

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR  
BERUVCHI PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10. RAQAMLI ILMIY KENGASH  
ASOSIDA BIR MARTALIK ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**TURSUNOV OQIL AMRULLOYEVICH**

**KO‘PKARI - MILLIY ETNIK O‘YIN SIFATIDA, UNING ZAMONAVIY  
SPORT TURLARI TARAQQIYOTIDAGI AHAMIYATI**

**13.00.04 - Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomlashtirish va adaptiv jismoniy  
tarbiya nazariyasi va metodikasi  
13.00.01 - Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta’limotlar tarixi**

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi  
AVTOREFERATI**

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi avtoreferati  
mundarijasi**

**Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)  
по педагогическим наукам**

**Contents of Dissertation Abstract of the Doctor of Philosophy (PhD)  
on pedagogical sciences**

**Tursunov Oqil Amrulloevich**

Кo‘pkari - milliy etnik o‘yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari taraqqiyotidagi ahamiyati.....3

**Турсунов Окил Амруллоевич**

Кoпкaри кaк нaциoнaльнaя этничeскaя игрa, ee знaчeниe в рaзвитиe сoврeмeннoгo спoртa.....25

**Tursunov Okil Amrulloevich**

Кoпкaри as a natioнal ethnic game, its significance in the development of modern sports.....49

**E‘lon qilingan ilmiy ishlar ro‘uxati**

Список опубликованных работ

List of published works.....53

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI HUZURIDAGI ILMIY DARAJALAR  
BERUVCHI PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10. RAQAMLI ILMIY KENGASH  
ASOSIDA BIR MARTALIK ILMIY KENGASH**

---

**BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI**

**TURSUNOV OQIL AMRULLOYEVICH**

**KO‘PKARI - MILLIY ETNIK O‘YIN SIFATIDA, UNING ZAMONAVIY  
SPORT TURLARI TARAQQIYOTIDAGI AHAMIYATI**

**13.00.04 - Jismoniy tarbiya, sport mashg‘ulotlari, sog‘lomashtirish va adaptiv jismoniy  
tarbiya nazariyasi va metodikasi**

**13.00.01 - Pedagogika nazariyasi. Pedagogik ta‘limotlar tarixi**

**Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi  
AVTOREFERATI**

**Falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi mavzusi O‘zbekiston Respublikasi Oliy attestatsiya komissiyasida B2024.2.PhD/Ped7350 raqam bilan ro‘yxatga olingan.**

Dissertatsiya Buxoro davlat universitetida bajarilgan.

Dissertatsiya avtoreferati uch tilda (o‘zbek, rus, ingliz (rezyume) Ilmiy kengashning veb-sahifasida [www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz) hamda “ZiyoNET” Axborot-ta’lim portalida ([www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)) manzillariga joylashtirilgan.

**Ilmiy rahbar:**

**Abdullayev Mehriddin Junaydulloyevich**  
Pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

**Rasmiy oponentlar:**

**Izbullayeva Gulchehra Valeriyevna**  
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

**Raxmonov Rauf Rasulovich**

Pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa doktori (PhD), dotsent

**Yetakchi tashkilot:**

**Jizzax davlat pedagogika universiteti**

Dissertatsiya himoyasi Buxoro davlat universiteti huzuridagi ilmiy darajalar beruvchi PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10 raqamli Ilmiy kengash asosida bir martalik ilmiy kengashning 2025 yil “\_\_” \_\_\_\_\_ soat \_\_\_\_dagi majlisida bo‘lib o‘tadi. (Manzil: 200118, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko‘chasi, 11-uy. Tel.: (65) 221-29-14, faks (99865) 221-29-14: e-mail; [buxdu\\_rektor@buxdu.uz](mailto:buxdu_rektor@buxdu.uz)

Dissertatsiya bilan Buxoro davlat universiteti Axborot-resurs markazida tanishish mumkin (\_\_\_\_\_ raqam bilan ro‘yxatga olingan). Manzil: 200118, Buxoro shahri, Muhammad Iqbol ko‘chasi, 11-uy. Tel.: (65) 221-29-14.

Dissertatsiya avtoreferati 2025 yil “\_\_” \_\_\_\_\_ kuni tarqatildi.

(2025 yil “\_\_” \_\_\_\_\_dagi \_\_\_\_\_ raqamli reyestr bayonnomasi).

**B.B.Ma‘murov**

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash raisi,  
pedagogika fanlari doktori (DSc), professor

**A.E.Sattorov**

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash ilmiy  
kotibi, pedagogika fanlari bo‘yicha falsafa  
doktori (PhD), professor

**R.H.Kadirov**

Ilmiy darajalar beruvchi ilmiy kengash  
qoshidagi Ilmiy seminar raisi pedagogika  
fanlari nomzodi, professor

## **KIRISH (falsafa doktori (PhD) dissertatsiyasi annotatsiyasi)**

**Dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati:** Dunyodagi mavjud bo'lgan xalqlar taraqqiyotida umuminsoniy xarakterdagi milliy sport turlarini rivojlantirish va takomillashtirish ayniqsa ot sporti va u bilan bog'liq qadimiy sport turlarini rivojlantirish masalalari asrlar davomida shakllanib, sayqallashib kelmoqda. Dunyoda xususan O'rta Osiyo xalqlari (o'zbek, tojik, qirg'iz, afg'on va qozoq) orasida ko'pkari ot sporti ommalashtirish va polvonlarning jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish borasida qator ilmiy tadqiqot ishlari amalga oshirilmoqda. Biroq, tarixning burilish pallasida har bir millatning milliyligi, o'zlikni saqlab qolish, xalqlarning milliy sport turlarini rivojlantirish va ommalashtirish insoniyat olidida turgan global va dolzarb muammolardan biri hisoblanadi.

Jahon xalqlarining milliy sport turlari jumladan ot bilan bog'liq sport turlari bugungi globallashtirish va integratsiyalashuv jarayonlarida tobora unifikatsiyalashib, umuminsoniy xarakterga ega bo'lib bormoqda. Ko'pkarichilarni musobaqalarga tayyorlashning yangicha usullarini qo'llash, texnik usullarga o'rgatishning yoshga xos xususiyatlari, jismoniy tayyorgarlikni oshirish, polvonlarni mashg'ulot va musobaqa jarayonini takomillashtirishga bag'ishlangan ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda. Shu boisdan, ko'pkarida bellashuvlarning o'ziga xos xususiyatlaridan kelib chiqqan holda, polvonlarni asosiy musobaqa faoliyatiga tayyorlash jarayonini takomillashtirish bo'yicha mashg'ulotlar sikllarini samarali ishlab chiqishga zaruriyat yuzaga kelmoqda. Ko'pkarichi polvonlarni musobaqa faoliyatiga tayyorlashning boshlang'ich bosqichida o'quv-mashg'ulot jarayoni tarkibining tuzilishi, mazmuni va metodikasi, amaliy ko'rinishdagi texnik mahorat bilan pedagogik uslublarni deyarli yo'qligi, ko'pkarichi polvonlarni jismoniy tayyorgarligini takomillashtirish masalasi bugungi kunda dolzarbligi bilan ahamiyatli.

Respublikamizda milliy etnik o'yinning tarkibiy qismi sifatida shakllangan umumxarakterdagi o'yinlarda oshkora xarakterdagi nafaqat milliy o'yinlar balki, qardosh xalqlarning xalq og'zaki eposining ajralmas qismi folklorini, ularning kiyinishi, milliy va madaniyatlar uyg'unlashgan milliy raqs turlari, xo'jalik, iqtisodiy, madaniy va man'aviy an'analari va shu bilan birga tizimli etnopedagogik belgi-simvollarini o'zida aks ettirgan. "Biz yoshlarning mamlakatimiz hayotidagi demokratik jarayonlarda faol ishtirok etishiga, ularning siyosiy va ijtimoiy, jismoniy salohiyatini oshirishga alohida e'tibor qaratishimiz lozim."<sup>1</sup> Bizning davrimizda jismoniy tarbiya va sport masalasi davlat siyosati darajasiga ko'tarildi. O'zbekiston mustaqillikka erishgandan so'ng sport sohasi nafaqat mamalakatni dunyoga tanitish, balki xalqimizning sog'ligini mustahkamlash, sog'lom avlodni tarbiyalashning asosiy mezon sifatida katta e'tibor berildi. Hozirgi ijtimoiy jarayonda "oliy sportda erishilgan yutuqlar bilan chegaralanmasdan, ommaviy sportga ham katta e'tibor berish zarurati tug'iladi".<sup>2</sup> Bugungi davr

---

<sup>1</sup> Mirziyoyev Sh.M. O'zbekiston yoshlariga bayram tabrigi. 2019-yil 30-iyun.

<sup>2</sup> Mirziyoyev Sh.M. Oliy sportda erishilgan yutuqlar bilan chegaralanmasdan, ommaviy sportga ham katta e'tibor berishimiz kerak. Xalq so'zi. 2018-yil 20-sentabr.

mukammallashgan milliy sport o'yinlarining qadimgi ildizlarini o'rganish, ularning taraqqiyot bosqichlarini davrlashtirish, bugungi pedagogikadagi ahamiyatini asoslash zarurati tabiiy ravishda ehtiyoj sifatida paydo bo'ladi. Mana shu masalalarni ilmiy-nazariy manbalar asosida yoritish masalasi mavzuning dolzarbligi va zarurati hisoblanadi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2024-yil 6-dekabrda "Jamoaviy sport turlarini rivojlantirish va iqtidorli yoshlarni saralab olish tizimini takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-421-son, 2021-yil 11-martdagi "Yilqichilik va ot sportini yanada rivojlantirish hamda zamonaviy beshkurash va polo turini ommalashtirish bo'yicha qo'shimcha chora-tadbirlar to'g'risida"gi PQ-5024-son, 2021-yil 5-avgustda "O'zbekistonda yilqichilik, ot sporti, zamonaviy beshkurash va poloni 2025 yilgacha rivojlantirish davlat dasturi to'g'risida"gi PQ-5211-son, 2021 yil 6-avgustda "Chavandozlar maktablari faoliyatini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-5212-son, 2021-yil 5-noyabrda "Sport ta'lim muassasalari faoliyatini 2025-yilgacha rivojlantirish dasturi to'g'risida"gi PQ-5280-son, hamda 2021-yil 5-noyabrda "2024-yil Parij shahrida (Fransiya) bo'lib o'tadigan XXXIII yozgi Olimpiya va XVII Paralimpiya o'yinlariga O'zbekiston sportchilarini kompleks tayyorlash to'g'risida"gi PQ-5281-sonli qarorlari va mazkur sohaga tegishli boshqa me'yoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishga ushbu dissertatsiya tadqiqoti muayyan darajada xizmat qiladi.

**Tadqiqotning Respublika fan va texnologiyalarni rivojlantirishning asosiy ustuvor yo'nalishlariga mosligi:** Dissertatsiyada O'zbekiston Respublikasi ta'lim, fan va axborot texnologiyalarini rivojlanish vazirligining "Axborotlashgan jamiyat va huquqiy demokratik davlatni ijtimoiy-huquqiy, iqtisodiy-madaniy va ma'naviy-ma'rifiy rivojlantirishda innovatsion g'oyalarni tizimli shakllantirish orqali ularni amalga oshirish istiqbolli yo'llari" shaklida tizimli amalga oshirish rejalashtirilgan.

**Muammoning o'rganganlik darajasi:** Mustaqillik yillarida respublikamizda ko'pkari sport turi yoki ushbu tadqiqot mavzusiga yaqin yo'nalishlarda ilmiy izlanishlar olib borgan o'zbek tadqiqotchi olimlarni kiritish mumkin. Jumladan, M.Qodirov, T.S.Usmonxo'jayev, F.Xo'jayeva, U.X.Qoraboyev, R.Yo'ldosheva, G'afur Habubillo, F.Nasriddinov, A.Qosimov, M.Daminov, G.Adambekova, E.G'.G'oziyev, Sh.Anorbetova, V.Mirzayev, T.Abduraximov, I.R.Abdurahmonov, Sh.Galiyevlar ushbu sohada bir qator muhim ilmiy tadqiqotlar amalga oshirganlar.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Қодиров М. Ўзбек халқ томоша санъати. –Тошкент: Ўқитувчи, 1974. –Б.123. Усмонхўжаев Т.С., Хўжаева.Ф. Минг бир ўйин. –Тошкент: Ибн Сино, 1990. –279 б.; Қорабоев У.Х. Ўзбекона ўйинлар. // Гулистон. –Тошкент: Фан, 1991. –№ 9.; Йўлдошева Р. Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий аҳамияти.– Тошкент: Фан, 1992. –167 б.; Ҳабибулла Ғофур Халқ ўйинлари, кўшиқлари ва аъналарига бир назар. – Тошкент, 1992. –Б.15.; Насриддинов Ф., Қосимов А. Ўзбек халқ -миллий ўйинлар. –Тошкент, 1993. –106 б.; Даминова М., Адамбекова Г. Ўйин машғулотлари. –Тошкент: Ўқитувчи, 1993. –93 б.; Ғозиев Э.Ғ., Анарметова Ш. Ўйин назарияси. –Тошкент: Чўлпон, 1995. –40 б.; Мирзаев.В. Тўптош ўйини. –Тошкент: Чўлпон, 1996. –40б.; Адурахимов Т. Ўзбек халқ ўйинлари ва томошалари. – Тошкент: НДА; 1997. –Б.52-56.; Абдурахманов И.Р. Узбекские народные игры и представления (XX век южные области Узбекистана). Автореф...дис. канд. пед. наук. –Ташкент, 1997. –29 с.; Галиев Ш. Ўзбек болалар ўйин фольклорининг таснифи ва поэтикаси. Филология фанлари номзоди... дис. –Тошкент, 1998. –168 б.

Mustaqil Davlatlar Hamdo'stligi davlatlarida ko'pkari ot sporti rivojlanishi, mashg'ulotlarida kuch, chidamlilik, koordinatsiya kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga oid ma'lumotlarni V.S.Martinixin, E.M.Peshereva, V.V.Bartold, G.P.Snesarev, S.P.Nesterov, A.Divayev, A.Shishov, A.P.Xaroshkinlar bir qancha tadqiqotlarni keltirib o'tganlar.<sup>4</sup>

Ko'pkari ot sporti va uning tarkibiga kiruvchi jismoniy tayyorgarlik bilan bog'liq barcha sport o'yinlarining qadimiy tayanch nuqtalari qaysi manzillarda va qanday shart-sharoitlarda tashkil topganligi, shakllanishi va taraqqiy etayotgan bosqichlarini tizimli tahlillashga oid tadqiqotlarda samarali izlanishlar olib borgan dunyo olimlaridan M.Jemson, E.Gordon, S.Frechkop, E.E.Kuzmina, Bahouddin O'gellar asarlari tahlil qilinadi<sup>5</sup>.

Yuqoridagi fikrlarni inobatga olgan holda shuni xulosa qilishimiz mumkinki, Dunyo miqyosida har bir fan sohasida ilmiy tadqiqotlar sezilarli darajada o'sib bormoqda. Sharq mamlakatlarida esa sport turlaridan biri bo'lgan ko'pkari sportining yetarlicha o'rganilmaganligi, zamonaviy davrgacha ushbu sohada qisqa, ammo yetarlicha tadqiqotlar olib borilmaganligi bilan izohlanadi. Bu esa ushbu yo'nalish bo'yicha tadqiqotlar olib borish zaruriyatini keltirib chiqarmoqda.

**Tadqiqotning dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasi ilmiy tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi:** Dissertatsiya ishi Buxoro davlat universitetining tadqiqot ishlari rejasida "Barkamol avlodni ma'naviy-axloqiy, jismoniy tarbiyalashda buyuk ajdodlarimiz an'alaridan foydalanishning ilmiy-pedagogik asoslari" muammosi doirasida bajarilgan.

**Tadqiqotning maqsadi:** Ko'pkari - milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari taraqqiyotidagi ahamiyatiga doir ilmiy-nazariy tavsiyalar ishlab chiqishdan iborat.

**Tadqiqotning vazifalari:** Dissertatsiya mavzudan kelib chiqqan holda, mazkur tadqiqot oldiga quyidagi aniq vazifalar qo'yildi:

- ko'pkari ot sporti mashg'ulotlarida kuch, chidamlilik, epchillik, koordinatsiya, reaksiya tezligi kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan kompleks mashqlarini qo'llash metodikasini ishlab chiqish;

---

<sup>4</sup> Мартынихин В.С. Профилактика и физическая реабилитация остеохондроза поясничного отдела позвоночника в условиях тренировочного процесса у занимающихся конным спортом. // Автореф. дисс. – Москва 2015. –24 с.; Пешерева Е.М. Некоторые игры среди оседлого населения Туркестана. // Бюллетень САГУ. 1925. –Т.2. –С.82-98.; Бартольд В.В. История культурной жизни Туркестана. Сочинения. –М., 1963. –Т.II. –Ч.1. –С.532.; Снесарев Г.П. К вопросу о происхождении праздничества суннат той в его среднеазиатском варианте. // Занятия и быт народов Средней Азии. –Л., 1971. –Т.3. –С.256-273.; Нестеров С.П. Конь в культурах тюркоязычных племен Центральной Азии в эпоху средневековья. –Новосибирск: Наука, 1990. –С.79.; Диваев А. Древние игры киргизской молодежи. // Туркестанская ведомость. 1907. –№54; Шишов. А. Сарты. / Этнографическое и антропо-логическое исследование. Ч.I. Этнография. –Ташкент: 1904. –С. 225-226.; Шишов А., Хорошкин А.П. Сборник статей, касающихся до Туркестанского края. –Спб., 1876.; Фирсов В. Туркестан и Туркестанские породы лошадей. Туркестанский сборник. 1895. Т.479. – С.218.

<sup>5</sup> Jamson M. Mucanean Religion. –Археology, 1960. –Р. 16-23; Gordon E. Animals as Represented in the Sumerian Proverds and fables. // Сб. Древний мир, –М.:1962. –Р. 105-119.; Frechkop.S. La Specifitedu Chevat de Prjewalsku, Bulletin de Institute des sciences naturel Belgique. Bruxelles. 1965.-vol. XLI. –№29.; Kuzmina E.E The Earliest Evidence of Horse onnection with the Problem of Time and Plase of the Indo-European Unity, -VIII Congres international des sciences prehistoriques et protohistoriques. –Belgrade, 1971.; Bahaeddin Ogel (prof. Dr) Dünden bu'güne.Türk Kültürünün Gelişme Çağları. Türk Dünyası Araştırmaları Vakfi. –Istanbul, 1998. –788 b.

