

IBTIDOIY ODAMLAR HAYOTIDA JISMONIY TARBIYANING AHAMYATINI O‘RGANISH

Eshboyev Shaxriyor Furqat o‘g‘li

JDPU Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazaryasi va metodikasi
mutaxassisligi II bosqich magistranti

E-mail: eshboyevshaxriyor55@gmail.com

Annotatsiya: Ushbu maqolada jismoniy tarbiyaning rivojlanish davrlari insoniyatning ilk davridagi og‘ir turmush tarzidan boshlanishi, hamda jamiyatda jismonan sog‘lom avlodga bo‘lgan extiyoj uning tobora ommalashib borishiga sabab bo‘lganligi yoritilgan.

Kalit so‘zlar: Byuxer, G.V. Plexanov, ibtidoiy o‘yinlar, kamon, kurash, og‘irlik ko‘tarish, yugurish, sakrash, P.F.Lesgaft, ov, ong.

STUDYING THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION IN THE LIFE OF PRIMITIVE PEOPLE

Abstract: In this article, it is explained that the period of development of physical education begins with the hard way of life in the early days of mankind, and the need for a physically healthy generation in society is the reason for its increasing popularity.

Key words: Bucher, G.V. Plekhanov, primitive games, bow, wrestling, weight lifting, running, jumping, P.F. Lesgaft, hunting, consciousness

Jismoniy tarbiya tarixi moddiy va ma’naviy yodgorliklarning ma’lumotiga ko‘ra, ko‘p ming yilliklar davomida tabiiy muhit, xo‘jalik hayoti yoki biror mifologik qarash va tassavurlar asosida vujudga kelgan. U haqdagi dastlabki ma’lumotlar arxeologik yodgorliklarda uchraydi. Har qanday sharoitda ham jismoniy tarbiya o‘sha

jamiyatdagi yoshlarni jismoniy jihatdan chiniqtirish, aqliy jihatdan tez fikrlaydigan va topqir bo‘lib etishishlariga katta ta’sir ko‘rsatgan. Bu o‘yinlari qaysi shakl, mavzu yoki yo‘nalishga va sharoitga ega bo‘lmasin, bolalarni kelgusi turmush qiyinchiliklari, uy-ro‘zg‘or va xo‘jalik ishlari, umuman kata hayotga tayyorlanishda o‘ziga xos hunar maktabini o‘tagan. Mustaqillik yillarida ular yanada keng targ‘ib qilinmoqda va o‘rganilmoqda bu esa milliy qadriyatlarimizni o‘rganish va targ‘ib qilishda muhim ahamiyatga ega[1].

A.Djalilovanning yozishicha, jismoniy tarbiya va sport tarixini o‘rganish davrlari

- I. Qadimgi dunyoda jismoniy tarbiya (mil.av. VIII mingyillikdan - mil. IV asrgacha).
- II. O‘rta asrlar davridajismoniy tarbiya (V- XVII asrlar).
- III. Yangi davrda jismoniy tarbiya va sport (XVIII- XIX asr oxiri).
- IV Eng yangi davrda jismoniy tarbiya va sport (XX asrning boshlari - hozirgi kungacha) kabi davrlarni o‘z ichiga olgan[2].

Bu davrning har bir bosqichlarini o‘rganishda ash‘yoviy va yozma manbalar, xalq og‘zaki ijodi - doston va eposlari asosiy manba bo‘lib xizmat qiladi. Arxeologik olimlarning aniqlashicha, odamzod yer kurrasida bundan 3,5 - 4 million yillar avval paydo bo‘igan. Ov qurollarini yasash, olov yoqish, dastlabki kiyim boshlar dastlabki odamlar yashab qolishining bosh manbai bo‘lgan. Ayni paytda, turli xildagi tashqi kuchlarga qarshi kurashish, qabilalar o‘rtasidagi ko‘plab to‘qnashuvlar jismonan baquvvat bo‘lishni ham taqozo etgan. Ilk davrlarda odamlar yashash uchun tabiat bilan kurashganlar. Ya’ni turli tabiiy ofatlardan (shamol, quyunlar. sel, sovuqlik, yirtqich hayvonlarning hujumi va h.k.) saqlanish yo‘llari, qurol-aslahalar yasash kabi ishlab chiqarish jarayonlarini ixtiro qilganlar. Urug‘-qabilachilikka asoslangan tuzum va turli xildagi holatlar, o‘zaro jang, nizo va urushlarni keltirib chiqargan. Natijada, maxsus jangchilarni tayyorlash ishlariga alohida e’tibor qaratilgan. Jangchilarning jismoniy tayyorgarligida boshqa qabila va elatlar bosib olish, ezish, ko‘pchilikni hukmron ozchilikka bo‘ysundirish uchun foydalanishni ko‘zda tutadigan jismoniy tarbiyaning yangi tizimi namunalarini tug‘ila boshladi. Inson uchun kerakli hayotiy tajriba malaka va ko‘nikmalar jismoniy sifatlar, tajriba va qobiliyatlar ularning bevosita mehnat faoliyati jarayonlarida hosil qilinganligini hozirgi davrda tasavvur etish qiyin emas.

