

ESHKAK ESHISHNING O'ZBEKISTONDA RIVOJLANISHI VA BUGUNGI KUNDAGI AHAMIYATI

Yuldashov U.K.

Berdaq nomidagi QDU

Jismoniy madaniyat nazaryasi va metodikasi kafedrası.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17334542>

Annotatsiya. Maqolada eshkak eshish (baydarka/kanoé va an'anaviy vesloviy sportlar) O'zbekistonda qanday rivojlanganligi, qaysi turlari (kayak — baydarka, canoe — kanoé, canoe sprint, canoe slalom, paracanoe hamda veslo turlari) ommalashgani, soha infratuzilmasi, xalqaro musobaqalar o'tkazilishi va so'nggi yillardagi natijalar orqali uning jamiyat va sog'liqni saqlashdagi ahamiyati tahlil qilinadi. Xulosa va takliflar keltiriladi.

Kalit so'zlar: eshkak eshish, baydarka (kayak), kanoé (canoe), canoe sprint, slalom, O'zbekiston, Rowing & Canoe Federation.

THE DEVELOPMENT OF ROWING IN UZBEKISTAN AND ITS IMPORTANCE TODAY

Annotation. The article analyzes how eshkak eshish (kayak/canoeing and traditional vesloviy Sports) has developed in Uzbekistan, which types (kayak — kayak, canoe — canoe, canoe sprint, canoe slalom, paracanoe and veslo types) have become popular, industry infrastructure, international competitions have taken place and its importance in society and health through the results of recent years. Conclusions and suggestions are brought.

Keywords: eshkak eshish, kayak (kayak), canoe (canoe), canoe sprint, slalom, Uzbekistan, Rowing & Canoe Federation.

РАЗВИТИЕ И ЗНАЧЕНИЕ ГРЕБЛИ В УЗБЕКИСТАНЕ НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ

Аннотация. В статье будет проанализировано, как в Узбекистане развивалась Гребля (каyak/каное́ и традиционные весловые виды спорта), какие виды (каyak — байдарка, каное́ — каное́, каное́-спринт, каное́-слалом, параканое́ и весло) стали популярными, инфраструктура отрасли, проведение международных соревнований и их значение для общества и здравоохранения благодаря результатам последних лет. Приводятся выводы и предложения.

Ключевые слова: Гребля на байдарках, каякинг (каyak), каное́ (каное́), спринт на каное́, слалом, Узбекистан, Федерация гребли на каное́ и каное́.

Kirish

Tarixiy manbalarda eshkak eshishning ilk ko'rinishlari **miloddan avvalgi 4000–3000 yillarda** qadimgi Misr, Gretsiya, Xitoy va Skandinaviya hududlarida paydo bo'lgan deb qayd etilgan. Qadimgi xalqlar daryo va dengizlarda harakatlanish uchun yog'ochdan yasalgan qayiq va eshaklardan foydalanganlar.

Skandinav xalqlari (vikingerlar) esa uzun kemalarda jangovar va savdo yurishlari uchun eshkak eshish texnikasini mukammal darajaga olib chiqishgan. **Shimoliy Amerikaning inuit va eskimos** xalqlari esa muzli suvlar uchun maxsus yopiq kajaklarni yaratishgan — bu hozirgi baydarka turlarining dastlabki ko'rinishlaridir.

Eshkak eshish suv sporti turi sifatida jismoniy tarbiya, sog'lomlashtirish va xalqaro sport qatnovlarida muhim o'rin egallaydi. So'nggi o'n yilliklarda O'zbekistonda ushbu sport turlariga e'tibor oshib, milliy federatsiya faoliyati, infratuzilma qurilishi va sportchilarning xalqaro maydonlarda ishtiroki orqali rivojlanish dinamigi kuzatildi.

Zamonaviy sport sifatida eshkak eshish XIX asrda shakllandi.

- **1840-yillarda** Yevropada, xususan **Angliya va Fransiya**da, ilk eshkak eshish musobaqalari o'tkazila boshlandi.

- **1860-yilda** Londonda birinchi rasmiy "Canoe Club" tashkil etildi.

- **1871-yilda** ingliz sayyohi Jon Makgregor "Rob Roy Canoe Club"ni tashkil etib, Yevropa bo'ylab safarlari orqali bu sport turini ommalashtirdi.

Bu davrda **baydarka (kayak)** va **kanoy (canoe)** turlari ajratib ko'rsatilgan:

- **Baydarka (kayak)** — o'tirib, ikki pala eshkak bilan eshish;
- **Kanoy (canoe)** — tizzalab, bir pala eshkak bilan eshish.

3. Olimpiya o'yinlarida eshkak eshish

Eshkak eshish ilk bor **1924-yilda Parij Olimpiadasida namoyish turi** sifatida o'tkazilgan, biroq rasmiy sport turi sifatida **1936-yil Berlin Olimpiadasidan** boshlab kiritilgan.