- ko'pkari musobaqalarida sportchilar jismoniy va psixologik tayyorgarligining tashqi namoyon bo'lishi orasidagi o'zaro korrelyatsion bog'liqlikni aniqlash;

- ko'pkari ot sporti etnik o'yin turlari sifatida uning arxaik genezisi, taraqqiyot bosqichlari va globallashtirish sharoitida zamonga mos bo'lgan sport o'yinlari rivojlanishidagi ahamiyati masalasini takomillashtirish va amaliyotga tadbiiq qilish modelini ishlab chiqish;

- ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi sportchilarning jismoniy, texnik, taktika va psixologik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan haftalik sikl mashg'ulotlar tizimini ishlab chiqish.

**Tadqiqotning obyekti:** Ko'pkari ot sport etnik o'yinlarining etnik genezisiga oid arxiv manbalari, ilmiy nazariy adabiyotlar, davriy matbuot materiallari jismoniy tarbiya tizimi tadqiqot obyekti hisoblanadi.

**Tadqiqot predmeti:** Ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi polvonlarning jismoniy va texnik tayyorgarligini rivojlantirish usullari tashkil qiladi.

**Tadqiqot usullari:** Dissertatsiyani yozishda mahalliy va xorijiy adabiyotlardagi ma'lumotlarni ilmiy-nazariy jihatdan tahlil qilish va umumlashtirish, diagnoz (tadqiqot so'rovlari, testlar o'tkazish, kuzatish, loyihalashtirilgan metodlar), pedagogik nazorat, pedagogik testlash, ekspert baholash uslubi, prognoz materiallari, eksperimental va matematik-statistik kabi usulblardan foydalanilgan.

**Tadqiqotning ilmiy yangiligi** quyidagilardan iborat:

ko'pkari ot sporti mashg'ulotlarida kuch, chidamlilik, epchillik, koordinatsiya va reaksiya tezligi kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan kompleks (yelka, qo'l va bel mushaklarini mustahkamlovchi, chidamlilikni oshiruvchi, ot ustida boshqaruv va muvozanatni yaxshilovchi, otda yugurish va manyovr hamda reaksiya va tezkorlikni rivojlantiruvchi) mashqlarni sportchilarning yoshi va jismoniy tayyorgarligiga mos ravishda tizimli qo'llash hisobiga ularning kompleks tayyorgarligi takomillashtirilgan;

ko'pkari musobaqalarida sportchilarning jismoniy (yuqori, o'rtacha, past) va psixologik (ruhiy barqarorlik, strategik fikrlash, jamoaviy muloqot va taktika, tiklanish hamda restavratsiya mashqlari) tayyorgarlik darajalari orasidagi o'zaro korrelyatsion bog'liqlikni aniqlash hisobiga sportchilarning harakat tayyorgarligi va o'zaro muloqotga kirishish, sherigini so'zsiz tushunish qobiliyatini rivojlantirish imkoniyatlari oshirilgan;

ko'pkari ot sporti etnik o'yin turlarining rivojlanish genezisi va taraqqiyot bosqichlari, uning globallashtirish sharoitida zamonga mos sport o'yinlari rivojlanishidagi ahamiyati masalasini takomillashtirish hamda amaliyotga tadbiiq qilish modelining tashkiliy-didaktik komponentlari tarkibiga munozarali o'qitish (discussion-based learning), axborot-kommunikatsion texnologiyalar asosida o'qitish (ICT-learning) kabi o'qitish usullarini kiritish hisobiga talabalarning o'zlashtirish imkoniyatlari kengaytirilgan;

ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi sportchilarning jismoniy, texnik, taktika va psixologik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan haftalik sikl

mashg'ulotlarini murakkab va tizimli reja asosida olib borish hisobiga mashg'ulotlar yuklamalarini oson o'zlashtirish imkoniyati kengaytirilgan.

**Tadqiqotning amaliy natijalari:** quyidagilardan iborat:

Ko'pkari ot sportining etnik o'yinlari tarixiy genezisi, taraqqiyot tamoyillari va zamonaviy sport o'yinlari takomillashuvidagi ahamiyatiga oid va zamonaviy sport o'yinlarining etnik tahlillari xususida to'plamlar yaratilgan.

Ilmiy-badiiy adabiyotlarda ot va ko'pkari milliy etnik o'yiniga oid ilmiy-nazariy qarashlarini, Ot sporti o'yinlari va ko'pkari sportining mahalliy urf-odat, an'analar va qadryatlar bilan aloqadorligi masalasini manbaviy ahamiyatga ega bo'lgan adabiyotlar vositasida ishlab chiqilgan;

Ko'pkari-milliy etnik o'yinlarida jamoaviylik va individuallik kategoriyalarining shakllanishi, hozirgi zamon sport o'yinlari bilan mushtarak xususiyatlari aniqlangan;

Ko'pkari sport turining umummilliy etnik o'yin sifatida, zamonaviy sportning tayyorgarlik mashqlari rivojlanishidagi o'rni va tamoyillari negizida o'qitishning ilmiy-pedagogik samaradorligi va tajriba-sinov ishlari, omillari ishlab chiqilgan;

**Tadqiqot natijalarining ishonchliligi:** Dissertatsiyada manbalar, manbaviy ahamiyatga ega asarlar, davriy matbuot materiallari, mazkur yo'nalishda tadqiqot olib borgan xorijiy va mahalliy olimlarning tahlillariga asoslanganligi, tadqiqot ishiga mazmunan yaqin bo'lgan dissertatsiyalarning qiyosiy tahlillashuvi, tadqiqotning maqsad va fazilatlari sanoq-sifat jihatdan uyg'unlashuvi, amaliy jihatdan tajriba sinovidan olingan natija, saboqlarning ishga matematika-statistika tahlillari yordami bilan qayta to'ldirilganligi, yakuniy xulosalarni vakolatli davlat organlari orqali dalillanganligi bilan izoh ta'lab qilmaydi.

**Tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati:** Dissertatsiya natijalarining ilmiy-amaliy ahamiyati quyidagicha izohlanadi, tadqiqot ishida olingan ilmiy ma'lumotlar ko'pkari-milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyatini mazmuni, nazariyalari kengaytirishga xizmat qiladi. Ot sport hamda ko'pkari sport turlarining zamonaviy o'yinlar taraqqiyotidagi o'rnini zamonaviy o'yinlar texnologiyasi yondashuvini kengaytiradi.

Tadqiqotning amaliy ahamiyati. Tadqiqot ahamiyatini yoritishda "O'tli o'yin", "Ot sporti", "Ko'pkari ot sporti o'yinlarining metodikasi", "Umumiy pedagogik ta'limotlar tarixida Ko'pkari sportining o'rnini" "Pedagogika nazaryasi", "Ta'lim va tarbiya metodikasi singari fanlardan yangi darslik, o'quv qo'llanma, majmualar yaratish va darsliklar takomillashuvida foydalanishga xizmat qiladi.

**Tadqiqot natijalarining joriy qilinishi.**

Ko'pkari ot sporti mashg'ulotlarida kuch, chidamlilik, yepchilik, koordinatsiya, reaksiya tezligi kabi jismoniy sifatlarni rivojlantirishga qaratilgan kompleks (yelka, qo'l va bel mushaklarini mustahkamlovchi, chidamlilikni oshiruvchi, ot ustida boshqaruv va muvozanat, otda yugurish va manvyor hamda reaksiya va tezkorlik) mashqlarini polvonlarning yoshi va jismoniy tayyorgarligiga qarab tizimli qo'llash bo'yicha tavsiyalar "Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" nomli darslik mazmuniga singdirilgan (Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2024-yil 4-martdagi 55-sonli buyrug'i. Ro'yxatga olish

raqami 55-278). Natijada ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi sportchilarning kompleks tayyorgarligi takomillashtirilgan;

Ko'pkari musobaqalarida sportchilarni jismoniy (yuqori, o'rtacha, past) va psixologik (ruhiy barqarorlik, strategik fikrlash, jamoaviy muloqot va taktika, tiklanish va restavratsiya mashqlari) (yuqori, o'rtacha, past) tayyorgarligining tashqi namoyon bo'lishi orasidagi o'zaro korrelyatsion bog'liqlikni aniqlash bo'yicha tavsiyalar Samarqand viloyati ko'pkarichilari mashg'ulot jarayoniga tadbiiq yetilgan (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2025-yil 27 fevraldagi 02/01-01-77 son ma'lumotnomasi). Natijada polvonlarning harakat tayyorgarligi va o'zaro muloqotga kirisha olish, sherigini so'zsiz tushuna olish qobiliyati 17-18 % ga yaxshilangan;

Ko'pkari ot sporti yetnik o'yin turlarining arxaik genezisining, taraqqiyot bosqichlari, uning globallashuv sharoitida zamonga mos bo'lgan sport o'yinlari rivojlanishidagi ahamiyati masalasini takomillashtirish amaliyotga tadbiiq qilish modelining tashkiliy-didaktik komponentlari tarkibiga muammoli vaziyat, munozara, seminar, konferensiya o'qitish usullarini kiritish bo'yicha tavsiyalar Termiz davlat universiteti, Qarshi davlat universiteti va Buxoro davlat universiteti ta'lim jarayoniga tadbiiq yetilgan (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2025-yil 27 fevraldagi 02/01-01-77 son ma'lumotnomasi). Natijada talabalarning o'zlashtirishi 15-16 % ga oshirilgan;

Ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi sportchilarning jismoniy, texnik, taktika va psixologik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan haftalik sikl mashg'ulotlarini murakkab va tizimli reja asosida olib borish bo'yicha tavsiyalar Surxondaryo viloyati ko'pkarichilari mashg'ulot jarayoniga tadbiiq yetilgan (O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligining 2025-yil 27 fevraldagi 02/01-01-77 son ma'lumotnomasi). Natijada polvonlarning kompleks tayyorgarligi 13-14 % ga yaxshilangan.

**Tadqiqot natijalarining aprobatsiyasi:** Mazkur tadqiqot natijalari 4 ta xalqaro va 2 ta respublika miqiyosidagi ilmiy-amaliy anjumanlarda muhokamadan o'tkazilgan.

**Tadqiqot natijalarining e'lon qilinishi:** Dissertatsiya mavzusi bo'yicha jami 12 ta nashr, jumladan OAK tomonidan tavsiya qilingan ilmiy nashrlarda 2 ta, xorijiy ilmiy jurnalalarda 2 ta, respublika miqiyosida ilmiy-nazariy konferensiyalarda 3 ta, xalqaro miqiyosda 4 ta tezis e'lon qilingan.

**Tadqiqotning tuzilishi va hajmi:** Dissertatsiya ishi 125 ta sahifalik matnda bayon etilgan bo'lib, kirish, 3 ta bob, 3 ta rasm, 15 ta jadval, xulosalar va amaliy tavsiyalar, foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati va ilovalardan iborat.

## DISSERTATSIYANING ASOSIY MAZMUNI

Dissertatsiyaning kirish qismida dissertatsiya mavzusining dolzarbligi va zarurati, tadqiqotning respublika fan va texnologiyalari rivojlanishining ustuvor yo'nalishlariga mosligi, muammoning o'rganilganlik darajasi, dissertatsiya bajarilgan oliy ta'lim muassasasining ilmiy-tadqiqot ishlari rejalari bilan bog'liqligi, tadqiqotning maqsadi, vazifalari, obykti, predmeti, usullari, ilmiy

yangiligi, amaliy natijalari, tadqiqotdan olingan natijalarning ishonchliligi, tadqiqot natijalarining ilmiy va amaliy ahamiyati, joriy etilishi, aprobatsiyasi, e'lon qilinganligi, dissertatsiyaning tuzilishi va hajmi haqida ma'lumotlar berilgan.

Dissertatsiyaning "**Ko'pkari-milliy etnik o'yinining qadimgi shakllari va paydo bo'lish omillari**" deb nomlangan birinchi bobida ilmiy-badiiy adabiyotlarda ot va ko'pkari milliy etnik o'yiniga oid ilmiy-nazariy qarashlar, ot sporti o'yinlari va ko'pkari sportining mahalliy urf-odat, an'analar va qadriyatlar bilan aloqadorligi masalasi va ot sporti hamda ko'pkari sport turlarining zamonaviy o'yinlar taraqqiyotidagi o'rning bog'liqligi yuzasidan ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili mos ravishda o'rganib chiqilganligi ilmiy asosda yoritilgan.

Jismoniy tarbiya va sport nazariyasi va metodikasi hamda tarixiga oid ilmiy-uslubiy manbalarning tahlili shuni ko'rsatadiki qadim zamonlarida Markaziy Osiyo va unga tutash mintaqa xalqlarida qadimgi davrlardan boshlab ot va tuya bilan bog'liq chavgon, ko'pkari, ot poyga, tuya poyga kabi xalq o'yinlari yosh avlodda abjirlik, epchillik, shiddatlilik, raqibdan peshqadamlilik, tezkorlik, ekstremal vaziyatlarda tez hamda to'g'ri qaror qabul qilish ko'nikmalarini shakllantirishga ustuvor vazifa sifatida qaratilganligi xususidagi ma'lumotlar keltirilgan

Samarqand viloyatidagi uloq o'yini tartibi Farg'ona vodiysi hududlaridagidan anchagina o'ziga xos xususiyatlari bilan ajralib turadi. Bu hududlarda tashkillangan uloq to'ylarda bir nechta (10 dan ortiq) 20-25 kilogrammli echki so'yilib, (ichi tozalanmagan, boshi oyog'i olingan holda) balandroq joyga, arava ustiga yoki tepalikka (hozirda mashina ustiga) qo'yiladi. U yerdan uloqchi chavandozlar orasiga tashlangan. O'rtaga tashlangan uloqni chavandozlar yerdan olib, taqimlab, belgilangan masofadagi chiziqdan o'tkazishi kerak bo'ladi.

Ot sportida bellashuv maydonlarida qabul qilish tartiblari turlicha bo'lib, tashqi oyoqlar ichki oyoqlarning oldidan o'tadi, ular bilan kesishib, harakat bir qator templar sifatida amalga oshiriladi, oldinga va yon tomonga yo'naltirilganligini uchratishimiz mumkin. (1-rasm)

Ko'pkari (yoki buzkashi) o'yini uchun maydon chizmasi an'anaviy tarzda katta ochiq maydon bo'lib, unda chavandozlar echki yoki qo'y jasadini belgilangan joyga olib borish uchun kurashadilar. Quyida ko'pkari maydoni chizmasining asosiy elementlari haqida ma'lumot va oddiy sxematik tasviri taqdim etiladi:

#### **Ko'pkari maydoni tuzilishi va o'lchamlari**

##### **O'lchamlari (odatda)**

**Uzunligi:** 300 – 500 metr

**Kengligi:** 150 – 200 metr

**Markaziy hudud:** O'yinchilar harakati bo'ladigan ochiq joy

##### **Halqalar (doiralar):**

**Start doirasi (chap yoki o'ng tarafda):** Bu yerda o'yinning boshlanishi yoki tushti (echki jasadi) qo'yiladi.

**G'alaba doirasi (qarama-qarshi tomon):** O'yinchilarning tushtini olib borib tashlashi kerak bo'lgan joy.

##### **Qo'shimcha tavsiyalar**

Har bir halqaning diametri odatda 5-10 metr atrofida bo'ladi.

Maydon atrofida tomoshabinlar va hakamlar uchun xavfsizlik zonasi bo'ladi.

O‘yinlar katta dala yoki stadionda o‘tkaziladi.



**1-rasm. Ko‘pkari maydoni**

Biz tomonimizdan olib borilgan tadqiqotlar va tarixiy ilmiy-uslubiy adabiyotlar tahlili natijasida aniqlandiki, bugungi kunda ko‘pkari sporti bilan shug‘ullanuvchi polvonlarning jismoniy va psixologik tayyorgarligini tahlil qilish va takomillashtirish metodikasini ishlab chiqish, ularining tayyorgarligida qo‘llaniladigan vosita va usullarni tahlil qilish hamda takomillashtirish metodikasini ilmiy jihatdan ishlab chiqish, mikro-, mezo- va makrosikl o‘quv yuklamalarining shiddati, hajmi va me‘yorlarining nisbatlarini o‘zgartirish, ko‘pkari sporti bilan shug‘ullanuvchi polvonlarning tayyorgarlik tizimiga tiklanish va o‘tkazish-nazorat sinovlari tadbirlarini tashkil qilish metodikasini kiritish va takomillashtirish borasida yetarlicha tadqiqotlar o‘tkazilmagan.

Dissertatsiyaning **“Ko‘pkari- milliy etnik o‘yinlarida jamoaviylik va individuallik kategoriyalarining shakllanishi, hozirgi zamon sport o‘yinlari bilan mushtarak xususiyatlar”** deb nomlangan ikkinchi bobida ko‘pkari ot sport o‘yining yosh avlod tarbiyasidagi o‘rni va ahamiyati, ko‘pkari milliy etnik o‘yiniga umumiy qoidalar, tarixiylik va zamonaviylik prinsiplari, ko‘pkari ot sporti o‘yinlarida sovrin, maydon hajmi va taktika masalasi, ko‘pkari ot sporti bilan shug‘ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi dinamikasi bo‘yicha olingan natijalar yuzasidan ma‘lumotlar keltirilgan.

Har bir xalqning madaniyati o‘ziga xos bo‘lib, tili urf-odatlarini, turmush tarzi, o‘yinlarida namoyon bo‘ladi. Ma‘naviy qadriyatlar, me‘yorlar, yutuqlarning davomiyligini saqlash juda muhim, chunki bu meros xalqning millat sifatida yashashining zaruriy shartidir.

Ko‘pkari – o‘zbek xalqining asrlar osha davom etib kelayotgan milliy sport o‘yidir. Tarixga nazar tashlasak, ko‘pkarida ishtirok etgan polvonlar doimo o‘zining kuch-qudrati, chaqqonligi va matonati bilan el ardog‘ida bo‘lgan. Bizning olib borgan izlanishlarimiz davomida ko‘pkari bilan muntazam shug‘ullanadigan

polvonlarda jismoniy sifatlar, xususan kuch, tezkorlik va chidamlilik kabi fazilatlar yuqori darajada rivojlanganligini aniqlashga muvaffaq bo'ldik. Ushbu sport turi nafaqat jismoniy, balki ruhiy jihatdan ham polvonlarni chiniqtiradi.