Buning uchun bolalami maxsus mashqlar bilan tayyorlash tajribalariga ega bo‘lganlar. Yoshlar barcha mehnat va jismoniy harakat faoliyatlarini katta yoshdagilardan o‘rganganligi hamda ularga taqlid qilib rivojlantirganligi tabiiy bir holdir.[3].

Vaqt o‘tishi bilan himoya qal’alari qurish, qurol-yaroqlar yasash kabi yangi faoliyatlar tarkib topib, ular yanada rivojlangan. Ijtimoiy turmush kechirish, ayniqsa, hayvonlarni ovlash, ishlab chiqarish kuchlarining takomillashuviga sabab bo‘lgan. Qator chet ellik tadqiqotchilar - Byuxer, Nering, Maksimov, Shternberg va boshqalar hayvonlarning qo‘lga o‘rgatilishi va umuman, mehnat ibtidoiy o‘yin va raqslardan kelib chiqqan deb ta’kidlaganlar. Ularning fikriga ko‘ra, “o‘yin mehnatdan kattadir” yoki “mehnat bu o‘yinning bolasidir” deganlar. G.V. Plexanov ibtidoiy o‘yinlar jismoniy mashqlar biologik faktorlardan emas, balki odamlarning mehnat faoliyatidan kelib chiqqanligini ilmiy jihatdan isbotlab berdi. Insoniyat jamiyati taraqqiyotining dastlabki bosqichida qabilalar o‘rtasida nizolar, janjallar, ko‘pincha bir-biriga qarama-qarshi bo‘lgan qabila vakillarining kurashi (yakkama-yakka kurash) bilan hal etilgan. Ba’zi hollarda janjalli masalalar birgalikda shodiyona bayramlar tashkil etish, bir-biriga sovg‘alar berish, aka-ukachilik, do‘st tutinish va h.k. bilan yakunlangan[4]. Bu, o‘z navbatida, qabilalar o‘rtasidagi do‘stlik munosabatlarining rivojlanishi va mustahkamlanishida muhim ahamiyatga ega bo‘lgan Qabilalar o‘rtasida o‘tkaziladigan musobaqalar jarayonida jamoa shon-sharafi, o‘zaro bir-birini quvvatlash, zaiflarga yordam qilish tushunchalari rivoj topgan.

Kishilik jamiyati taraqqiy etib borishi bilan majmuaviy mashqlar (kurash, mushtlashish, og‘irlik ko‘tarish, yugurish, sakrash va h.k.) asta-sekin mustaqil tur sifatida o‘rganilib, an’analar, marosimlarda namoyish etilgan va musobaqa tarzida tashkil etilib, g‘oliblarni olqishlash, taqdirlash kabi odatlar amalga oshirilgan. Dehqonchilik, chorvachilik va boshqa kasb-hunar bilan shug‘ullanuvchilar o‘z sohalari bo‘yicha turli o‘yinlar, mashqlarni ixtiro qila borganlar. Masalan, yilqi va bug‘uchilik bilan shug‘ullanuvchilar, yilqi va bug‘ular musobaqalarini uyushtirilganlar.