Dastlab erkaklar o'rtasida 9 ta tur bo'yicha bahs o'tkazilgan, 1948-yildan boshlab esa ayollar ham ishtirok eta boshlagan.

Bugungi kunda Olimpiya dasturiga quyidagi yo'nalishlar kiradi:

- **Canoe Sprint (tezlik bo'yicha eshish)**
- **Canoe Slalom (to'siqlar orasida eshish)**
- **Paracanoe (nogironlar uchun yo'nalish)**

Ushbu yo'nalishlarni xalqaro miqyosda **ICF — International Canoe Federation** boshqaradi.

4. Xalqaro rivojlanish bosqichlari

XX asrda eshkak eshish sporti Yevropa, Shimoliy Amerika va Osiyo mamlakatlarida tez rivojlandi. 1950–1980-yillarda Germaniya, Vengriya, Chexoslovakiya, Polsha va Rossiya kabi mamlakatlar dunyo miqyosida yetakchilik qila boshladilar.

Hozirgi kunda esa **Xitoy, Yaponiya, Kanada, O'zbekiston, Ozarbayjon va Koreya Respublikasi** singari mamlakatlar ham yuqori natijalarni qayd etmoqda.

5. Eshkak eshishning jismoniy va sog'lomlashtiruvchi ahamiyati

Eshkak eshish inson organizmini har tomonlama chiniqtiradi:

- barcha asosiy mushak guruhlarini rivojlantiradi;
- yurak-qon tomir va nafas olish tizimini mustahkamlaydi;
- ruhiy barqarorlikni ta'minlaydi;
- jamoaviy ishlash va muvozanatni o'rgatadi.

Shu bois, hozirgi kunda ko'plab davlatlarda eshkak eshish sog'lomlashtiruvchi sport turi sifatida maktablar, kollejlarda va universitetlarda o'qitilmoqda. Eshkak eshishning O'zbekistonda ilk ildizlari XX asrning o'rta yillariga borib taqaladi; rasmiy hisob-kitoblarga ko'ra baydarka va kanoy sporti 1930–1950 yillardan boshlab taraqqiy etgan, so'ngra respublika darajasida tartibga solinib borilgan. Keyingi bosqich — mustaqillikdan so'ng milliy federatsiyaning shakllanishi va xalqaro federatsiyalar bilan aloqalarning mustahkamlanishi

Tashkilot va infratuzilma

- **Rowing & Canoe Federation of Uzbekistan (Rowing & Canoe Uzbekistan)** — milliy boshqaruvchi organ, sportni rivojlantirish, terma jamoalarni tayyorlash va xalqaro musobaqalarni qabul qilish funksiyalarini bajaradi. Federatsiya va milliy idora ma'lumotlari mavjud. **Xalqliq infratuzilma:** so'nggi yillarda Samarqand shahridagi Rowing and Canoeing Race Course singari zamonaviy maydonchalar qurilgan va xalqaro tadbirlar uchun tayyorlangan (jumladan 2024 ICF

Canoe Sprint World Championships joylashuvi va tekshiruvlari). Bunday obyektlar milliy sportni va mintaqaviy turizmni rivojlantirishga xizmat qiladi.

O'zbekistonda ayniqsa quyidagi yo'nalishlar faol rivojlanmoqda:

1. **Canoe Sprint (canoe / kayak — sprint turlari, K- va C- sinflari: K-1, K-2, K-4; C-1, C-2 va boshqalar)** — tezlik va kuch talab qiluvchi musobaqalar; milliy terma jamoa bu yo'nalishda faol ishtirok etmoqda. **Kayak (baydarka) va Canoe (kanoy) usullari** — ommaviy tayyorgarlikdan tortib elita sportgacha.

2. **Canoe Slalom va Kayak Cross** — slalom yo'nalishi ham e'tibor qozonmoqda, federatsiya dasturlarida mavjud. **Paracanoe** — nogiron sportchilarga mo'ljallangan turlarni ham rivojlantirishga qiziqish bor.

Bu turlar ichida eng tezkor professional yutuqlar qayd etilayotgan yo'nalish — canoe sprint va kayak sprint hisoblanadi

Xalqaro musobaqalar va so'nggi natijalar

O'zbekiston so'nggi yillarda Osiyo va jahon turnirlarida muvaffaqiyatga erishmoqda: milliy terma jamoa Osiyo chempionatlari/Osiyo o'yinlarida medal(lar) qo'lga kiritgan va yoshlar darajasida jahon miqyosida medal olgan sportchilari bor. Shu bilan birga, 2024 yilda Samarqanddagi Rowing and Canoeing Race Course ICF tomonidan katta xalqaro tadbirlar uchun qabul qilingan — bu mamlakat sport infratuzilmasining xalqaro standartlarga mos kelishini ko'rsatadi

Eshkak eshishning jismoniy-sog'lomlashtiruvchi va ijtimoiy ahamiyati

• **Sog'lomlashtirish:** eshkak eshish barcha asosiy mushaklarni bir maromda ishlatadi, yurak-qon tomir va nafas tizimini rivojlantiradi, ortopedik yuklamani kamaytiradi — shuning uchun reabilitatsiya va profilaktika bo'limlarida ham qo'llaniladi.