### 1-jadval

#### Qashqadaryo viloyati ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi (n=12)

№	Jismoniy tayyorgarlik testlari	Tadqiqot boshida	
		$\bar{x} \pm \delta$	V %
1.	400 metrga yugurish mashqi (Daq/son)	1,46±0,25	17,1
2.	3 kilometrga yugurish mashqi. (Daq/son)	14,54±2,18	14,9
3.	4x10 mga mokisimon yugurish (Soniya)	13,62±1,52	11,1
4.	Turnikda tortilish (marta)	14,69±1,83	12,4
5.	Kuch chidamliligini baholash testi: qo'llarni bukib yozish (marta)	29,46±3,81	12,9
6.	Bruslarda burchak bo'lib tayanish, (sek.)	5,84±0,75	12,8

Ushbu jadval Qashqadaryo viloyatida ko'pkari bilan mashg'ul bo'lgan 12 nafar chavandozning tadqiqot boshidagi jismoniy tayyorgarlik ko'rsatkichlarini aks ettiradi. Jadvalda sportchilarning 400 metrga yugurish tezligi (daqiqada va soniyada), 3 kilometrga yugurish vaqti (daqiqada va soniyada), 4x10 metrga mokisimon yugurish tezligi (soniyada), turnikda tortilish soni (marta), qo'llarni bukib yozish mashqini bajarish soni (marta) va bruslarda burchak holatida tayanib turish vaqti (soniyada) bo'yicha o'rtacha natijalari keltirilgan. Har bir natija bo'yicha o'rtacha qiymatlar ( $\bar{x}$ ), standart chetlanishlar ( $\sigma$ ) hamda variatsiya koeffitsientlari (V%) hisoblab chiqildi. Guruhlar o'rtasidagi farqning statistik ahamiyatliligi Studentning t-testi (t) va p-qiymati (p) yordamida aniqlandi. Ushbu dastlabki ma'lumotlar mashg'ulot jarayonini optimallashtirish va kelgusida tajriba davomida qo'llaniladigan metodikalarning samaradorligini baholash uchun muhim ahamiyatga ega. Shu o'rinda, ilmiy tadqiqot doirasida Jizzax viloyatida ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchi 15 nafar sportchining jismoniy tayyorgarlik darajasini aniqlash maqsadida tadqiqot o'tkazildi.

### 2-jadval

#### Jizzax viloyati ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi (n=15)

№	Jismoniy tayyorgarlik testlari	Tadqiqot boshida	
		$\bar{x} \pm \delta$	V %
1.	400 metrga yugurish mashqi (Daq/son)	1,44±0,24	16,6
2.	3 kilometrga yugurish mashqi. (Daq/son)	14,52±2,15	14,8
3.	4x10 mga mokisimon yugurish (Soniya)	13,59±1,49	10,9
4.	Turnikda tortilish (marta)	14,65±1,81	12,3
5.	Kuch chidamliligini baholash testi: qo'llarni bukib yozish (marta)	29,45±3,75	12,7
6.	Bruslarda burchak bo'lib tayanish, (sek.)	5,81±0,72	12,3

Jizzax viloyatida chavandozlarning chidamlilik sifatlarini o'rganish maqsadida 3 kilometrga yugurish mashqi qo'llanildi. Tadqiqotning dastlabki bosqichida olingan natijalar shuni ko'rsatdiki, sportchilarning o'rtacha ko'rsatkichi  $14,52 \pm 2,15$  daqiq/soniya bo'lib, variatsiya koeffitsienti 14,8% ni tashkil etdi.

Matematik tahlil natijalari o'rtacha ko'rsatkichning statistik jihatdan ahamiyatli ekanligini tasdiqladi ( $t = 2,40$ ;  $p < 0,05$ ).

Shuningdek, tajriba boshida Jizzax ko'pkari sportchilari tomonidan 4x10 metrga mokisimon yugurish testi o'tkazildi. Bu test bo'yicha o'rtacha ko'rsatkich  $13,59 \pm 1,49$  soniya sifatida aniqlanib, variatsiya koeffitsienti 10,9% ni tashkil etdi. Statistik tahlil natijalari ushbu ko'rsatkich ham statistik jihatdan ahamiyatli ekanligini ko'rsatdi ( $t = 3,03$ ;  $p < 0,01$ ).

**Ko'pkari mashg'ulotlari samaradorligini oshiruvchi mashqlar** haqida gapirganda, sportchilarni jismoniy, ruhiy va texnik jihatdan tayyorlash muhim o'rin tutadi. Ko'pkari – bu nafaqat ot ustida harakat qilish, balki kuch, chidamlilik, muvozanat, tezkorlik va strategik fikrlashni ham talab qiladigan o'yin. Quyida ko'pkari ishtirokchilari uchun mashg'ulot samaradorligini oshiruvchi mashqlar turlari keltirilgan:

1. Jismoniy tayyorgarlik mashqlari;
2. Ot bilan bog'liq maxsus mashqlar;
3. Reaksiya va tezkorlik mashqlari;
4. Psixologik tayyorgarlik;
5. Tiklanish va restavratsiya mashqlari.

Ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning mashg'ulotlari murakkab va tizimli reja asosida tashkil etiladi. Ushbu reja sportchilarning jismoniy, texnik, taktika hamda psixologik tayyorgarligini rivojlantirishga qaratilgan bo'lib, haftalik sikl shaklida tuziladi. Mashg'ulotlar yuklamasi, dam olish va tiklanish kunlari ham hisobga olinadi.

Quyida ko'pkari bilan shug'ullanuvchi chavandozlar uchun haftalik mashg'ulot rejasi namunasi keltirilgan.

### 3-jadval

#### Ko'pkari sportchilari uchun haftalik mashg'ulotlar tuzilishi (namuna)

<b>Kun</b>	<b>Mashg'ulot turi</b>	<b>Mazmuni</b>	<b>Davomiyligi</b>
<b>Dushanba</b>	Umumiy jismoniy tayyorgarlik (UJT)	Yugurish (3-5 km), kuch mashqlari (press, tizza bukish, tortinish), cho'zilish	60 daqiqa
<b>Seshanba</b>	Ot bilan texnik mashg'ulot	Otni boshqarish, to'xtash, aylanish, g'alva olishga tayyorlov mashqlari	75-90 daqiqa
<b>Chorshanba</b>	Maxsus jismoniy tayyorgarlik (MJT)	Og'irlik ko'tarish, pastga egilish, koordinatsion mashqlar	60-75 daqiqa
<b>Payshanba</b>	Ot bilan muvozanat va tezlik mashqlari	Tez yurish, galop, to'xtab-harakatlanish, ot ustida muvozanat	75 daqiqa
<b>Juma</b>	O'yinli va taktika mashg'uloti (jamoaviy)	Raqibga yaqinlashish, yo'lni to'sish, g'alvani olish simulyatsiyasi	60-75 daqiqa
<b>Shanba</b>	To'liq simulyatsion ko'pkari mashg'uloti	Real sharoitdagi ko'pkari simulyatsiyasi, guruhli o'yin, musobaqaviy vaziyatlar	90-120 daqiqa
<b>Yakshanba</b>	Dam olish yoki faol tiklanish mashg'uloti	Cho'zilish, yengil yurish, sauna, massaj yoki suzish	30-45 daqiqa (ixtiyoriy)

Ko'pkari ot sporti og'ir, ammo milliy madaniyatimizda muhim o'rin tutadigan sport turidir. Chavandoz polvonlarning jismoniy tayyorgarligini tizimli ravishda

shakllantirish ularning maydondagi samaradorligini oshirish, jarohat olish xavfini kamaytirish va sport natijadorligini yuqori darajada ta'minlash imkonini beradi.

Dissertatsiyaning **“Ko‘pkari-milliy etnik o‘yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati tamoyillari asosida o‘qitish tajriba-sinov ishlar samaradorligi”** deb nomlangan uchinchi bobida ko‘pkari-milliy etnik o‘yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati tajriba-sinov ishlarining borishi, mavzuga oid tajriba-sinov ishlari (talabalarning o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari) va ko‘pkari ot sporti bilan shug‘ullanuvchilarning tadqiqot oxirida, jismoniy tayyorgarligi dinamikasi tadqiqotdan so‘ng tahlil qilingan. Shuningdek, OTMLlarda “Sport pedagogik mahoratini oshirish (ot sporti)” fanining o‘quv dasturi 61010300 –“Sport faoliyati (ot sporti)” ta‘lim yo‘nalishi bo‘yicha talabalar uchun O‘zbekistonda va jahonda ot sportini rivojlanishi, ot minishga o‘rgatish (o‘qitish), sportchilarni tayyorlash jarayonini boshqarish masalalari bo‘yicha yetarli va zarur amaliy bilim beriladi. Jismoniy tarbiya va sport, xususan ot sporti bo‘yicha murabbiylik, trenerlik va tashkilotchilik ishlarini amalga oshirish hamda ushbu jarayonlarni mustaqil boshqarish malaka va ko‘nikmalarini eganlashlari uchun majburiy fan sifatida ma‘ruza, amaliy, seminar hamda mustaqil ta‘lim ishlari olib borilyapti.

Fanning maqsadi biz olib borayotgan tadqiqotning maqsadi va dolzarbligini belgiga mutanosib holda talablarda nazariy bilimlar, amaliy ko‘nikmalar, ot sporti bo‘yicha talabalarda ot sportining tarixi va ot sportidagi ilmiy ishlar to‘g‘risida tushunchalar bo‘yicha bilimga, musobaqalarda ishtirok etish va uni tashkillashtirishga oid kasbiy-pedagogik malaka va ko‘nikmalarni hosil qilish hamda shakllantirishga qaratilganda ushbu fan bo‘yicha quyidagi mavzular doirasida talabalarda kasbiy kompetensiyalar shakllanadi.

#### 4-jadval

#### Dastur bo‘yicha ko‘rsatilgan mavzularni tadqiqotimiz doirasida nazariy metodologik asoslarni boyitishga xizmat qiladi

№	Mavzular
1.	Ot sportida asosiy mashqlar va otda yurish elementlarini bajarish amaliyoti
2.	Asosiy to‘siqlarni yengib o‘tish mashqlari
3.	Ochiq maydonlar hamda dala krosslarida ot minish va to‘siqlarni oshib o‘tish amaliyoti
4.	Otning boshlang‘ich tayyorgarligi
5.	Otni egar ostida yurish asoslariga o‘rgatish (tekis joyda yurish)
6.	Ot yo‘rttirish
7.	Tayyorgarlik asoslari
8.	O‘rta va o‘ta og‘ir darajadagi mashq va elementlar
9.	Chavandozga ot minish asoslarini o‘rgatish

Birinchi navbatda taqdim etiladigan ta‘lim mazmunining asosiy mohiyati va maqsadini aniqlash lozim. O‘quv materiallari va ta‘lim mazmunining minimal hamda maksimal darajalarini tanlashda ta‘lim mazmunini modernizatsiyalashning konseptual asoslariga tayaniladi. O‘quvchilarga taqdim etiladigan bilimlarni turli o‘quv fanlarini integratsiyalash asosida uyg‘unlashtirish, ularga xalqimizning qadriyatlarini egallashga yo‘naltiradigan bilimlar va axborotlarni singdirish, hissiy hamda ijodiy faoliyat tajribasiga asoslanish nihoyatda zarur. Ta‘lim mazmunining

ushbu elementlarini barcha o'quv predmetlari mazmuniga singdirish, maqsadga muvofiqdir. O'quvchilarda bilimlarni o'zlashtirish, ularning mazmunini idrok etish, bilish ko'nikmalarini shakllantirish nazarda tutiladi.

Ko'pkarini milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyatini o'rganish asosiy maqsadimiz hisoblanadi. Shu bilan bir qatorda shu kunga qadar rivojlanib kelgan pedagogik fikrlarning asosiy mazmunini o'rganish bilan birgalikda milliy etnik o'yin muammolarni amaliy ehtiyojlardan kelib chiqib tanlash va tadqiq etishni, shuningdek, pedagogik tadqiqotlarning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotini takomillashtirishga ham e'tibor qaratildi.

Ta'lim mazmunida bilimlarni qisqartirish emas, balki ularni integratsiyalash va unifikatsiyalash yo'lidan borish lozim. Bilimlarni ta'lim mazmunidan sun'iy tarzda ajratib olish mumkin emas. Ta'lim mazmunida o'quvchilarning hissiy-qadriyatli, ijodiy va boshqa faoliyat turlarini shakllantirish nazarda tutiladi. Ta'lim mazmunidagi bilimlarni boshqa qismlarni kengaytirish hisobiga qisqartirmaslik lozim.

## 5-jadval

Respondentlar o'rtasida o'tkazilgan savol-javob natijalari. (5-jadval)

### Respondentlar va talabalardan olingan savol-javob ishlari natijalari

№	Respandentlar	%	№	Talabalar	%
1.	Yaxshi biladi	40%	1.	Bilimga ega	10%
2.	Umumiy tushunchaga ega	30%	2.	Olimlar haqida eshitgan	15%
3.	Tushunchaga ega emas	20%	3.	Tushunchaga ega emas	35%
4.	Bilish lozim va ta'lim-tarbiya jarayonida foydalanish kerak deb biladi	10%	4.	Bilishni ho'xlaydi	40%

Respondent-talabalardan olingan javoblar tahlili natijalari quyidagi xulosalarga kelish imkonini berdi:

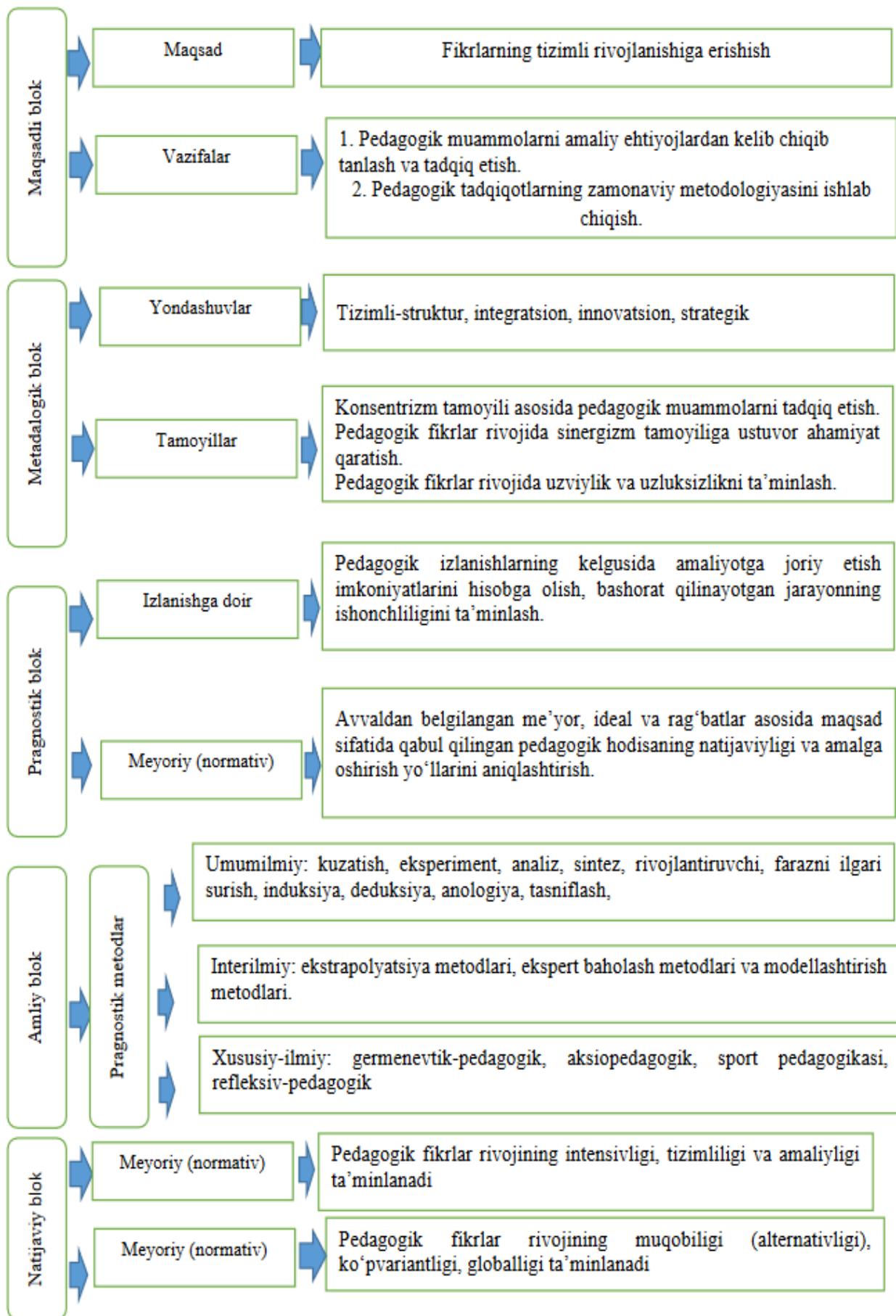
1. Muammo yuzasidan talabalarning bilimi va tushunchalari yetarli darajada emas.

2. Ko'tarib chiqilgan muammoning dolzarb ekanligi hamda hozirgi davrda sog'lom barkamol shaxsning samaradorligini oshirishdagi ahamiyatini tushunadi.

3. O'qituvchilarning muammo yuzasidan ma'lum ilmiy-metodik taklif va tavsiyalarga zarurligi ma'lum bo'ldi.

4. Mustaqillik yillarida jismoniy tarbiya va pedagogika sohasida olib borilayotgan ilmiy tadqiqotlar, jismoniy tarbiya nazariyasi hamda pedagogika tarixi va nazariyasining yo'nalishlari haqida zarur ma'lumotlarni egallash lozim deb hisoblanishi ma'lum bo'ldi.

Demak, tajriba-sinov ishlarining xulosasi shundan iboratki, Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati o'rganish to'g'risida talabalar yetarlicha bilimga ega emas.



**2-rasm. Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va pedagogik fikrlar rivojining prognostik modeli**

O'qituvchi tomonidan talabalar diqqatini o'ziga jalb etish hamda ko'riladigan masalaning mohiyatini anglatish maqsadida va rag'bat uyg'otishga va motivatsiya uyg'otishga turtki bo'ladigan quyidagi 3 ta muammoli savollar o'rta tashlanadi:

1. Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyatiga oid qanday fanlarni bilasiz?

2. Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar bajarish uchun siz istiqomat qiladigan mahallada imkoniyat mavjudmi?

3. Ko'pkari- milliy etnik o'yinlarning qaysi turlarini bilasiz, ularning qanday o'tkazilishi haqqida ma'lumotga egamisiz?

