdek, 19 asrning birinchi yarmi, ya'ni 350 yildan ko'proq davrdagi jismoniy madaniyat va tarbiya to'g'risida ma'lumotlar umuman uchramaydi.
5. Shu sababli ham biz ushbu davr tarixchilari yozib qoldirgan asarlar mazmunini tahlil qilgan holda 16-asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat va tarbiya tizimi qanday yo'lga qo'yilganligini o'rganib jismoniy madaniyat yo'nalishidagi "Jismoniy tarbiya tarixi" kursi uchun ushbu davrlardagi ma'lumotlar bilan to'ldirish lozim deb hisoblaymiz.

TAVSIYALAR

16-19 asrlarda Markaziy Osiyo ta'lim tizimi bosqichlarida qo'llanilgan qarashlar va fikrlarni oliy va o'rta maxsus o'quv yurtlarida o'rganish yuzasidan kuzatishlar va o'tkazilgan tajriba-sinov natijalari ayrim tavsiyalarni taklif qilishga undaydi:

1. Har bir o'quv yurtida o'qituvchi, murabbiy, talaba va o'quvchilarni milliy merosimiz durdonalari bo'lgan tarixiy badiiy-v-ma'rifiy asarlar pandnomalar bilan chuqurroq tanishtirish maqsadida alohida tadbirlar rejasi ishlab chiqish maqsadga muvofiqdir.

2. O'z xususiyatidan kelib chiqqan holda fanlarni o'qitish jarayonida o'z mazmunida jismoniy tarbiyaga oid fikrlarni mujassamlashtirgan tarixiy asarlarning ma'naviy-ma'rifiy va qomusiy ahamiyatini alohida ta'kidlab, talabalarga muayyan ma'lumotlar berilib borilishi zarur.

3. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish" fani namunaviy dasturida "16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat taraqqiyoti va uning ilmiy pedagogik asoslari" mavzusini kiritgan holda, ta'lim tizimi bosqichlari, ta'lim tizimining mohiyati, ta'lim tizimi bosqichida qo'llanilgan jismoniy tarbiyaga oid ta'lim va tarbiya usullari to'g'risida ma'lumotlar berish. Shundan kelib chiqqan holda «Jismoniy tarbiya tarixi» kursi mundarijasiga kamida 4 soatga mo'ljallangan "16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat taraqqiyoti va uning ilmiy pedagogik asoslari sarlavhali mavzuni kiritish zarur.

4. Oila pedagogikasi namunaviy dasturiga "16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda oila tarbiyasi: ayol erki, va qizlar tarbiyasi" mavzusini kiritgan holda oila asoslari, oilaning tuzilishi, tarkibi, oila ma'naviyati, ota-onalarning oiladagi mavqelari, oilada ayol erki, burchi va xuquqlari, qizlarning sog'lom avlodni tarbiyalash va o'z salomatligini muhofaza qilishga qaratilgan ma'lumotlarni berish maqsadga muvofiqdir.

5. Ajdodlarimiz tomonidan yozib qoldirilgan o'z mazmunida jismoniy tarbiyaga oid qarashlarni jamlagan fors tilidagi pandnomalarni tarjima qilish asosida ularni o'zbek o'quvchilariga etkazish va ularning mohitini anglashga e'tibor qaratish.

6. Talabalarning ilmiy–ijodiy faoliyatida 16-19 asrlarda Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyat taraqqiyoti va uning ilmiy pedagogik asoslari mavzusda referatlar, ma’ruzalar, kurs ishlari axborot va dars bayonlarining tanlovlarini o‘tkazib turish.