Ibtidoiy jamoaning yemirilishi va quldorlik tuzumining shakllanishi Yevropa, Okeaniya va Amerika qabilalari (astek, ink, mayya) va boshqa joylarda ham sodir

bo‘lib, ularda ham o‘ziga xos jismoniy mashqlar va o‘yinlarning rivojlanishiga olib kelgan[5]. Masalan, mayya qabilasida kauchukdan yasalgan koptok bilan jamoa bo‘lib basketbolga juda o‘xshab ketadigan o‘yin o‘ynash an’anaga aylangan. Ya’ni uning shakli va mazmuni hozir mashhur bo‘lgan sport o‘yiniga asos solgan bo‘lishi mumkin. Qadimgi Sharq davlatlarida jismoniy tarbiya xususiy mulkchilikning rivojlanishi, ishlab chiqarishning taraqqiy etishi va ilk davlatlarning paydo bo‘lishini tarixchilar eramizdan avvalgi IV -III asrlarda boshlagan deb ko‘rsatadilar. Bu davrlarda yirik davlatlar asosan qadimgi Sharqda, Gretsiya va Rimda bunyod etildi. Bu davlatlardagi jismoniy tarbiya vositalarining xilma-xilligi haqida haykallar qurilish yodgorliklaridagi devoriy suratlar, turli madaniy ashyolar, qo‘lyozmalar guvohlik beradi. Jismoniy madaniyatning ilk izlari, namunalari, O‘rta yer dengizi atrofida, eradan avvalgi IV asrlarda vujudga kelgan davlatlarda ko‘proq uchraydi. Jismoniy mashqlarning mazmuni va shakllari harbiy faoliyatlarda o‘z ifodasini topgan. Bunda, asosan, merganlik (kamon-yoy), bel ushlab kurashish, mushtlashish, g‘ildirakli aravalarda poyga qilish va merganlik san’ati kabi faoliyatlar muhim o‘rinni egallaydi. Tarixchilarning e’tirof etishicha, greklar Olimpiya bayramlarini o‘z xudosi Zevsga bag‘ishlab o‘tkazgan bo‘lsalar, parfiyonlar, skitlar, eroniylar, rimliklar, arablar o‘z o‘yin va an’analarini messopotamiyaliklardan o‘rganganlar. Hindlar va eroniylar hayotida ham turli tuman jismoniy mashqlar va o‘yinlar vujudga kelgan. Ular tarkibida otda (tuyada, xachir va h.k.) yurish va ov qilish, qilichbozlik, aravachalarda poyga, kamondan o‘q otish, to‘plar va tayoqlar bilan o‘ynash keng rivojlangan.

Shunday qilib, Mustaqillik yillarida o‘quvchi yoshlar va talabalarning jismoniy barkamolligini tarbiyalash, iqtidorli sportchilarning mahoratini davr talablari hamda xalqaro andozalar asosida takomillashtirib borish kabi masalalarga etibor kuchaydi. Buning natijasida mamlakatimizda jismoniy tarbiya va sport sohasida tarixiy ahamiyat kasb etuvchi yangi yo‘nalishlar yuzaga keldi. Davlatimiz rahbarining sog‘lom avlodni voyaga yetkazish haqidagi qarashlarida har tomonlama erkin va mustaqil fikrlaydigan, o‘z haq huquqlarini taniydigan, faqat o‘z bilimi, kuchi va imkoniyatlariga tayanadigan, Vatan va xalq manfaati uchun butun borlig‘i bilan kurasha oladigan insonlarni

tarbiyalashda jismoniy tarbiya va sport harakatining o‘rni va ahamiyati beqiyos ekani o‘z ifodasini topgan. Shunday ekan bu soha tarixiy taraqqiyotini o‘rganish ham dolzarb mavzulardan hisoblanadi. Aslida Jismoniy tarbiya tarixi jahon xalqlari madaniy tarixi hisoblanib, unda jismoniy tarbiya va sportning kelib chiqishi, rivojlanishi va tarraqiy etish qonuniyatlari o‘rganiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI: (REFERENCES)

1. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 24.01.2020 PF-5924-son Farmoni. Xalq so‘zi gazetasi, 2020 yil 25 yanvar soni.
2. Djalilova A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. Toshkent. 2003.
3. Eshnazarov J. Jismoniy tarbiya tarixi va boshqarish. Toshkent, 2005
4. Axatov M.S. Uzlyuksiz ta’lim tizimida ommaviy sport-sog‘lomlashtirish ishlarini boshqarish. Toshkent, 2005. B.235.
5. Abdullayev A. Xonkeldiyev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. Drslik. Toshkent, 2005. B. 199.