Muammo yuzasidan talabalar tushuncha va yo'nalishlariga qarab 3 ta kichik guruhga bo'linadi hamda har bir guruh yaxlit holda o'zining Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyatini taraqqiy ettirishda eng maqbul deb topgan ma'lumoti haqida taqdimotini tavsiya etadi va o'z farazini himoya qiladi.

## 6-jadval

### Respondent-talabalari orasida tashkil etilgan munozara darslari, mavzulari va savollar.

(Maxsus kurs asosida) №	Mavzu	Munozara uchun savollar	Mustaqil tarzda o'rganish uchun adabiyotlar
1.	Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar bajarish.	1. Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, qaysi turlari bildirilgan? 2. Mustaqillik yillarida milliy etnik o'yinlarini tashkil qilishning shart-sharoitlari nimalardan iborat?	O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2021-yil 17-iyundagi PQ-5149-son qarori
2.	Ilmiy-badiiy adabiyotlarda ot va ko'pkari milliy etnik o'yiniga oid ilmiy-nazariy qarashlar.	1. Milliy etnik o'yinlari to'g'risidagi g'oyalar qanday rivojlangan? 2. Ko'pkari- milliy etnik o'yinlarning pedagogik nazariyasi	Yo'ldoshev S.V. Farg'ona vodiysi aholisining xalq o'yinlari. Tarix fan.nomz. dissert. avtoref. Toshkent. 2019. B.15

Tajriba-sinov jarayonida olingan natijalarning tahlili 5 ballik tizim asosida quyidagi uch mezon asosida alohida-alohida baholandi:

- 1) pedagogik fikrlar va milliy qadriyatlarni o'zlashtirishga qiziqish;
- 2) pedagogik fikrlar taraqqiyotining asosiy yo'nalishlarin tizimlashtirish;
- 3) Ko'pkari- milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati haqida yetarli bilimga ega ekanliklari va ularni mustaqil o'qib-o'rganishga intilishi (7-jadvalga qarang).

## Mezonlar va ularning tavsifi

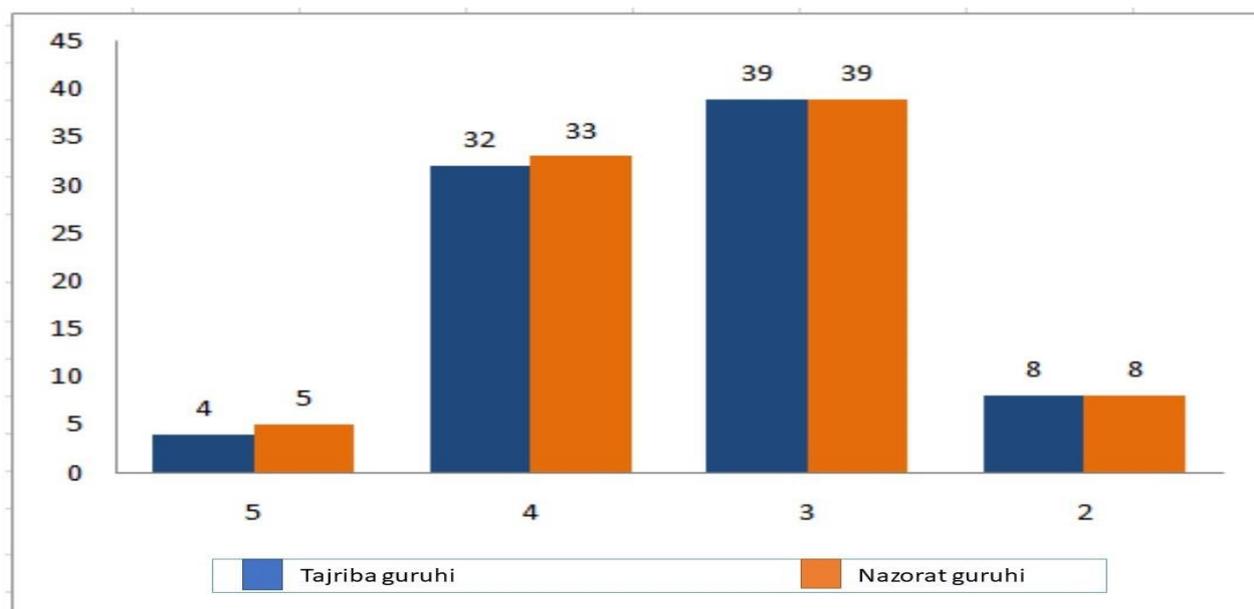
Baho qiymati	Mezonlar kriteriyasi
5	Tinglovchi: Xulosa qila oladi va qaror qabul qiladi Ijodiy fikrlay oladi Mustaqil ishlay oladi Olgan bilimlarini qo‘llay oladi. Material mazmunini tushuntira oladi Materialni biladi va aytib bera oladi. Tushunchaga ega
4	Tinglovchi: Mustaqil ishlay oladi Olgan bilimlarini amalda qo‘llay oladi Material mazmunini tushuntira oladi Materialni biladi va aytib bera oladi. Tushunchaga ega
3	Tinglovchi: Material mazmunini tushuntira oladi. Materialni biladi va aytib bera oladi. Umumiy tushunchaga ega
2	Tinglovchi: Aniq tushunchaga ega emas Materialni bilmaydi.

Respondent-talabalar topshiriqlarni bajarishni o‘zlashtirish darajasi bo‘yicha samaradorlik mezonining ko‘rsatkichlaridan foydalandik. Bu mezonlarda baho qiymatlari quyidagicha belgilandi: 5 –a‘lo, 4 – yaxshi, 3 – qoniqarli, 2 – qoniqarsiz (8-jadvalga qarang).

## Respondet-talabalarining pedagogik fikrlar rivojini o‘zlashtirish samaradorligi

Darajalar	Nazorat guruhi				Tajriba guruhi			
	Tajriba boshida		Tajriba oxirida		Tajriba boshida		Tajriba oxirida	
	soni	%	soni	%	soni	%	soni	%
<b>A‘lo</b>	5	5,9	6	7,1	4	4,8	13	15,7
<b>Yaxshi</b>	33	38,8	33	38,8	32	38,6	46	55,4
<b>Qoniqarli</b>	39	45,9	39	45,9	39	47,0	23	27,7
<b>Qoniqarsiz</b>	8	9,4	7	8,2	8	9,6	1	1,2
<b>Umumiy o‘rtacha</b>	<b>85</b>	<b>100</b>	<b>85</b>	<b>100</b>	<b>83</b>	<b>100</b>	<b>83</b>	<b>100</b>

Matematik-statistik tahlil natijalari tajriba-sinov ishlari boshida hamda so‘ngida respondent-talabalarining Ko‘pkari- milliy etnik o‘yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati haqidagi tushunchalari kengayib, bilimlari oshganligini tasdiqladi. Bu esa olib borilgan pedagogik tajriba ishlari samarasiz ekanligidan dalolat beradi.



3-rasm. O'zlashtirish darajalarining dinamikasi

9-jadval

**Qashqadaryo viloyati ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi (n=12)**

№	Jismoniy tayyorgarlik Testlari	Tadqiqot boshida		Tadqiqot oxirida			t	p
		$\bar{x} \pm \delta$	V %	$\bar{x} \pm \delta$	V %	Farqi %		
1.	400 metrga yugurish mashqi (Daq/son)	1,46±0,25	17,1	1,19±0,13	10,9	18,4	3,31	<0,01
2.	3 kilometrga yugurish mashqi. (Daq/son)	14,54±2,18	14,9	12,83±1,77	13,8	11,7	2,10	<0,05
3.	4x10 mga mokisimon yugurish (Soniya)	13,62±1,52	11,1	12,19±1,08	8,8	10,4	2,65	<0,05
4.	Turnikda tortilish (marta)	14,69±1,83	12,4	16,25±1,54	9,4	10,6	2,25	<0,05
5.	Kuch chidamliligini baholash testi: qo'llarni bukib yozish (marta)	29,46±3,81	12,9	35,70±3,15	8,8	21,1	4,37	<0,001
6.	Bruslarda burchak bo'lib tayanish, (sek.)	5,84±0,75	12,8	6,57±0,68	10,3	12,5	2,49	<0,05

Ko'pkari qadimiy sport turlaridan biri bo'lib xalqimizning milliy sport turi sanaladi. Azaldan ko'pkari sporti bilan shug'ullanuvchi polvonlar kuchli epchil va zabardast bo'lgan tadqiqotlarimiz davomida ko'pkari sporti bilan shug'ullanuvchi polvonlarning jismoniy sifatlarni rivojlanganligini aniqlashga harakat qildik. Jumladan, Qashqadaryo viloyatida ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning

tezkorlik jismoniy sifatini aniqlash maqsadida 400 metrga yugurish mashqi qabul qilindi. Tajribada ishtirok etayotgan polvonlar tadqiqot boshida  $1,46 \pm 0,25$  natijani qayd etgan bo'lsa, tadqiqot oxirida  $1,19 \pm 0,13$  daqiqa natija ko'rsatdi va modul ko'rsatkichdan yuqoriligini ko'rishimiz mumkin. Natijalar orasidagi farq 18,4 teng bo'lsa t-qiymat 3,31 ni tashkil etdi. Olingan natijalar ishonchliligi  $p < 0,01$ . Ushbu natija biz qo'llagan metodikamiz samaradorligini ko'rsatib berdi.

Polvon nomini ko'tarib uni asrab avaylash oson emas, chunki maydondagi odamlar aynan siz uchun kelishadi va sizni polvon deb bilishadi degan fikr har doim uloq ko'pkarichilarda bor. Shuning uchun ular muntaazam o'z ustilarida ishlashlari lozim. Biz otbozalarning chidamlilik sifatini aniqlash hamd uni rivojlantirish maqsadida 3 kilometr ga yugurish sinovidan o'tqazdik va ularning tadqiqot boshidagi natijalari  $14,58 \pm 2,20$  natijani qayd etgan bo'lsa, tadqiqot oxirida kelib ularning natijasi  $12,71 \pm 1,79$  daqiqani ko'rsatdi. Ular orasidagi farq esa 12,8% ni ko'rsatib turibti. T qiymat 2,08 ni ko'rsatgan bo'lsa p ning qiymati esa  $< 0,05$  tashkil qildi. Ushbu natijalar polvonlarda biz qo'llagan metodlar qanchalik qiyinchilik tug'dirgan bo'lsa ham natijasi samarali bo'lganini ko'rib turibmiz.

### 10-jadval

#### Jizzax viloyati ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarligi (n=15)

№	Jismoniy tayyorgarlik testlari	Tadqiqot boshida		Tadqiqot oxirida		Farqi %	t	p
		$\bar{x} \pm \delta$	V %	$\bar{x} \pm \delta$	V %			
1.	400 metrga yugurish mashqi (Daq/son)	$1,44 \pm 0,24$	16,6	$1,18 \pm 0,12$	10,1	18,1	3,75	$< 0,01$
2.	3 kilometr ga yugurish mashqi. (Daq/son)	$14,52 \pm 2,15$	14,8	$12,80 \pm 1,74$	13,5	11,8	2,40	$< 0,05$
3.	4x10 m ga mokkisimon yugurish (Soniya)	$13,59 \pm 1,49$	10,9	$12,16 \pm 1,05$	8,6	10,5	3,03	$< 0,01$
4.	Turnikda tortilish (marta)	$14,65 \pm 1,81$	12,3	$16,23 \pm 1,52$	9,3	10,7	2,58	$< 0,05$
5.	Kuch chidamliligini baholash testi: qo'llarni bukib yozish (marta)	$29,45 \pm 3,75$	12,7	$35,69 \pm 3,14$	8,7	21,1	4,94	$< 0,001$
6.	Bruslarda burchak bo'lib tayanish, (sek.)	$5,81 \pm 0,72$	12,3	$6,56 \pm 0,65$	9,9	12,9	2,99	$< 0,05$

Ot bilan o'ynaladigan ko'pkari sport turi bir necha yillik tarixga ega bo'lib xalqimizning milliy sport turi sanaladi. Azaldan ota bobolarimiz tomonidan o'ynalgan ko'pkari sporti bilan shug'ullanuvchi polvonlar kuchli epchil va zabardast bo'lgan. Tadqiqotlarimiz davomida ko'pkari sporti bilan shug'ullanuvchi polvonlarning jismoniy sifatlarni rivojlanganligini aniqlashga harakat qildik.

Jumladan, Jizzax viloyatida ko'pkari ot sporti bilan shug'ullanuvchilarning tezkorlik jismoniy sifatini aniqlash maqsadida 400 metrga yugurish mashqi qabul qilindi tajribada ishtirok etayotgan polvonlar tadqiqot boshida  $1,44 \pm 0,24$  natijani qayd etgan bo'lsa tadqiqot oxirida  $1,18 \pm 0,12$  daqiqa natija ko'rsatdi va modul ko'rsatkichdan yuqoriligini ko'rishimiz mumkin. Natijalar orasidagi farq 3,75 teng bo'lsa t-qiyamat 3,75 ni tashkil etdi. Olingan natijalarning ishonchliligi  $p < 0,01$ . Ushbu natija biz qo'llagan metodikamiz samaradorligini ko'rsatib berdi.

Tajriba-sinov ishlari Buxoro viloyati fuqarolari va tinglovchilaridan 132 nafar, Qashqadaryo viloyati fuqarolari va tinglovchilaridan 245 nafar, Samarqand viloyati fuqarolari va tinglovchilaridan 210 nafar jami 587 nafar respondent-talabalar ishtirokida amalga oshirildi. Tajriba-sinov ishlari 3 bosqichda bajarildi: 1-bosqich – aniqlovchi, 2-bosqich – shakllantiruvchi, 3-bosqich – yakunlovchi.

Matematik-statistik tahlil natijalari shuni ko'rsatdiki, tajriba-sinov ishlarining boshida va so'ngida respondent-talabalar ko'pkari - milliy etnik o'yin sifatida, uning zamonaviy sport turlari va jismoniy mashqlar taraqqiyotidagi ahamiyati haqidagi tushunchalari kengayib, bilimlari oshgani tasdiqlandi. Bu esa olib borilgan pedagogik tajriba ishlarining samaradorligini isbotlaydi.

## XULOSA

1. Ko'pkari ot-sport o'yinlarining genetik asosi ajdodlarimizning qadimiy urf-odatlarini, marosimlari va ijtimoiy hayotining ajralmas qismi sifatida shakllangan bo'lib, uning ildizlari qadim zamonlarga borib taqaladi. Bu o'yinlar milliy madaniyat va etnik an'analarni saqlab qolishda muhim rol o'ynagan, xalqning jismoniy va ma'naviy rivojlanishida ahamiyatli o'rin tutgan.

2. Uloq o'yinining shakllanish bosqichlari va taraqqiyoti tamoyillari, uning genetik tasnifi, shuningdek ijtimoiy hodisa sifatida yuzaga kelishi va tadrijiy rivojlanishining ijtimoiy-iqtisodiy omillari ushbu o'yinning xalq o'yinlari tizimidagi o'rnini yanada mustahkamlaydi. Bu o'yin nafaqat eng ommabop milliy sport turi sifatida tanilgan, balki barcha yosh va ijtimoiy tabaqalardan bo'lgan ishtirokchilarni va tomoshabinlarni birlashtirgan "shoh o'yin" maqomiga ega ekanligini ko'rsatadi.

3. Ko'pkari uzoq tarixiy jarayon davomida aholining kundalik turmush tarzi, madaniyati va xo'jalik an'analari asosida shakllangan milliy sport turi hisoblanadi. Ushbu ot sport o'yinlari nafaqat mintaqaning ijtimoiy hayoti va etnosotsial jarayonlariga chuqur ta'sir ko'rsatib kelgan, balki mintaq va butun dunyo miqyosida tinchlikni mustahkamlash, millatlararo totuvlikni ta'minlash, siyosiy barqarorlikni mustahkamlash hamda ijtimoiy hamkorlik, milliy va diniy bag'rikenglik kabi umuminsoniy qadriyatlarni saqlash va rivojlantirishda samarali vosita vazifasini bajaradi.

4. Ot-sport o'yinlarining etnografik va etnopedagogik tahlillari shuni ko'rsatadiki, ushbu o'yinlarni tashkil etish va o'tkazish uchun aniq belgilangan qat'iy qoidalar va me'yorlar mavjud. O'yinlar halollik, chaqqonlik, hushyorlik, ustamonlik, raqibga hurmat, mehmondo'stlik va tolerantlik kabi axloqiy tamoyillar asosida amalga oshiriladi. Shuningdek, o'yin ishtirokchilari millatidan qat'iy nazar, umuminsoniy qadriyatlar doirasida o'zaro munosabatda bo'lishi ta'minlanadi, bu esa ko'pkari o'yinlarining ijtimoiy-madaniy ahamiyatini yanada mustahkamlaydi.

5. Ko'pkari o'yini insonning ma'naviy dunyosini boyitish, jismoniy salomatlik va komillikka erishishda muhim vosita bo'lib xizmat qiladi. Shu bilan birga, u xalqning milliy-ma'naviy an'alarini saqlab qolishda, yoshlar orasida tarbiyaviy ishlarni samarali tashkil etishda keng qo'llaniladi. Ko'pkari o'yini yosh avlod o'rtasida ijtimoiy munosabatlarni rivojlantirishda asosiy pedagogik omil sifatida namoyon bo'lib, ularni jamiyatga mas'uliyatli va vatanparvar insonlar sifatida shakllantirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

6. Ot-sport o'yinlari o'zining funksional va strukturalik xususiyatlaridan kelib chiqib, zamonaviy milliy sport turlarining shakllanishi va rivojlanishida poydevor vazifasini bajaradi. Ular sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish, jismoniy faollikni kengaytirish va milliy sport madaniyatini rivojlantirishda muhim ilmiy va amaliy vosita sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, ot-sport o'yinlari yoshlarni jismonan kuchli, bardoshli va ma'naviy yetuk shaxs sifatida shakllantirishga yordam beradi.

7. Ko'pkari va unga oid ot sporti o'yinlari an'anaviy xalq o'yinlari sifatida saqlanib qolgan bo'lsa-da, hozirgi kunda ular rasmiy va davlat tomonidan qo'llab-quvvatlanadigan viloyat, respublika hamda xalqaro miqyosdagi sport musobaqalarida muhim o'rin egallamoqda. Bu o'yinlar milliy madaniyat va sportning rivojlanishida katta ahamiyatga ega bo'lib, keng jamoatchilik tomonidan qiziqish bilan kuzatilmoqda.