7. Talabalarning pedagogik amaliyoti va ekspeditsiyalari davrida Markaziy Osiyoda jismoniy madaniyatga oid qarashlar bilan bog‘liq urf-odatlar, ta’limiy mavzudagi pandnoma, naqllarni to‘plash va o‘rganish rejalarini belgilash va amalga oshirish.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

I. Ijtimoiy siyosiy adabiyotlar

1. Sh.M.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza 2016 yil 7 dekabr /Sh.M.Mirziyoyev. – Toshkent“O'zbekiston”, 2017. – 36 b
2. Sh.M.Mirziyoyev Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. Mazkur kitobdan O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoevning 2016 yil 1 noyabrdan 24 noyabrga qadar Qoraqalpog'iston Respublikasi, viloyatlar va Toshkent shahri saylovchilari vakillari bilan o'tkazilgan saylovoldi uchrashuvlarida so'zlagan nutqlari o'rin olgan /Sh.M.Mirziyoyev. – Toshkent : “O'zbekiston”, 2017. – 488 b.
3. O'zbekiston Respublikasi “Ta'lim to'grisidagi qonuni”.
4. O'zbekiston Respublikasi «Kadrlar tayyorlash milliy dasturi».
5. O'zbekiston Respublikasi prezidentining "Sog'lom avlod uchun farmoni" 1993 y

II. Ilmiy adabiyotlar

6. O'zbekiston Respublikasi «Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi qonuni, T., 1992 ,2000 y.y.
7. R.A.Abdumalikov, Alibekov Sh., Norkulov Sh. «Halq milliy uyinlari mazmunida ma'naviyat masalalari». Toshkent, 1995. B.9.
8. R.Abdumalikov, Eshnazarov J.E., Ajdodlar jismoniy madaniyat tarixini o'rganish masalalari, o'quv qo'llanma, —T., Matbuot, 1993.
9. A.K.Akramov, O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sport tarixi, o'quv qo'llanma, —T., O'zDJTI nashr, 1997.
10. Ataev A.K, Farzandlaringiz barkamol bo'lsin. T. Ibn Sino, 1990 y
11. Alpomish dostoni 1-2-qismlar, —T., «O'zbekiston», 1992— 1993.
- 12.B.A.Axmedov, Amir Temur, tarixiy roman, -T., 1995.

13. A.Abdullayev, Xonkeldiyev Sh.H. jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati, darslik. Farg'ona-2005 y 270 b.
14. A.Abdullayev Jismoniy tarbiya vositalari. O'quv qo'llanma. Farg'ona-1998
15. A.K. Akramov "O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sport tarixi" o'quv qo'llanma. T. O'zDJTI 1997 yil 168 b.
16. M.S. Axmatov Uzluksiz ta'lim tizimida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarini samarali boshqarish, monografiya. T., O'zDJTI, 2005, 279 b.
17. B.Kun «Vseobshaya istoriya fizicheskoy kul'tury i sporta», M., «Raduga», 1982, 399 s.
18. A.N.Normurodov Jismoniy tarbiya. Toshkent: O'zbekiston. 1998.
19. T.X Xoldarov, Abdumalikov R, Qurbonov S. «Barkamol avlod» sport klubi, o'quv-uslubiy qo'llanma, T-2004 y 47 b.
20. R.I.Ismoilov, Sholomitskiy Yu.S., O'zbekistonda fizkultura tarixi, metod.kul., «O'qituvchi» 1968.
21. P.A.Kazieva, Razvitie jenskogo fizkulturnogo dvijeniya v Uzbekistane. —T., «O'zbekiston» 1979.
22. I.Mo'minov «Amir Temurning O'rta Osiyo tarixida tutgan o'rni». T. - 1968.
23. R.S. Salomov "Sport mashqlarining nazariy asoslari". Toshkent-2005, 82 b.
24. Y.M. Yunusova "Sport faoliyatining nazariy asoslari". Toshkent-1994, 11 b.
25. R.S.Salomov, M.M.Ro'zioxunova "Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati". Toshkent-1996, 5b.
26. M.Sharipova "Qora belbog'" sohibasi // Bekajon. Oilaviy gazeta. 2008. 17 iyul. № 57.
27. K.T. Shakirjanova "Sportni boshqarish tizimida ayollar rolini oshirish". "Fan sportga" ilmiy nazariy jurnal. 2/2007. 17 b.
28. J.Eshnazarov Jismoniy madaniyat tarixi va boshqarish. T.: Fan va texnologiya, 2008.