• **Ijtimoiy va tarbiyaviy rol:** jamoaviy turlar (K-2, K-4, C-2) yoshlar orasida hamjihatlik, mas'uliyat va intizomni shakllantiradi.

• **Ekoturizm va viloyat iqtisodiyoti:** zamonaviy regatalar va xalqaro musobaqalar mahalliy infratuzilmaga investitsiya jalb qiladi hamda turizmni rivojlantiradi.

Muammolar va cheklovlar

• Hududlardagi barcha suv ob'ektlari raqobatbardosh infratuzilmaga ega emas; malakali murabbiylar va texnik jihozlar yetishmaydi ba'zi joylarda.

• Moliyalashtirish va sportni ommalashtirish bo'yicha barqaror strategiya kerak.

Federatsiya va hukumat darajasida dastur va grantlar bilan ish olib borilmoqda, ammo ularni kengaytirish zarur.

Tavsiyalar (ilmiy-amaliy yo'nalishlar)

1. Viloyatlarda yoshlar va maktab sport klublariga yo'naltirilgan dasturlarni kengaytirish.
2. Murabbiylar tayyorlash tizimini (malaka oshirish kurslari, xalqaro trenerlar bilan almashuv) rivojlantirish.
3. Mahalliy musobaqalar sonini ko'paytirish, xalqaro regatalarni muntazam qabul qilish orqali tajriba va imijni oshirish.
4. Sog'liqni saqlash bilan integratsiyalashgan dasturlar (reabilitatsiya va paracanoe bo'limlarini kengaytirish).

Xulosa

O'zbekistonda eshkak eshish sohasida sezilarli ijobiy o'zgarishlar kuzatilmoqda: milliy federatsiyaning faollashuvi, yangi maydonchalar (masalan Samarqand regatasi uchun maydon) va xalqaro musobaqalarni qabul qilish imkoniyati sohani yangi bosqichga olib chiqmoqda.

Eng rivojlangan yoʻnalishlar — canoe/kayak sprint turlari; shuningdek slalom va paracanoe ham asta-sekin rivojlanmoqda. Bu sport nafaqat yuqori natijalar uchun, balki sogʻlomlashtirish va ijtimoiy barqarorlik uchun ham muhimdir. Davlat, federatsiya va mahalliy jamiyat hamkorligi orqali sohani yanada mustahkamlash mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar va manbalar

1. Rowing & Canoe Uzbekistan — rasmiy sayt (taʼrif, tarix, turlar). [Rowing Canoe](#)
2. International Canoe Federation — Samarqand (ICF Canoe Sprint World Championships 2024) va ICF yangiliklari. [ICF - Planet Canoe+1](#)
3. ICF federation page — Rowing and Canoeing Federation of Uzbekistan (maʼlumotlar, rahbariyat). [ICF - Planet Canoe](#)
4. Olympic.uz — Oʻzbekiston sport federatsiyalari haqida maʼlumot. [Олимпия Узбекистон](#)
5. Kursiv (uz) — Soʻnggi Osiyo musobaqalari va medallar haqida yangiliklar (2025 misoli). [Kursiv Media Узбекистан](#)
6. Jumaniyazov, D., & Jumanov, B. (2024). MEKTEPKE SHEKEMGI BALALARGA HAREKETLI OYINLARDAN PAYDALANIV ZARURLIGI HAM ONIN MAQSETI, WAZIYPALARI. *Modern Science and Research*, 3(11), 546-550.
7. Jumaniyazov, D., & Yuldashov, U. (2024). TAJIRIYBELI BASKETBOLSHILARDIN JARIS ISKERLIGINE TEXNIKALIQ TAYARLIGI. *Modern Science and Research*, 3(12), 664-666.
8. Jumaniyazov, D. (2024). DENE TARBIVASI SISTEMASINDA HAR TAREPLEME TALIM HAM TARBIVA BERIW USILLARI. *Modern Science and Research*, 3(12), 396-400.
9. Yuldashov, U. K., & Jumaniyazov, D. Q. (2024). FIZIKALIQ SAPALAR HAM OLARDIN BIR-BIRI MENEN FIZIOLOGIYALIQ BAYLANISLIGINA SIPATLAMA.