8. Chavandoz polvonlarning jismoniy, texnik, taktika va psixologik tayyorgarligi tizimli va murakkab reja asosida tashkil etilgan mashg'ulotlar orqali samarali rivojlantiriladi. Haftalik sikl shaklida tuzilgan mashg'ulotlar yuklamasi, dam olish va tiklanish kunlari hisobga olingan holda, sportchilarning maydondagi samaradorligini oshirishga va jarohat olish xavfini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, mazkur tizimli tayyorgarlik sportchilarning sport natijadorligini yanada yuqori darajaga ko'tarishda muhim ahamiyat kasb etadi.

9. Buxoro, Qashqadaryo va Jizzax viloyatlaridagi ko'pkari sportchilarning jismoniy tayyorgarligi testlari natijalarida tadqiqot boshida va oxirida solishtirilganda, barcha ko'rsatkichlarda statistik jihatdan sezilarli yaxshilanishlar qayd etildi ( $p < 0,05$  dan  $p < 0,001$  gacha). Yugurish, kuch chidamliligi, tezkorlik va boshqa jismoniy ko'rsatkichlardagi o'sish sportchilarning muntazam va tizimli mashg'ulotlari samaradorligini tasdiqladi hamda ularning maydondagi natijadorligini oshirishga xizmat qildi.

## **AMALIY TAVSIYALAR**

1. O'zbek xalqining davlatchiligi tarixida muhim o'rin tutgan sulolalar (qadimgi, o'rta asr va yangi davr) davrida shakllangan xalq o'yinlarining — xususan, ko'pkari singari ot sporti turlarining tarixiy asoslarini o'rganishda xorijiy va mahalliy manbalarning, ayniqsa hali tarjima qilinmagan asarlar va qo'lyozmalar asosida izchil tahlil qilish, ularni o'zbek tiliga tarjima qilib ilmiy muomalaga kiritish zarur.

2. Milliy sport turlarining genetik ildizlari, ularning shakllanish va rivojlanish bosqichlarini, zamonaviy sport turlari bilan o'zaro uzviy aloqadorligini yoritib beruvchi, etnopedagogik va sport-nazariy jihatdan asoslangan ko'p qismli monografiya tayyorlash. Ushbu monografiya sport sohasi mutaxassislari, oliy ta'lim muassasalari talabalari hamda tadqiqotchilar uchun nazariy-metodik

qo'llanma vazifasini o'tashi bilan birga, yosh avlodni milliy qadriyatlar asosida tarbiyalashda muhim manba bo'lib xizmat qiladi.

3. Qadimiy va zamonaviy xalq sport o'yinlariga oid materiallar asosida "Sport o'yinlarining genezisi", "Zamonaviy xalq sport o'yinlari talqini" kabi yo'nalishlarda interaktiv mobil ilova yoki veb-sayt ishlab chiqish va raqamli resurslar foydalanuvchilarga sport o'yinlarining tarixiy va amaliy mazmuni bilan tanishish, ularni o'rganish hamda sport-ta'lim jarayonida samarali foydalanish imkonini beradi.

4. Qadimgi hamda zamonaviy sport o'yinlarining milliy xususiyatlarini saqlagan holda, xalq o'yinlariga oid yozma va og'zaki manbalar asosida ularni chuqur ilmiy-tarixiy tahlil qilish hamda davriy, tizimli xrestomatiya va to'plamlar yaratish, ularni ta'lim tizimi va sport sohasiga integratsiya qilish orqali yosh avlodga milliy sport madaniyatini o'rgatish va targ'ib qilish imkoniyati kengayadi.

5. Milliy sport o'yinlarining qadimiy ildizlari va zamonaviy rivojlanishini yorituvchi kinofilm, kitoblar va fotoalbomlar yaratish, ushbu asarlar millat taqdirini aks ettirib, sport o'yinlarining madaniy-ma'naviy ahamiyatini keng jamoatchilikka yetkazishda, yosh avlodni milliy an'analar va qadriyatlar bilan tanishtirishda samarali vosita bo'ladi.

6. Qadimgi xalq o'yin turlarini topish, o'rganish va ularning zamonaviy shakllarini yaratish uchun hududiy va xalqaro ekspeditsiya guruhlarining faoliyati tizimli va samarali tashkil etish. Bu tadbirlar milliy sport merosini saqlash, rivojlantirish hamda uning xalqaro miqyosda targ'iboti uchun muhim ahamiyat kasb etadi.

**РАЗОВЫЙ НАУЧНЫЙ СОВЕТ ПРИ НАУЧНОМ СОВЕТЕ  
PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10. ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ  
СТЕПЕНЕЙ ПРИ БУХАРСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ  
УНИВЕРСИТЕТЕ**

---

**БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ТУРСУНОВ ОКИЛ АМРУЛЛОЕВИЧ**

**КУПКАРИ КАК НАЦИОНАЛЬНАЯ ЭТНИЧЕСКАЯ ИГРА, ЕЕ  
ЗНАЧЕНИЕ В РАЗВИТИИ СОВРЕМЕННОГО СПОРТА**

**13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,  
оздоровительной и адаптивной физической культуры  
13.00.01 - Теория педагогики. История педагогических учений**

**АВТОРЕФЕРАТ**

**диссертации доктора философии (PhD) по педагогическим наукам**

**Бухара – 2025**

**Тема диссертации доктора философии (PhD) зарегистрирован в Высшей аттестационной комиссии Республики Узбекистан за номером B2024.2.Phd/Ped7350.**

Докторская диссертация выполнена в Бухарском государственном университете.

Автореферат диссертации на трех языках (узбекском, русском, английском (резюме)) размещен в веб-сайте научного совета по адресу ([www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz)) и Информационно-образовательном портале “ZiyoNET” по адресу ([www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)).

<b>Научный руководитель:</b>	<b>Абдуллаев Мехриддин Жунайдуллаевич</b> доктор педагогических наук (DSc), профессор
<b>Официальные оппоненты:</b>	<b>Избуллаева Гульчехра Валериевна</b> доктор педагогических наук (DSc), профессор <b>Рахмонов Рауф Расулович</b> доктор философии по педагогическим наукам (PhD), доцент
<b>Ведущая организация:</b>	<b>Джиззахский государственный педагогический университет</b>

Защита диссертации состоится “\_\_\_\_\_” “\_\_\_\_\_” 2025 года в “\_\_\_\_\_” часов на заседании Научного совета PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10. при Бухарском Государственном университете по адресу: 200118, г.Бухара, улица Мухаммада Икбала, дом 11. Тел.: (0365) 221-29-14, факс: (0365) 221-27-57; e-mail: [buxdu\\_rektor@buxdu.uz](mailto:buxdu_rektor@buxdu.uz)

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Бухарского государственного университета (зарегистрирована за № \_\_\_\_\_) по адресу: 2001118, г.Бухара, улица Мухаммада Икбала, дом 11. Тел.: (65) 221-29-14.

Автореферат диссертации разослан “\_\_\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2025 года.

(реестр протокола рассылки № \_\_\_\_\_ от “\_\_\_” \_\_\_\_\_ 2025 года)

**Б.Б.Маъмуров**  
Председатель Научного совета по присуждению ученых степеней, доктор педагогических наук (DSc), профессор

**А.Э.Сагторов**  
Ученый секретарь Научного совета по присуждению ученых степеней д.ф.п.п.н. (PhD) профессор

**Р.Х.Кадиров**  
Председателя научного семинара при Научном совете по присуждению ученых степеней, кандидат педагогических наук, профессор

## **ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))**

**Актуальность и востребованность темы диссертации.** В развитии народов, существующих в мире, вопросы развития и совершенствования национальных видов спорта, имеющих общечеловеческий характер, особенно конного спорта и связанных с ним старинных спортивных видов, формировались и совершенствовались на протяжении многих веков. В мире, особенно среди народов Средней Азии (узбеков, таджиков, киргизов, афганцев и казахов), проводится ряд научных исследований, направленных на популяризацию конного спорта — купкари, а также на совершенствование физической подготовки борцов. Однако на поворотном этапе истории сохранение национальной идентичности, самобытности каждого народа, а также развитие и популяризация национальных видов спорта становятся одними из самых важных и актуальных проблем, стоящих перед человечеством.

Национальные виды спорта народов мира, включая конные виды спорта, в условиях сегодняшней глобализации и процессов интеграции всё больше унифицируются, приобретая общечеловеческий характер. Проводятся научные исследования по использованию новых методов подготовки соревнующихся купкари к состязаниям, возрастным особенностям обучения, техническим приемам, повышению физической подготовленности, совершенствованию тренировочного и соревновательного процесса борцов. Поэтому, исходя из специфики их соревнований по борьбе, возникает необходимость эффективной разработки циклов подготовки для совершенствования процесса подготовки соревнующихся купкари к основным видам соревновательной деятельности. На начальном этапе подготовки соревнующихся купкари к состязательной деятельности наблюдается практически полное отсутствие практических технических навыков и педагогических приемов в структуре, содержании и методике тренировочного процесса. Поэтому системное совершенствование тренировочного процесса борцов-соревнующихся купкари, внедрение эффективных методик имеют сегодня большое значение.

В нашей республике игры общего характера, которые сформировались как составная часть национальных этнических игр, не только как национальных игр общественного характера, но и как неотъемлемая часть устного эпоса братских народов, их костюмы, национальные танцы, сочетающие в себе национально-культурные традиции, хозяйственные, культурные и духовные традиции, и в то же время системную этнопедагогическую символику, нашли свое отражение в их фольклоре. «Мы должны обратить особое внимание на активное участие молодежи в демократических процессах в жизни нашей страны, на повышение ее политического, социального и физического потенциала»<sup>1</sup>. В наше время вопрос физической культуры и спорта поднялся на уровень государственной политики. После обретения Узбекистаном независимости большое внимание стало уделяться спортивной сфере не только как средству продвижения

---

<sup>1</sup> Mirziyoyev Sh.M. O'zbekiston yoshlariga bayram tabrigi. 2019-yil 30-iyun.

страны в мире, но и как ключевому критерию укрепления здоровья нашего народа и воспитания здорового поколения. В современных общественных процессах «назрела необходимость уделять большое внимание массовому спорту, не ограничиваясь достижениями в спорте высших достижений»<sup>2</sup>. Сегодня необходимость глубокого изучения древних корней современных национальных видов спорта, периодизации этапов их развития, обоснования их значимости в современной педагогике выступает как насущная и закономерная потребность. Поэтому подробное освещение этих вопросов на основе научно-теоретических источников признается актуальностью и востребованностью темы.

Данная диссертация в определенной степени служит в осуществлении задач, намеченных в Постановлениях Президента Республики Узбекистан №ПП-421 «О мерах по развитию командных видов спорта и совершенствованию системы отбора талантливой молодежи» от 6 декабря 2024 года, №ПП-5024 «О дополнительных мерах по дальнейшему развитию коневодства и конного спорта, а также популяризации современного пятиборья и поло» от 11 марта 2021 года, №ПП-5211 «О Государственной программе развития коневодства, конного спорта, современного пятиборья и поло в Узбекистане до 2025 года» от 5 августа 2021 года, №ПП-5212 «О мерах по организации деятельности школ наездников» от 6 августа 2021 года, №ПП-5280 «О Программе развития деятельности спортивно-образовательных учреждений до 2025 года» от 5 ноября 2021 года, а также Постановление №ПП-5281 «О комплексной подготовке спортсменов Узбекистана к XXXIII летним Олимпийским и XVII Паралимпийским играм, проводимым в г. Париже (Франция) в 2024 году» от 5 ноября 2021 года и других нормативно-правовых документах в данной сфере.

**Соответствие темы исследования основным приоритетным направлениям развития науки и технологий в республике.** В диссертации планируется системно реализовать рекомендации Министерства образования, науки и информационных технологий Республики Узбекистан по форме I. «Перспективные пути реализации инновационных идей путем системного формирования их внедрения в социально-правовое, экономико-культурное и духовно-просветительское развитие информационного общества и правового демократического государства».

**Степень изученности проблемы.** В годы независимости можно отметить узбекских исследователей, которые проводили научные изыскания в области спортивной игры купкари или в направлениях, близких к теме данного исследования. В частности, М. Кадыров, Т. С. Усманхожаев, Ф. Ходжаева, У. Х. Карабоев, Р. Юлдашева, Гафур Хабибилло, Ф. Насриддинов, А. Косимов, М. Даминов, Г. Адамбекова, Э. Г. Гозиев, Ш. Анорбетова, В.

---

<sup>2</sup> Mirziyoyev Sh.M. Oliy sportda erishilgan yutuqlar bilan chegaralanmasdan, ommaviy sportga ham katta e'tibor berishimiz kerak. Xalq so'zi.2018-yil 20-sentabr.

Мирзаев, Т. Абдурахимов, И. Р. Абдурахманов, Ш. Галиев и другие провели ряд важных научных исследований в данной сфере.<sup>3</sup>

В странах Содружества Независимых Государств развитие конного спорта купкари, а также сведения о совершенствовании таких физических качеств, как сила, выносливость и координация в процессе тренировок, были отражены в ряде исследований В. С. Мартинихина, Е. М. Пешеревой, В. В. Бартольда, Г. П. Снесарёва, С. П. Нестерова, А. Диваева, А. Шишова, А. П. Хорошкина.<sup>4</sup>

Анализируются труды мировых учёных — М. Джемсона, Э. Гордона, С. Фречкопа, Э. Э. Кузьминой, Бахауддина Угела, — которые проводили эффективные исследования, посвящённые системному изучению того, в каких местах и при каких условиях сформировались древнейшие опорные точки игры купкари и всех связанных с её физической подготовкой спортивных игр, а также этапов их возникновения, становления и развития<sup>5</sup>.

Учитывая вышеизложенные мнения, можно сделать вывод, что во всём мире научные исследования в каждой области знаний существенно растут. В странах Востока же недостаточная изученность такого вида спорта, как кокпар, объясняется тем, что до современного периода в этой сфере проводилось мало и недостаточно исследований. Это, в свою очередь, обуславливает необходимость проведения дальнейших научных изысканий в данном направлении.

**Соответствие исследования исследовательским планам высшего учебного заведения, в котором выполнена диссертация: Диссертация**

---

<sup>3</sup> Кодиров М. Ўзбек халқ томоша санъати. –Тошкент:Ўқитувчи, 1974. –Б.123. Усмонхўжаев Т.С., Хўжаева.Ф. Минг бир ўйин. –Тошкент: Ибн Сино, 1990. –279 б.; Қорабоев У.Х. Ўзбекона ўйинлар. // Гулистон. – Тошкент: Фан, 1991. –№ 9.; Йўлдошева Р. Ўзбек халқ ўйинларининг тарбиявий аҳамияти.– Тошкент: Фан, 1992. –167 б.; Ҳабибулла Ғофур Халқ ўйинлари, кўшиқлари ва анъаналарига бир назар. –Тошкент, 1992. – Б.15.; Насриддинов Ф., Қосимов А. Ўзбек халқ -миллий ўйинлар. –Тошкент, 1993. –106 б.; Даминова М., Адамбекова Г. Ўйин машғулотлари. –Тошкент: Ўқитувчи, 1993. –93 б.; Ғозиев Э.Ғ., Анарметова Ш. Ўйин назарияси. –Тошкент: Чўлпон, 1995. –40 б.; Мирзаев.В. Тўптош ўйини. – Тошкент: Чўлпон, 1996. –40б.; Адуррахимов Т. Ўзбек халқ ўйинлари ва томошалари. –Тошкент: НДА; 1997. – Б.52-56.; Абдурахманов И.Р. Узбекские народные игры и представления (XX век южные области Узбекистана). Автореф...дис. канд. пед. наук. –Ташкент, 1997. –29 с.; Галиев Ш. Ўзбек болалар ўйин фольклорининг таснифи ва поэтикаси. Филология фанлари номзоди... дис. - Тошкент, 1998. – 168 б.

<sup>4</sup>Мартынихин В.С. Профилактика и физическая реабилитация остеохондроза поясничного отдела позвоночника в условиях тренировочного процесса у занимающихся конным спортом. // Автореф. дисс. – Москва 2015. –24 с.; Пешерева Е.М. Некоторые игры среди оседлого населения Туркестана. // Бюллетень САГУ. 1925. –Т.2. –С.82-98.; Бартольд В.В. История культурной жизни Туркестана. Сочинения. –М., 1963. – Т.II. –Ч.1. –С.532.; Снесарев Г.П. К вопросу о происхождении праздничества суннат той в его среднеазиатском варианте. // Занятия и быт народов Средней Азии. –Л., 1971. –Т.3. –С.256-273.; Нестеров С.П. Конь в культурах тюркоязычных племен Центральной Азии в эпоху средневековья. –Новосибирск: Наука, 1990. –С.79.; Диваев А. Древние игры киргизской молодёжи. // Туркестанская ведомость. 1907. –№54; Шишов. А. Саргы. / Этнографическое и антропо-логическое исследование. Ч.I. Этнография. –Ташкент: 1904. –С. 225-226.; Шишов А., Хорошкин А.П. Сборник статей, касающихся до Туркестанского края. –СПб., 1876.; Фирсов В. Туркестан и Туркестанские породы лошадей. Туркестанский сборник. 1895. Т.479. – С.218.

<sup>5</sup> Jamson M. Mucanean Religion. –Archeology, 1960. –P. 16-23; Gordon E. Animals as Represented in the Sumerian Proverbs and fables. // Сб. Древний мир, –М.:1962. –P. 105-119.; Frechko S. La Specifitedu Chevat de Prjewalsku, Bulletin de Institute des sciences naturel Belgique. Bruxelles.1965.-vol. XLI. – №29.; Kuzmina E.E The Earliest Evidence of Horse onnection with the Problem of Time and Plase of the Indo-European Unity, -VIII Congres international des sciences prehistoriques et protohistoriques. – Belgrade, 1971.; Bahaeddin Ogel (prof. Dr) Dünden bu'güne.Türk Kültürünün Gelişme Çağları. Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı. – Istanbul, 1998. – 788 b.

выполнена в рамках плана научно-исследовательских работ Бухарского государственного университета по проблеме «Научно-педагогические основы использования традиций наших великих предков в духовно-нравственном и физическом воспитании подрастающего поколения».

**Цель исследования:** Разработать научно-теоретические рекомендации по значению купкари как национальной этнической игры в развитии современных видов спорта и физических упражнений.

**Задачи исследования:** Исходя из темы диссертации, перед данным исследованием были поставлены следующие конкретные цели:

- разработать методiku применения комплексных упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как сила, выносливость, ловкость, координация, быстрота реакции в конном спорте купкари;

- выявить корреляционную взаимосвязь внешних проявлений физической и психологической подготовки спортсменов в соревнованиях купкари;

- разработать модель совершенствования и практического применения вопроса об архаической генезе, этапах развития и значении конного спорта «купкари» (копкари) как одного из видов этнических игр в развитии современных спортивных игр в условиях глобализации;

- разработать систему недельного цикла тренировок, направленную на развитие физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсменов, занимающихся конным спортом «купкари».