29. E. Ernazarov Olimpiada – jaxon sporti bayrami. T., Sharq, 2008.
30. K.D.Yarashev, Ommaviy sogiomashtiruvchi jismoniy tarbiya va xalq milliy o'yinlari bo'yicha mutaxassislar tayyorlash masalalari, monog., -T., O'zDJTI nashr., 1997.
31. K.D.Yarashyev, Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish, darslik, -T., Ibn Sino, 2002, 223-bet.
32. K.D.Yarashev, Abdumalikov R., Komilov X.K., «Alpomish» va «Barchinoy» maxsus testi majmuasini ommalashtirish yo'llari, o'quv qo'llanma, -T., O'zDJTI nashr., 2002, 52-bet.
33. K.D.Yarashev, Abdumalikov R., Xoldorov T.X. va boshqa, Jismoniy madaniyat tarbiyasining nazariy va uslubiy asoslari, o'quv qo'llanma, -T., O'zDJTI nashr., 2003, 92-bet.
34. A.Yaroskiy, Poddubniy A., O'zbekistonning xalqaro sport aloqalari, — T., «O'zbekiston», 1980.
35. T.T.Yunusov, Abdumalikov R., Yarashev K.D., Assolom Olimpiada, T., O'zDJTI nashr., 1993.
36. A.Q.Hamroqulov, Yunusov T.T. Olimpiya bilimlari asoslari, o'quv qo'llanma, T., «Sharq» nashr., 2002, 93-bet.
37. K.Xoshimov, Nishonova S., va b. Pedagogika tarixi. T., O'qituvchi, 1997.
38. O'zbekistonning yangi tarihi, 1 kitob. T.: Sharq, 2000.
39. R.Q.Qudratov, Abdumalikov R., Xoldorov T.X., Sog'lom avlod tarbiyasida jismoniy tarbiya va sport, o'quv qo'llanma, —T., O'zDJTI nashr., 2003, 90-bet.
40. M.Qoshg'ariy, Devonu lug'otit turk, 3-tom, 1960.
41. U.Qoraboev “O'zbek xalq o'yinlari” Toshkent 2001
42. XXI asr - Istiqbolimiz timsollari, -T., 1991.
43. Kamoliddin Binoiy “Shayboniynoma”
44. Xofiz Tanish Buxoriy “Sharafnomayi Shoxiy” (Abdullanoma)
45. Sh.J. Saidov Markaziy Osiyo xalqlari tarixi 2015 g. - T.: TDSHI, 2014. 140 b.

46. Abdulla Avloniy «Tarix», (1913y)
47. Abdulla Avloniy «Turkiy guliston va axloq» (1913y)
48. Muhammad ali Baljuvoniyning “Tarixi nofeiy” asari
49. Taftazoniy “Tahzib al-mantiq va-l-kalom”
50. Mahmud ibn Ahmad Mahbubiy «Viqoyat ar-rivoya fi masoilil Hidoya»
51. Muhammad Akbar (XVII asr)ning «Mezon at-tib»
52. Ahmad Yassaviy. Devoni hikmat T. 1992
53. Z.Islomov, D.Rahimjonov, J.Najmiddinov Dunyo dinlar tarixi T.2017
54. Xoja Samandar Termiziyning «Dastur ul-muluk» asari
55. Fazlulloh ibn Ro‘zbexon “Mehmonnomai Buxoro”
56. Abdulla ibn Muhammad ibn Ali Nasrullo “Zubdat ul - osor”, (bu asar
“Abdullanoma” nomi bilan mashhur),
57. Hofiz Tanish ibn Mir Muhammad al – Buxoriy “Sharafnomayi Shohiy”
58. Muhammad ibn Vali “Bahr ul –asror”,
59. Zayniddin Vasifiy “Badoe ul vaqoe”
60. Muhammad Yusuf Munshiy “Tarixi muqimxon” asarlarining

III. Chet el adabiyotlari

61. Визитей Н.Н, Курс лекций по истории спорта: учеб.пособие.- М:
Физическая культура, 2006.-328 с.
62. Голощапов Б.Р. История физической культуры и спортта: учеб,
пособие для студ. высш. пед. учеб, заведений \ Б.Р.Голощапов.-М:
Издательский центр «Академия», 2004.-312 с.

IV. Internet saytlari

1. <http://www.Ziyonet.uz>
2. <http://www.fizkult-ura.ru/>
3. <http://enc-dic.com/word/f/fizkultura-1200.html>