**Объект исследования.** Архивные источники, научно-теоретическая литература, периодические печатные материалы по этногенезу игр «купкари» как вида этноспорта рассматриваются в качестве объекта исследования системы физического воспитания.

**Предмет исследования:** Предметом данного исследования являются методы развития физической и технической подготовки борцов, занимающихся конным спортом «купкари», составляют основу подготовки.

**Методы исследования:** При составлении диссертации были использованы такие методы, как научно-теоретический анализ и обобщение данных, представленных в отечественной и зарубежной литературе; диагностика (исследовательские опросы, проведение тестов, наблюдения, проектированные методы); педагогический контроль, педагогическое тестирование, экспертная оценка, прогнозирование, а также экспериментальные и математико-статистические методы.

**Научная новизна исследования** заключается в следующем:

- улучшена в тренировках по конному спорту купкари комплексная подготовка спортсменов совершенствовалась за счёт систематического применения упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как сила, выносливость, ловкость, координация и скорость реакции. Эти упражнения (укрепляющие мышцы плеч, рук и поясницы, повышающие выносливость, улучшающие управление и равновесие на лошади, способствующие развитию бега, маневренности, реакции и быстроты на

лошади) использовались с учётом возраста и уровня физической подготовленности спортсменов;

в соревнованиях по купкари за счёт выявления взаимосвязи (корреляционной зависимости) между уровнями физической (высокий, средний, низкий) и психологической (психическая устойчивость, стратегическое мышление, командное взаимодействие и тактика, восстановительные и релаксационные упражнения) подготовленности спортсменов были расширены возможности развития их двигательной готовности, способности к взаимному взаимодействию, а также умения понимать партнёра без слов.

в организационно-дидактические компоненты модели совершенствования и практического применения вопросов, связанных с генезисом и этапами развития этнической игры «купкари» как вида конного спорта, а также с её значением в развитии современных спортивных игр в условиях глобализации, были включены такие методы обучения, как дискуссионное обучение (discussion-based learning) и обучение на основе информационно-коммуникационных технологий (ICT-learning), которое позволило расширить возможности усвоения учебного материала студентами;

за счёт проведения еженедельных циклов тренировок, направленных на развитие физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсменов, занимающихся конным спортом «купкари», на основе сложного и системного плана, были расширены возможности более лёгкого и эффективного освоения тренировочных нагрузок.

#### **Практическими результатами исследования являются:**

Созданы сборники по историческому генезису, принципам развития и значению этнических игр конного спорта купкари в совершенствовании современных спортивных игр и по этническому анализу современных спортивных игр.

На основе источниковедческой литературы разработаны научно-теоретические взгляды на национальную этническую игру конного спорта купкари и многоконного конного спорта в научной и художественной литературе, рассмотрены вопросы связи конных игр и конного спорта с местными обычаями, традициями и ценностями;

Выявлены становление категорий коллективности и индивидуальности в национальных этнических играх купкари, общие черты с современными спортивными играми;

На основе роли и принципов научно-педагогической эффективности обучения, разработаны роль конного спорта купкари как национальной этнической игры в развитии современных спортивных тренировочных упражнений и факторы научно-педагогической эффективности экспериментально-испытательных работ;

Результаты исследования также использованы для развития сферы физического воспитания, спортивной педагогики и методики в Республике Узбекистан.

**Достоверность результатов исследования:** Диссертация основана на источниках, включающих в себя источниковедческие работы, периодические издания, а также анализы зарубежных и отечественных ученых, проводивших исследования в данной области. Проведен сравнительный анализ научной работы с близкими по содержанию диссертациями. Обеспечена качественная и количественная согласованность целей и задач. На практике, полученные на основе экспериментальных проверок результаты, также повторно анализировались с использованием математических и статистических методов. Окончательные выводы подтверждаются уполномоченными государственными органами, что повышает уровень достоверности и не требует пояснений.

**Научно и практическая значимость результатов исследования:** Научно-практическая значимость результатов диссертации заключается в следующем: полученные в ходе исследования научные данные способствуют расширению содержания и теорий значения национальной этнической игры купкари в развитии современных видов спорта и физических упражнений. Роль конного спорта и многонациональных видов спорта в развитии современных игр расширяет подход к современной игровой технологии.

**Практическая значимость исследования.** Подчеркивая значимость исследования, оно служит использованию таких предметов, как «Конные игры», «Конный спорт», «Методика конных спортивных игр купкари», «Роль спорта купкари в истории общепедагогических учений», «Теория педагогики», «Методика воспитания и обучения» при создании новых учебников, учебных пособий, комплексов и совершенствовании учебников.

#### **Внедрение результатов исследования.**

Рекомендации по систематическому выполнению комплексных упражнений (укрепление мышц плеч, рук и спины, повышение выносливости, управляемости и равновесия на лошади, бег и маневрирование на лошади, а также реакции и ловкости), направленных на развитие таких физических качеств, как сила, выносливость, ловкость, координация, быстрота реакции в конном спорте купкари, в зависимости от возраста и физической подготовленности борцов, включены в содержание учебника «Методика преподавания национальных и подвижных игр» (Приказ №55 Министерства высшего образования, науки и инноваций от 4 марта 2024 г. Регистрационный номер 55-278). В результате усовершенствована комплексная подготовка спортсменов, занимающихся конным спортом;

Рекомендации по определению соотношения внешних проявлений физической (высокая, средняя, низкая) и психологической (психическая устойчивость, стратегическое мышление, командная коммуникация и тактика, восстановительные и реставрационные упражнения) (высокая, средняя, низкая) готовности спортсменов в соревнованиях по купкари были применены в тренировочном процессе спортсменов Самаркандской области (Справка №02/01-01-77 Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан от 27 февраля 2025

года). В результате двигательная готовность борцов, способность общаться и понимать партнера без слов улучшилась на 17-18%;

Рекомендации по внедрению проблемно-дискуссионных, семинарских, конференционных методов обучения в организационно-дидактические компоненты модели совершенствования практической реализации архаичного генезиса этнического конного спорта купкари, этапов развития и их значения в развитии современного спорта в условиях глобализации внедрены в учебный процесс Термезского государственного университета, Каршинского государственного университета, Бухарского государственного университета (Справка №02/01-01-77 Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан от 27 февраля 2025 года). В результате освоение студентов возросло на 15-16%;

В тренировочный процесс спортсменов-купкари Сурхандарьинской области внедрены рекомендации по проведению недельного цикла тренировок на основе комплексного и системного плана, направленного на развитие физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсменов, занимающихся конным спортом (Справка №02/01-01-77 Министерства высшего образования, науки и инноваций Республики Узбекистан от 27 февраля 2025 года). В результате комплексная подготовка борцов улучшилась на 13-14%.

**Апробация результатов исследования:** Результаты данного исследования обсуждались на 4 международных и 2 республиканских научно-практических конференциях.

**Публикация результатов исследования:** По теме диссертации опубликовано 12 работ, в том числе 2 в научных изданиях, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией, 2 в зарубежных научных журналах, 3 на научно-теоретических конференциях республиканского масштаба, 4 тезиса на международном уровне.

**Структура и объем исследования:** Диссертация представлена в виде текста объемом 130 страниц, состоящего из введения, 3 глав, 3 рисунков, 15 таблиц, выводов и практических рекомендаций, списка литературы и приложений.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

Во введении к диссертации приводятся сведения об актуальности и востребованности темы диссертации, соответствии исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, степени изученности проблемы, ее связи с планами научных исследований высшего учебного заведения, в котором выполнена диссертация, цели, задачах, объекте, предмете, методах, научной новизне, практических результатах исследования, достоверности полученных в ходе исследования результатов, научной и практической значимости результатов исследования,

их внедрении, апробации, опубликованности, структуре и объеме диссертации.

В первой главе диссертации, озаглавленной **«Старинные формы национальной этнической игры купкари и факторы ее возникновения»** рассматриваются научно-теоретические взгляды на национальную этническую игру купкари в научной и художественной литературе, вопрос связи конных игр и многонациональных видов спорта с местными обычаями, традициями и ценностями, а также анализ научно-методической литературы о роли конного спорта и многонациональных видов спорта в развитии современных игр.

Анализ научно-методических источников по теории и методике физического воспитания и спорта и его истории показывает, что в древности у народов Средней Азии и сопредельных регионов народные игры, связанные с лошадьми и верблюдами, такие как чавгон, копкари, конные скачки, верблюжьих бега и т. д., были направлены на развитие у подрастающего поколения ловкости, проворства, скорости, лидерства над противниками, выносливости, навыков быстрого и правильного принятия решений в экстремальных ситуациях.

Процедура козлодрания в Самаркандской области отличается от таковой в регионах Ферганской долины своими уникальными особенностями. На козлодраниях, организуемых в этих областях, забивают несколько (более 10) коз весом 20-25 килограммов и помещают (не потроша, с удаленными головами и ногами) на возвышенное место, на телегу или на холм (сейчас на автомобиль). Оттуда козу бросают между наездниками. Всадники должны поднять брошенную посередине козу, запрячь ее и пронести через определенное расстояние.

В конном спорте приемы на соревновательных аренах различаются, и на рыси внешние ноги проходят перед внутренними, пересекаясь с ними, а на галопе движение выполняется серией темпов, направленных вперед и в стороны, как показано на рисунке.

Разметка поля для игры в купкари (или бузкаши) традиционно представляет собой большое открытое поле, на котором всадники соревнуются в том, чтобы донести тушу козла или овцы до указанного места. Ниже приведена информация об основных элементах разметки поля для копкари и простое схематическое изображение:

#### **Структура и размеры многоцелевого поля купкари**

##### **Размеры (типичные)**

**Длина:** 300–500 метров

**Ширина:** 150–200 метров

**Центральная зона:** Открытая зона, где игроки могут перемещаться

##### **Кольца (круги):**

**Стартовый круг (левая или правая сторона):** Здесь начинается игра или размещается коза (туша козла).

**Победный круг (противоположная сторона):** Зона, где игроки должны убрать козу.

**Дополнительные рекомендации:**

Диаметр каждого кольца обычно составляет около 5–10 метров.

Вокруг поля есть зона безопасности для зрителей и судей.

Игры проводятся на большом поле или стадионе.



**Рисунок 1. Поле купкари**

В результате проведенных нами исследований и анализа исторической научно-методической литературы установлено, что на сегодняшний день не хватает исследований по разработке методики анализа и совершенствования физической и психологической подготовки борцов многопрофильных видов спорта, научной разработке методики анализа и совершенствования средств и методов их подготовки, изменению интенсивности, объема и соотношений микро-, мезо- и макроцикловых тренировочных нагрузок, внедрению и совершенствованию методики организации восстановительных и контрольно-испытательных мероприятий в систему подготовки борцов многопрофильных видов спорта.

Во второй главе диссертации, озаглавленной **«Формирование категорий коллективности и индивидуальности в национальных этнических играх купкари, общие черты с современными спортивными играми»** представлена информация о роли и значении конной игры купкари в воспитании подрастающего поколения, общих правилах национальной этнической игры купкари, принципах историчности и современности, вопросе призов, размерах поля и тактике в конных играх купкари, а также полученные результаты по динамике физической подготовленности любителей конного спорта купкари.

Культура каждого народа уникальна, проявляется в его языке, обычаях, образе жизни и играх. Очень важно сохранить преемственность духовных ценностей, норм и достижений, поскольку это наследие является необходимым условием для того, чтобы народ жил как нация.

Купкари — национальная спортивная игра узбекского народа, существующая на протяжении веков. Оглядываясь назад в историю, борцы, которые участвовали в купкари, всегда почитались за свою силу, ловкость и выносливость. В ходе наших исследований мы смогли определить, что борцы, которые регулярно занимаются купкари, обладают высокоразвитыми физическими качествами, в частности, такими как сила, ловкость и выносливость. Этот вид спорта тренирует борцов не только физически, но и психологически.

**Таблица 1**

**Физическая подготовленность спортсменов-наездников купкари Кашкадарьинской области (n=12)**

№	Тесты на физическую подготовку	В начале исследования	
		$\bar{x} \pm \delta$	V %
1.	Бег 400 м. (минуты)	1,46±0,25	17,1
2.	Бег 3 км. (минуты)	14,54±2,18	14,9
3.	Челночный бег 4x10 м. (секунды)	13,62±1,52	11,1
4.	Подтягивание на перекладине (раз)	14,69±1,83	12,4
5.	Тест на силовую выносливость: письмо с согнутыми руками (раз)	29,46±3,81	12,9
6.	Опора на брусья под углом, (сек.)	5,84±0,75	12,8

В данной таблице представлена физическая подготовленность 12 наездников, тренирующихся в Кашкадарьинской области на начало исследования. В таблице представлены средние результаты спортсменов по скорости бега на 400 метров (в минутах и секундах), времени бега на 3 километра (в минутах и секундах), скорости челночного бега 4x10 метров (в секундах), количеству подтягиваний на турнике (раз), количеству упражнений на письмо с согнутыми руками (раз) и времени, проведенного в упоре на перекладинах в наклонном положении (в секундах). Для каждого результата были рассчитаны средние значения ( $\bar{x}$ ), стандартные отклонения ( $\sigma$ ) и коэффициенты вариации (V%). Статистическая значимость разницы между группами определялась с помощью t-критерия Стьюдента (t) и р-значения (p). Эти исходные данные важны для оптимизации тренировочного процесса и оценки эффективности используемых методов в дальнейшем эксперименте.

В связи с этим, в рамках научного исследования было проведено исследование по определению уровня физической подготовленности 15 спортсменов, занимающихся конным спортом купкари Джизакской области.

Таблица 2

**Физическая подготовленность спортсменов-наездников купкари  
Джизакской области (n=15)**

№	Тесты на физическую подготовку	В начале исследования	
		$\bar{x} \pm \delta$	V %
1.	Бег 400 м. (минуты)	1,44±0,24	16,6
2.	Бег 3 км. (минуты)	14,52±2,15	14,8
3.	Челночный бег 4x10 м (секунды)	13,59±1,49	10,9
4.	Подтягивание на перекладине (раз)	14,65±1,81	12,3
5.	Тест на силовую выносливость: письмо с согнутыми руками (раз)	29,45±3,75	12,7
6.	Опора на брусья под углом, (сек.)	5,81±0,72	12,3

Для изучения выносливости наездников Джизакской области было использовано упражнение бег на 3 километра. Результаты, полученные на начальном этапе исследования, показали, что средняя производительность спортсменов составила  $14,52 \pm 2,15$  мин/сек, при коэффициенте вариации 14,8%. Результаты математического анализа подтвердились, и средняя производительность оказалась статистически значимой ( $t = 2,40$ ;  $p < 0,05$ ).

Также в начальном эксперименте спортсменов-купкари Джизакской области был проведен тест 10x10 метров. Средняя производительность в этом тесте была определена как  $13,59 \pm 1,49$  сек, при коэффициенте вариации 10,9%. Результаты статистического анализа показали, что результаты статистически значимы ( $t = 3,03$ ;  $p < 0,01$ ).

**Когда речь идет об упражнениях, повышающих эффективность тренировок купкари,** большое значение имеет физическая, умственная и техническая подготовка спортсменов.

Купкари — это вид спорта, требующий не только передвижения верхом, но и силы, выносливости, равновесия, ловкости и стратегического мышления. Ниже приведены виды упражнений, повышающие эффективность тренировок участников купкари:

1. Упражнения по физической подготовке;
2. Специальные упражнения, связанные с лошастью;
3. Упражнения на реакцию и ловкость;
4. Психологическая подготовка;
5. Упражнения на восстановление и реставрацию.

Подготовка спортсменов-купкари к тренировкам по купкари организована по комплексному и систематическому плану. Этот план направлен на развитие физической, технической, тактической и психологической подготовки спортсменов и составляется в виде недельного цикла. Также учитываются тренировочная нагрузка, дни отдыха и восстановления.

Ниже приведен пример недельного плана тренировок для наездников купкари.

**Таблица 3**

**Недельный график тренировок для спортсменов-наездников купкари (образец)**

День	Тип обучения	Содержание	Продолжительность
Понедельник	Общая физическая подготовка (ОФП)	Бег (3-5 км.), силовые упражнения (пресс, сгибание колена, подтягивание), растяжка	60 минут
Вторник	Техническая подготовка с лошадью	Управление лошадью, остановка, поворот, подготовительные упражнения для взятия поводьев	75-90 минут
Среда	Специальная физическая подготовка (СФП)	Поднятие тяжестей, наклоны, упражнения на координацию	60-75 минут
Четверг	Тренировка равновесия и скорости с лошадью	Быстрая ходьба, галоп, остановка и движение, равновесие на лошади	75 минут
Пятница	Игровая и тактическая подготовка (командная)	Приближение к противнику, преграждение пути, имитация взятия поводьев	60-75 минут
Суббота	Полная имитационная многоцелевая тренировка	Реальная мультиспортивная симуляция, групповая игра, соревновательные ситуации	90-120 минут
Воскресенье	Тренировка отдыха или активного восстановления	Растяжка, легкая ходьба, сауна, массаж или плавание	30-45 минут (по желанию)

Купкари — сложный, но важный вид спорта в нашей национальной культуре. Систематическое развитие физической подготовки конных борцов позволяет им повысить эффективность на поле, снизить риск получения травм и обеспечить высокий уровень спортивных результатов.

В третьей главе диссертации озаглавленной «**Эффективность экспериментально-испытательных работ по основам преподавания купкари как национальной этнической игры, ее значение в развитии современных видов спорта и физических упражнений**» описывается ход экспериментально-испытательных работ по купкари как национальной этнической игре, ее значение в развитии современных видов спорта и физических упражнений, экспериментально-испытательные работы по теме (показатели успеваемости студентов) и результаты исследований занимающихся конным спортом купкари, в заключение анализировалась

динамика физической подготовленности после проведенного исследования. Также учебная программа дисциплины «Повышение спортивно-педагогического мастерства (конный спорт)» в вузах обеспечивает студентов образовательного направления 61010300 - «Спортивная деятельность (конный спорт)» достаточными и необходимыми практическими знаниями по развитию конного спорта в Узбекистане и мире, обучению верховой езде и управлению процессом подготовки спортсменов. Лекции, практические занятия, семинары и самостоятельные занятия проводятся в качестве обязательного предмета для приобретения навыков и умений осуществлять тренерскую, учебную и организаторскую работу по физическому воспитанию и спорту, особенно конному спорту, самостоятельно управлять этими процессами.

Целью дисциплины, в соответствии с целью и актуальностью проводимых нами исследований, является обеспечение студентов теоретическими знаниями, практическими навыками, знаниями истории конного спорта и пониманием научной работы в конном спорте, а также развитие и формирование профессиональных и педагогических квалификаций и навыков для участия и организации соревнований, у студентов формируются профессиональные компетенции в следующих предметных областях:

**Таблица 4**

**Темы, рассматриваемые в программе, которые служат обогащению теоретических и методологических основ исследования.**

<b>№</b>	<b>Темы</b>
<b>1.</b>	Практика базовых упражнений и элементов верховой езды в конном спорте
<b>2.</b>	Упражнения на преодоление основных препятствий
<b>3.</b>	Практика верховой езды и преодоление препятствий на открытой местности и беговых лыжах
<b>4.</b>	Первоначальная подготовка лошади
<b>5.</b>	Обучение лошади основам езды под седлом (ходьба по ровной местности)
<b>6.</b>	Верховая езда
<b>7.</b>	Основы обучения
<b>8.</b>	Упражнения и элементы среднего и очень сложного уровня сложности
<b>9.</b>	Обучение всадника основам верховой езды

Во-первых, необходимо определить основную суть и цель предоставляемого образовательного контента. Отбор учебных материалов и минимальных и максимальных уровней образовательного контента осуществляется на основе концептуальных основ модернизации образовательного контента. В конечном итоге необходимо гармонизировать знания, представляемые студентам на основе интеграции различных учебных

дисциплин, привить им знания и информацию, которые помогут им обрести ценности нашего народа, и опираться на опыт эмоциональной и творческой деятельности. Целесообразно интегрировать эти элементы образовательного контента в содержание всех учебных предметов. Основная цель – помочь студентам обрести знания, понять их содержание и развить познавательные навыки.

Наша главная цель – изучить купкари как национальную этническую игру и ее значение в развитии современного спорта и физической культуры. При этом внимание уделялось отбору и изучению проблем национальных этнических игр, исходя из практических потребностей, а также совершенствованию педагогических исследований в области разработки современных видов спорта и физических упражнений, изучению основного содержания педагогических идей, которые сложились к настоящему времени.

Необходимо не сокращать знания в содержании образования, а интегрировать и унифицировать их. Знания нельзя искусственно отделять от содержания образования. Содержание образования учитывает формирование эмоционально-ценностной, творческой и других видов активности учащихся. Необходимо не сокращать знания в содержании образования за счет расширения других частей.

Результаты опроса, проведенного среди респондентов (Таблица 5)

**Таблица 5**

**Результаты анкетирования, полученные от респондентов и студентов**

<b>№</b>	<b>Респонденты</b>	<b>%</b>	<b>№</b>	<b>Студенты</b>	<b>%</b>
<b>1.</b>	Он знает лучше	40%	<b>1.</b>	Знающий	10%
<b>2.</b>	Имеет общее понимание	30%	<b>2.</b>	Слышал об ученых	15%
<b>3.</b>	Не имеет понятия	20%	<b>3.</b>	Не имеет понятия	35%
<b>4.</b>	Он считает, что знания необходимы и должны использоваться в образовательном процессе	10%	<b>4.</b>	Хочет знать	40%

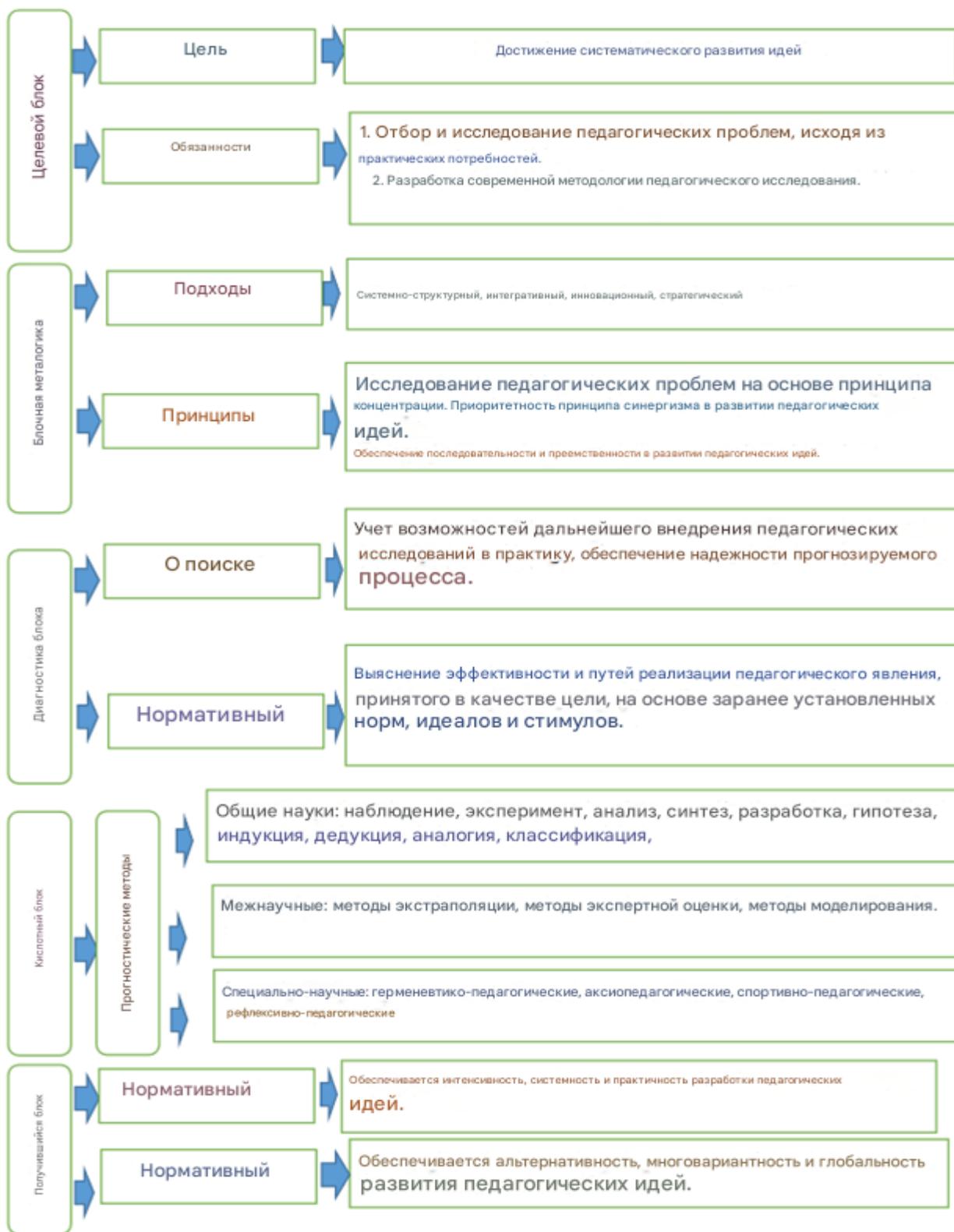
Результаты анализа ответов, полученных от студентов-респондентов, позволили сделать следующие выводы:

1. Знания и понимание проблемы студентами находятся на недостаточном уровне.

2. Они понимают актуальность поднятой проблемы и важность здоровой и сбалансированной личности в повышении ее продуктивности в современную эпоху.

3. Стало ясно, что преподавателям необходимы определенные научно-методические предложения и рекомендации по проблеме.

4. Стало ясно, что они считают необходимым иметь необходимую информацию о научных исследованиях, проводимых в области физического воспитания и педагогики за годы независимости, теории физического воспитания, истории и теории педагогики.



**Рисунок 2. Купкари как национальная этническая игра, ее современные спортивные виды и прогностическая модель развития педагогических идей**

Таким образом, выводом экспериментальной работы является то, что студенты не имеют достаточных знаний о купкари как о национальной этнической игре и ее значении в развитии современного спорта и физической

культуры.

Для привлечения внимания учащихся, разъяснения сути рассматриваемого вопроса, а также для возбуждения энтузиазма и мотивации преподаватель задает следующие 3 проблемных вопроса:

1. Какие предметы вы знаете о купкари как о национальной этнической игре и ее значении в развитии современного спорта и физической культуры?

2. Есть ли в вашем районе возможность заниматься купкари, национальной этнической игрой, ее современными видами спорта и физическими упражнениями?

3. Знаете ли вы, какие существуют виды купкари, национальной этнической игры, и как они проводятся?

На основе проблемы учащиеся делятся на 3 малые группы по уровню понимания и ориентации, и каждая группа коллективно представляет и защищает свою гипотезу о том, какую информацию она считает наиболее подходящей для развития купкари как национальной этнической игры, ее значения в развитии современного спорта и физической культуры.

**Таблица 6**

**Уроки обсуждения, темы и вопросы, организованные среди респондентов и студентов.**

<b>(На основе специаль-ного курса) №</b>	<b>Темы</b>	<b>Вопросы для обсуждения</b>	<b>Литература для самостоятельного изучения</b>
<b>1.</b>	Купкари — национальная этническая игра, современный вид спорта и физических упражнений.	1. Какие виды Купкари как национальной этнической игры упоминаются? 2. Каковы условия организации национальных этнических игр в годы независимости?	Постановление Президента Республики Узбекистан от 17 июня 2021 года №ПП-5149
<b>2.</b>	Научно-теоретические взгляды на национальную этническую игру на лошадях и мулах в научной и художественной литературе.	1. Как развивались идеи о национальных этнических играх? 2. Купкари – педагогическая теория национальных этнических игр.	Юлдашев С.В. Народные игры населения Ферганской долины. Диссертация кандидата исторических наук. Автор. Ташкент. 2019. Б.15.

Анализ результатов, полученных в ходе пилотного тестирования, оценивался отдельно по 5-балльной шкале по следующим трем критериям:

1) интерес к усвоению педагогических идей и национальных ценностей;  
2) систематизация основных направлений развития педагогических идей;

3) наличие достаточных знаний о купкари, как национальной этнической игре, ее значении в развитии современного спорта и физической культуры, а также стремление к самостоятельному их изучению (см. таблицу 7).

Таблица 7

## Критерии и их описание

Цена значение	Критерии
5	Слушатель: Может делать выводы и принимать решения. Может мыслить творчески. Может работать самостоятельно. Может применять полученные знания. Может объяснить содержание материала. Знает и может объяснить материал. Имеет понимание.
4	Слушатель: Может работать самостоятельно. Может применять полученные знания. Может объяснить содержание материала. Знает и может объяснить материал. Имеет понимание.
3	Слушатель: Может объяснить содержание материала. Знает и может объяснить материал. Имеет общее понимание.
2	Слушатель: Не имеет четкого понимания. Не знает материал.

В качестве показателей критерия эффективности, уровня освоения заданий респондентами использовались значения оценок по данным критериям: 5 – отлично, 4 – хорошо, 3 – удовлетворительно, 2 – неудовлетворительно (см. таблицу 8).

Таблица 8

## Эффективность освоения респондентами-студентами педагогических идей

Оценки	Контрольная группа				Экспериментальная группа			
	В начале эксперимента		В конце эксперимента		В начале эксперимента		В конце эксперимента	
	soni	%	soni	%	soni	%	soni	%
<b>Отлично</b>	5	5,9	6	7,1	4	4,8	13	15,7
<b>Хорошо</b>	33	38,8	33	38,8	32	38,6	46	55,4
<b>Удовлетворительно</b>	39	45,9	39	45,9	39	47,0	23	27,7
<b>Неудовлетворительно</b>	8	9,4	7	8,2	8	9,6	1	1,2
<b>Общий средний</b>	<b>85</b>	<b>100</b>	<b>85</b>	<b>100</b>	<b>83</b>	<b>100</b>	<b>83</b>	<b>100</b>

Результаты математико-статистического анализа подтвердили, что в начале и в конце экспериментально-испытательных работ у студентов-респондентов расширилось представление о купкари как о национальной этнической игре и ее значении в развитии современного спорта и физической культуры, повысился уровень знаний. Это свидетельствует о неэффективности проводимых педагогических экспериментов.

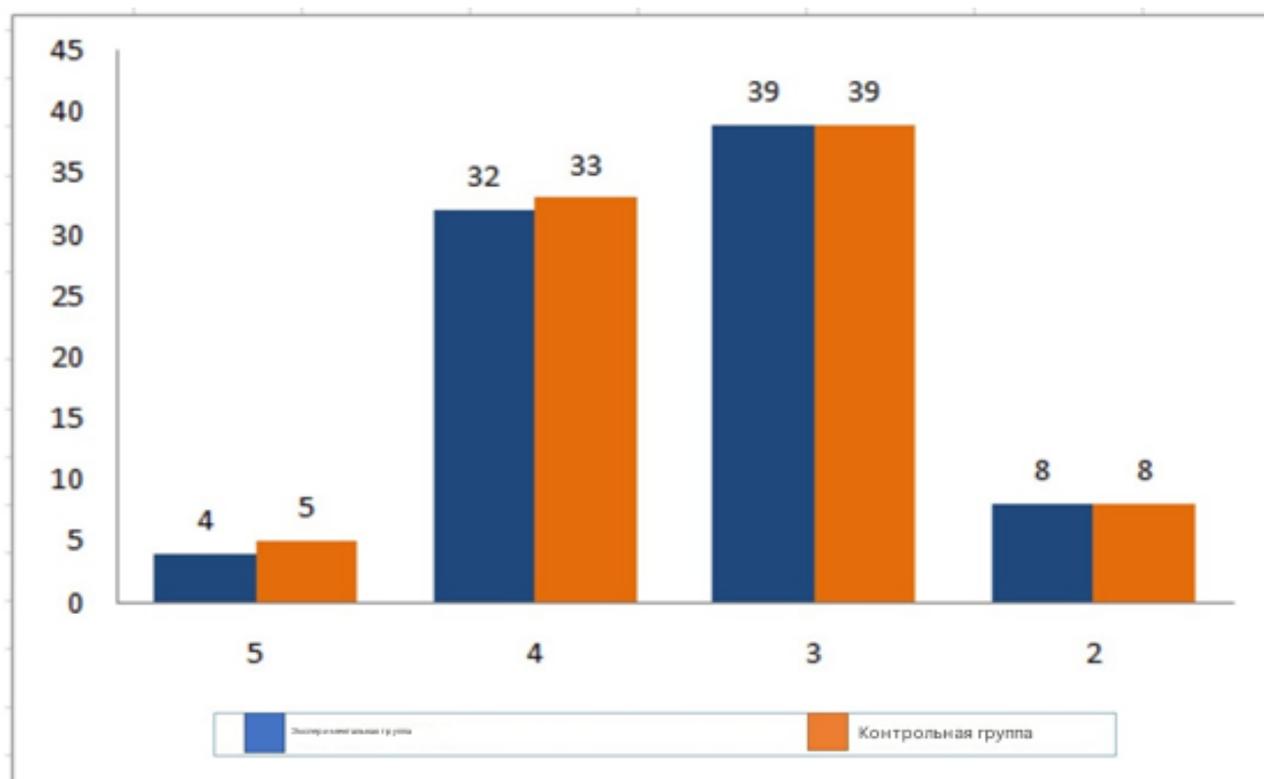


Рисунок 3. Динамика уровней освоения

Таблица 9

**Физическая подготовленность спортсменов-наездников купкари  
Кашкадарьинской области (n=12)**

№	Тесты на физическую подготовку	В начале исследования		В конце исследования			t	p
		$\bar{x} \pm \delta$	V %	$\bar{x} \pm \delta$	V %	Разница %		
1.	Тренировка по бегу на 400 метров (мин.)	1,46±0,25	17,1	1,19±0,13	10,9	18,4	3,31	<0,01
2.	Бег на 3 км. (мин.)	14,54±2,18	14,9	12,83±1,77	13,8	11,7	2,10	<0,05
3.	Челночный бег 4x10 м. (сек.)	13,62±1,52	11,1	12,19±1,08	8,8	10,4	2,65	<0,05
4.	Подтягивания на турнике (раз)	14,69±1,83	12,4	16,25±1,54	9,4	10,6	2,25	<0,05
5.	Тест на выносливость: письмо с согнутыми руками (раз)	29,46±3,81	12,9	35,70±3,15	8,8	21,1	4,37	<0,001
6.	Подтягивание брусьях под углом, (сек.)	5,84±0,75	12,8	6,57±0,68	10,3	12,5	2,49	<0,05

Купкари является одним из старинных видов спорта и считается национальным видом спорта нашего народа. Издревле наездники купкари, занимающиеся борьбой, отличались силой, ловкостью и проворством. В ходе наших исследований мы попытались определить развитие физических качеств наездников, занимающихся купкари. В частности, для определения физических качеств скорости наездников, занимающихся купкари в Кашкадарьинской области, был принят бег на 400 метров. Борцы, участвовавшие в эксперименте, в начале исследования зафиксировали результат  $1,46 \pm 0,25$ , а в конце исследования показали результат  $1,19 \pm 0,13$  минут, что выше модульного показателя. Разница между результатами составляет 18,4, а t-значение равно 3,31. Достоверность полученных результатов составляет  $p < 0,01$ . Данный результат показывает эффективность использованной нами методики.

Нелегко носить имя борца и защищать его, потому что идея, что люди на поле придут за тобой и будут считать тебя борцом, всегда присутствует у наездников купкари. Поэтому они должны постоянно работать над собой. Чтобы определить и развить качества выносливости у всадников, мы провели тест на бег на 3 километра, и их результаты в начале исследования составили  $14,58 \pm 2,20$ , а в конце исследования их результаты показали  $12,71 \pm 1,79$  минут. Разница между ними составила 12,8%. Значение T составило 2,08, а значение p было  $< 0,05$ . Эти результаты показывают, что методы, которые мы использовали для борцов, были эффективными, несмотря на трудности, с которыми они столкнулись.

**Таблица 10**

**Физическая подготовленность спортсменов-наездников купкари  
Джизакской области (n=15)**

№	Тесты на физическую подготовку	В начале исследования		В конце исследования		Разница %	t	p
		$\bar{x} \pm \delta$	V %	$\bar{x} \pm \delta$	V %			
1.	Тренировка по бегу на 400 метров (мин.)	$1,44 \pm 0,24$	16,6	$1,18 \pm 0,12$	10,1	18,1	3,75	$< 0,01$
2.	Бег на 3 км. (мин.)	$14,52 \pm 2,15$	14,8	$12,80 \pm 1,74$	13,5	11,8	2,40	$< 0,05$
3.	Челночный бег 4x10 м (сек.)	$13,59 \pm 1,49$	10,9	$12,16 \pm 1,05$	8,6	10,5	3,03	$< 0,01$
4.	Подтягивания на турнике (раз)	$14,65 \pm 1,81$	12,3	$16,23 \pm 1,52$	9,3	10,7	2,58	$< 0,05$
5.	Тест на выносливость: письмо с согнутыми руками (раз)	$29,45 \pm 3,75$	12,7	$35,69 \pm 3,14$	8,7	21,1	4,94	$< 0,001$
6.	Подтягивание брусках под углом, (сек.)	$5,81 \pm 0,72$	12,3	$6,56 \pm 0,65$	9,9	12,9	2,99	$< 0,05$

Конный спорт купкари имеет многолетнюю историю и считается национальным видом спорта нашего народа. С древних времен наездники, занимающиеся купкари, которым занимались наши предки, были сильными, ловкими и выносливыми. В ходе наших исследований мы попытались определить развитие физических качеств борцов, занимающихся купкари. В частности, для определения физических качеств скорости конного спорта купкари Джизакской области был принят бег на 400 метров. В начале исследования борцы, участвовавшие в эксперименте, зафиксировали результат  $1,44 \pm 0,24$ . В конце исследования они показали результат  $1,18 \pm 0,12$  минут, что выше модульного показателя. Разница между результатами составляет 3,75, а t-значение - 3,75. Достоверность полученных результатов составляет  $p < 0,01$ . Данный результат показывает эффективность использованной нами методики.

Экспериментальная работа проводилась с участием 587 респондентов-студентов, из которых 132 были жителями и слушателями Бухарской области, 245 из которых были жителями и слушателями Кашкадарьинской области и 210 из которых были жителями и слушателями Самаркандской области. Экспериментальная работа проводилась в 3 этапа: 1 этап – выявляющий, 2 этап – формирующий, 3 этап – заключительный.

Результаты математико-статистического анализа показали, что в начале и в конце экспериментально-испытательных работ у респондентов-студентов расширилось представление о купкари как о национальной этнической игре, ее значении в развитии современных видов спорта и физических упражнений, а их знания возросли. Это доказывает эффективность проведенных педагогических экспериментальных работ.

## ВЫВОД

1. Генетическая основа многих конноспортивных игр, таких как купкари, сформировалась как неотъемлемая часть древних обычаев, обрядов и общественной жизни наших предков, и ее корни уходят в глубокую древность. Эти игры сыграли важную роль в сохранении национальной культуры и этнических традиций, сыграли значительную роль в физическом и духовном развитии народа.

2. Этапы становления и принципы развития игры козлодрания, ее генетическая классификация, а также социально-экономические факторы ее возникновения как общественного явления и постепенного развития еще больше укрепляют место этой игры в системе народных игр. Эта игра известна не только как самый популярный национальный вид спорта, но и как «королевская игра», объединяющая участников и зрителей всех возрастов и социальных слоев.

3. Купкари — национальный вид спорта, который формировался в течение длительного исторического процесса на основе повседневного образа жизни, культуры и экономических традиций населения. Эти виды конного спорта не только оказали глубокое влияние на общественную жизнь и этносоциальные процессы региона, но и служат эффективным инструментом укрепления мира, обеспечения межнационального согласия,

укрепления политической стабильности, сохранения и развития общечеловеческих ценностей, таких как социальное сотрудничество, национальная и религиозная толерантность в регионе и во всем мире.

4. Этнографический и этнопедагогический анализ конного спорта показывает, что существуют четко определенные строгие правила и нормы организации и проведения этих игр. Игры проводятся на основе таких моральных принципов, как честность, ловкость, бдительность, мастерство, уважение к сопернику, гостеприимство и толерантность. Также независимо от национальности участников игры обеспечивается взаимодействие в рамках общечеловеческих ценностей, что еще больше усиливает социокультурную значимость игр купкари.

5. Игра купкари служит важным инструментом обогащения духовного мира человека, достижения физического здоровья и совершенства. В то же время, он широко используется в сохранении национальных и духовных традиций народа, в эффективной организации воспитательной работы среди молодежи. Игра купкари проявляется как ключевой педагогический фактор развития социальных отношений у подрастающего поколения, играет важную роль в формировании их как ответственных и патриотичных для общества людей.

6. Конный спорт, исходя из своих функциональных и структурных особенностей, служит основой для формирования и развития современных национальных видов спорта. Он служит важным научным и практическим инструментом пропаганды здорового образа жизни, расширения двигательной активности, развития национальной спортивной культуры. В то же время конный спорт способствует формированию молодых людей как физически крепких, выносливых и духовно зрелых личностей.

7. Хотя купкари и родственные ему виды конного спорта сохранились как традиционные народные игры, в настоящее время они занимают важное место в официальных и поддерживаемых государством региональных, республиканских и международных спортивных соревнованиях. Эти игры имеют большое значение в развитии национальной культуры и спорта и вызывают интерес у широкой общественности.

8. Физическая, техническая, тактическая и психологическая подготовка наездников эффективно развивается посредством тренировок, организованных на основе систематического и комплексного плана. Тренировочная нагрузка, организованная в виде недельного цикла с учетом дней отдыха и восстановления, служит повышению эффективности спортсменов на поле и снижению риска получения травм. В то же время такая систематическая тренировка имеет большое значение в повышении спортивной результативности спортсменов на более высокий уровень.

9. При сравнении результатов тестов физической подготовленности наездников купкари Бухарской, Кашкадарьинской и Джизакской областей в начале и конце исследования были отмечены статистически значимые улучшения по всем показателям (от  $p < 0,05$  до  $p < 0,001$ ). Рост показателей бега, силовой выносливости, скорости и других физических показателей

подтвердил эффективность регулярных и систематических тренировок спортсменов и послужил повышению их результативности на поле.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

1. При изучении исторических основ народных игр, сложившихся в период династий, сыгравших важную роль в истории государственности узбекского народа (античности, средневековья и современности), в частности, конного спорта, такого как купкари, необходимо провести последовательный анализ зарубежных и местных источников, особенно трудов и рукописей, которые еще не переведены, перевести их на узбекский язык и ввести в научный оборот.

2. Подготовить многотомную монографию на основе этнопедагогики и теории спорта, которая прольет свет на генетические корни национальных видов спорта, этапы их становления и развития, их неразрывную связь с современными видами спорта. Данная монография послужит теоретическим и методическим пособием для специалистов в области спорта, студентов высших учебных заведений и научных работников, а также послужит важным источником в воспитании подрастающего поколения на основе национальных ценностей.

3. Разработка интерактивных мобильных приложений или сайтов и цифровых ресурсов по направлениям «Генезис спортивных игр», «Интерпретация современных народных спортивных игр» на основе материалов по старинным и современным народным спортивным играм позволит пользователям знакомиться с историческим и практическим содержанием спортивных игр, изучать их и эффективно использовать в спортивно-образовательном процессе.

4. Сохранение национальных особенностей старинных и современных спортивных игр, их глубокий научно-исторический анализ на основе письменных и устных источников по народным играм, создание периодических, систематических чтений и сборников, их интеграция в систему образования и спортивную сферу расширят возможности обучения и пропаганды национальной спортивной культуры среди подрастающего поколения.

5. Создание кинофильмов, книг и фотоальбомов, освещающих старинные корни и современное развитие национальных спортивных игр. Эти произведения отразят судьбу нации и станут эффективным инструментом донесения культурного и духовного значения спортивных игр до широких слоев населения, приобщения подрастающего поколения к национальным традициям и ценностям.

6. Системная и эффективная организация деятельности региональных и международных экспедиционных групп по поиску, изучению старинных народных игр и созданию их современных форм, имеющих большое значение для сохранения, развития национального спортивного наследия и его популяризации на международном уровне.

**ONE-TIME SCIENTIFIC COUNCIL UNDER THE SCIENTIFIC  
COUNCIL PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10 ON AWARDING SCIENTIFIC  
DEGREES AT THE BUKHARA STATE UNIVERSITY**

---

**BUKHARA STATE UNIVERSITY**

**TURSUNOV OKIL AMRULLOYEVICH**

**KOPKARI AS A NATIONAL ETHNIC GAME, ITS SIGNIFICANCE IN  
THE DEVELOPMENT OF MODERN SPORTS**

**13.00.04 - Theory and methodology of physical education, sports, health and adaptive  
physical education**

**13.00.01 - Theory of Pedagogy. History of pedagogical teachings**

**DISSERTATION ABSTRACT**  
**of the doctor of philosophy in pedagogical sciences (PhD)**

**The topic of the Doctor of Philosophy (PhD) dissertation was registered at the Supreme Attestation Commission under the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan under the number B2024.2.PhD/Ped7350.**

The doctoral dissertation was completed at Bukhara State University.

The abstract of the dissertation is posted in three (Uzbek, Russian, English (resume)) languages on the website of the Scientific Council at [www.buxdu.uz](http://www.buxdu.uz) and on the "ZiyoNET" Information and Education Portal ([www.ziynet.uz](http://www.ziynet.uz)).

**Scientific supervisor:** **Abdullayev Mehriddin Junaydulloyevich**  
doctor of Pedagogical Sciences (DSc), professor

**Official opponents :** **Izbullayeva Gulchehra Valeriyevna**  
Doctor pedagogical sciences (DSc ), professor

**Rakhmonov Rauf Rasulovich**  
Doctor of philosophy in Pedagogical Sciences (PhD), dotsent

**Lead organization:** **Jizzax State pedagogical University**

The defense of dissertation will take place on \_\_\_\_\_ «\_\_\_\_», 2025 at \_\_\_\_\_ at a meeting of the Scientific Council for awarding scientific degrees PhD.03/27.09.2024.Ped.72.10 at the Bukhara State University (Address: 200118, Bukhara city, Mukhammad Ikbol street, 11. Tel: (0365) 221-29-14; faks: (0365) 221-27-57; e-mail: [buxdu\\_rektor@buxdu.uz](mailto:buxdu_rektor@buxdu.uz))

The dissertation could be reviewed in information-resource center of Bukhara State University (registration number \_\_\_\_\_). (Address: 200118, Bukhara city, Mukhammad Ikbol street, 11. (+99865) 221-29-14;

Dissertation abstract was sent out on «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025.

(Mailing report number №\_\_\_\_ on «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025).

**B.B.Ma'murov**

Deputy Chairman of the Scientific Council  
awarding scientific degrees, doctor of  
pedagogical sciences (DSc), professor

**A.E.Sattorov**

Scientific Secretary of the Scientific Council  
forwarding of academic degrees doctor of  
philosophy in pedagogical sciences (PhD), professor

**R.H.Kadirov**

Scientific Seminar Chair at the scientific council  
awarding scientific degrees, Candidate of  
Pedagogical Sciences, professor

## **INTRODUCTION (annotation of Doctor of Philosophy (PhD) dissertation)**

**The aim of the study** is to develop scientific-theoretical recommendations on the importance of kopkari as a national ethnic game in the development of modern sports and physical exercises.

**The object of the research:** Archival sources, scientific-theoretical literature, and periodical press materials on the historical genesis of the kopkari ethnic horse sports games are the object of research in the physical education system.

### **The scientific novelty of the study is as follows:**

- in kopkari equestrian sport, the comprehensive preparation of wrestlers has been improved through the systematic use of integrated exercises aimed at developing physical qualities such as strength, endurance, agility, coordination, and reaction speed, this includes strengthening the shoulder, arm, and back muscles, enhancing endurance, improving control and balance on the horse, developing running and maneuvering skills on horseback, as well as improving reaction time and agility, all in accordance with the athletes' age and physical condition;

- in kopkari the methodology for developing the motor readiness of wrestlers, their ability to communicate and understand their partner unconditionally, is based on identifying the correlation between the levels of physical (high, medium, low) and psychological (mental resilience, strategic thinking, team communication and tactics, recovery exercises) preparedness of athletes is improved;

- as part of the organizational and didactic components of the model for improving and implementing in practice the issues related to the genesis and stages of development of the ethnic equestrian game "Kokpari", as well as its significance in the development of modern sports games under globalization, teaching methods such as discussion-based learning and ICT-based learning were introduced. This made it possible to expand students' learning opportunities and enhance their mastery of the educational material;

- the weekly training cycles aimed at developing the physical, technical, tactical, and psychological preparation of athletes practicing the equestrian sport "Kokpari" were conducted based on a complex and systematic plan, which enhanced the athletes' ability to easily assimilate the training loads.

### **Implementation of research results.**

The recommendations for the systematic implementation of complex exercises (strengthening the muscles of the shoulders, arms and back, increasing endurance, control and balance on horseback, running and maneuvering on horseback, as well as reaction and agility) aimed at developing physical qualities such as strength, endurance, agility, coordination, and reaction speed in equestrian sports, depending on the age and physical fitness of wrestlers, are included in the content of the textbook "Methodology of Teaching National and Active Games" (The Order of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation No. 55 dated March 4, 2024. Registration number 55-278). As a result, the comprehensive training of athletes involved in equestrian sports has been improved;

The recommendations for determining the correlation between the external manifestations of physical (high, average, low) and psychological (mental stability, strategic thinking, team communication and tactics, recovery and restoration exercises) (high, average, low) readiness of athletes in all-around competitions were applied to the training process of all-around wrestlers of the Samarkand region (The Reference Act No. 02/01-01-77 of the Ministry of Higher Education, Science and Innovations of the Republic of Uzbekistan dated February 27, 2025). As a result, the wrestlers' movement readiness and ability to communicate and understand their partner without words improved by 17-18%;

The recommendations on the introduction of problem-solving, discussion, seminar, conference teaching methods into the organizational and didactic components of the model for improving the practical implementation of the archaic genesis of ethnic horse sports, stages of development, and their importance in the development of modern sports in the context of globalization have been implemented in the educational process of Termez State University, Karshi State University, and Bukhara State University (The Reference Act No. 02/01-01-77 of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan dated February 27, 2025). As a result, student learning has increased by 15-16%;

The Recommendations for conducting weekly cycle training based on a complex and systematic plan aimed at developing the physical, technical, tactical and psychological preparation of athletes involved in equestrian sports have been implemented in the training process of equestrian athletes of the Surkhandarya region (The Reference of the Ministry of Higher Education, Science and Innovation of the Republic of Uzbekistan No. 02/01-01-77 dated February 27, 2025). As a result, the comprehensive training of wrestlers has improved by 13-14%.

**Structure and volume of the dissertation:** The volume of the dissertation is presented in a 130-page text, consisting of an introduction, 3 chapters, 3 figures, 15 tables, conclusions and practical recommendations, a list of references, and appendices.

**E'LON QILINGAN ISHLAR RO'YXATI**  
**СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ**  
**LIST OF PUBLISHED WORKS**

**I bo'lim (I часть; I part)**

1. Tursunov O.A. The Importance of Activity Games in Forming Physical and Technical Skills// European Journal of Innovation in Nonformal Education (EJINE), 2024. ISSN: 2795-8612.-P 202-204. [13.00.00]

2. Tursunov O.A. Ko'pkari va ot sport o'yinlarining mi liy urf-odat va an'analar bilan aloqadorligi masalasi // Inter education & global study. 2024. № 5. B. 238–248. [13.00.00 №68]

3. Tursunov O. A. Ko'pkari-milliy etnik o'yinining shakllanishi va paydo bo'lish omillari//Ta'lim va innovatsion tadqiqotlar. Xalqaro ilmiy metodik jurnal, 2024. [№4].-317-323 b. [13.00.00 №52]

4. Tursunov O.A. Ko'pkari sport turning tarixiy ahamiyati, "Pedagogika akmeologiya" xalqaro ilmiy-metodik jurnal. 174-177 bet , Buxoro – 2025 yil

5. Tursunov.O.A. Orgin and historical studies of the sport of Kopkari, Osiyo xalqaro universiteti axborotnomasi, 51-55 bet, Buxoro- 2025yil.

6. Tursunov O.A. The importance of multiplayer games in the education of the young generation//International Conference on Advance Research in Humanities, Sciences and Education, 2024.- Hosted from Berlin, Germany.-109-114 b.

7. Tursunov O.A. The significance of multiple sports in the development of sports games// International Conference on Advance Research in Humanities, Sciences and Education, 2024.- Hosted from Berlin, Germany. - 115-118 b.

8. Tursunov O.A. Ko'pkari sport o'yinining milliy etnik xususiyatlari va undagi umumiy qoidalar masalasi/Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar instituti Ommaviy sportni tadqiq qilish o'quv laboratoriyasi// Mamlakatimizda jismoniy tarbiya va ommaviy sportni rivojlantirishning ilmiy-uslubiy asoslari mavzusidagi respublika ilmiy-amaliy anjumani. -Chirchiq, 2024.-B.114-116.

9. Tursunov O.A. Ko'pkari va ot sporti turlarining zamonaviy o'yinlar taraqqiyotidagi o'rni//Talabalarni harbiy vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, Respublika miqyosidagi ilmiy-amaliy anjuman. -Buxoro, 2024.- B.412-415.

**II bo'lim (II часть; II part)**

10. Tursunov O.A. Characteristics of the Subject of Sports Theory, Special Terms. web of synergy// International Interdisciplinary Research Journal, Volume 2 Issue 4, Year 2023 ISSN: 2835-3013.

11. Tursunov O.A. General rules and principles in the multinational game// ACADEMIA Pedagogy, 2024.-P. 71-80.

12. Tursunov O.A. Historical Roots of the Sport of Couples // American Journal of Language, Literacy and Learning in STEM Education, 2025.-P. 361-363.

13. Tursunov O.A. Source and historiography of the multi-sport sport //

Journal of Multidisciplinary Sciences and Innovations. – 2025. – № 1. – P. 367-9.

14. Tursunov O.A “Milliy va harakatli o‘yinlar o‘qitish metodikasi” darslik  
Kamolot nashriyot, Buxoro- 2024 yil.

Avtoreferat “Durdona” nashriyotida tahrirdan o‘tkazildi hamda o‘zbek, rus va ingliz tillaridagi matnlarning mosligi tekshirildi.

Bosishga ruxsat etildi: 04.12.2025 yil. Bichimi 60x84 1/16 , «Times New Roman» garniturada raqamli bosma usulida bosildi. Shartli bosma tabog‘i 3,5.  
Adadi: 100 nusxa. Buyurtma №873

Guvohnoma AI №178. 08.12.2010.  
“Sadridin Salim Buxoriy” MCHJ bosmaxonasida chop etildi.  
Buxoro shahri, M.Iqbol ko‘chasi, 11-uy. Tel.: 65 221-26-45

