

=====

YENGIL ATLETIKANING RIVOJLANISH TARIXI

Abdumutalov Shohruhjon Shuxratjon o'gli¹

¹ Chirchiq OTQMBY, jismoniy tayyorgarlik va sport kafedrası o'qituvchisi

**MAQOLA
MALUMOTI**

ANNOTATSIYA:

MAQOLA TARIXI:

Received: 13.02.2025

Revised: 14.02.2025

Accepted: 15.02.2025

*Ushbu maqolada Engil atletikaning kelib chiqishi
va rivojlanish tarixi to'g'risida so'z yuritiladi*

KALIT SO'ZLAR:

*Engil atletika, Engil
atletika sport turi
sifatida rivojlanishi.*

KIRISH. Yengil atletika turlarining kelib chiqishi

Yengil atletika mashqlarining kelib chiqish tarixi juda qadim zamonlardan boshlangan. Odamlar yugurish, sakrash va uloqtirishni, tabiiy zarur harakat sifatida qadim zamonlardan beri mehnatda va kundalik hayotda qo'llab kelganlari tarixdan ma'lum. Ammo ularning jismoniy tarbiya vositasi sifatida va sportning bir turi sifatida rasman bo'lganiga qadar ko'p ming yillar o'tdi.

Ibtidoiy jamoa tuzimi davrida yengil atletika mashqlari odamlarning mehnat faoliyati bilan chanbarchas bog'liq bo'lgan. Ular insoniyat quldorlik jamiyatiga o'ta boshlashiga yaqin jismoniy tarbiyada ma'lum darajada mustaqil bo'la boshlagan.

Yugurish, sakrash va uloqtirish Qadimiy Yunonistonda anchagina rivoj topdi. Jismoniy mashqlarning boshqa turlari qatori, ular quldorlarning harbiy- jismoniy tayyorgarligiga katta o'rin egalladi va qabilalar hamda umumyunon diniy bayramlarining muhim qismini tashkil qiladigan bo. Bunday tantanalarning eng ahamiyatlisi olimpiya o'yinlari hisoblanadi.

Feodal jamiyatida, ayniqsa ilk o'rta asrlar davrida jismoniy mashqlar xalq ommasiga namoish bo'lgan edi. Rivoyatlar, qissalar va boshqa madaniyat yodgorliklari o'yin-kulgilarida o'ziga xos jismoniy mashqlar ko'p bo'lganidan dalolat beradi. Ko'p manbalarda xalq turmushida tez yugurish, yugurib kelib uzunlikka sakrash va tosh uloqtirishdan iborat uchkurash mavjud bo'lgani ko'rsatilgan.

Shafqatsiz ekspluatatsiya, bo'sh vaqt va kerakli moddiy sharoit bo'lmaganligi xalq jismoniy mashqlarining taraqqiyot darajasiga ta'sir ko'rsatadi. Shu sababdan feodalizm davrida hamma vaqt xalq jismoniy mashqlari an'anaviy o'yin-kulgilar shaklida bo'lib, faqat bayram kunlari o'tkazilar edi.

Shahar aholisi va feodallarning harbiy-jismoniy tayyorgarligida esa yugurish, sakrash va uloqtirish mashqlari katta o'rin tutar edi.

Burjua jamiyatida yugurish, sakrash va uloqtirish dastlab jismoniy tarbiya gimnastika tizimiga kiritilar, kundalik hayotda qo'llanar edi. Lekin bu yengil atletika sporti tashkil topishga muhim ta'sir o'tkaza olmadi, chunki gimnastika tizimida bu mashqlarning ahamiyati asosiy bo'lmay, ikkinchi darajali edi. Xalqning bu mashqlar bilan shug'illanishi esa, mehnatkash omma imkoniyati chegaralangani uchun yengil atletika taraqqiyotiga to'la ta'sir o'tkaza olmadi.

Yugurish, sakrash va uloqtirish mustaqil jismoniy mashq sifatida va yengil atletika sportning muhim elementlari sifatida XIX asrning ikkinchi yarmida tashkil topa boshlagan. Bunga yoshlarning keng qatlamlari o'rtasida bunday mashqlarga qiziqish oshganligi, burjuaziya ham o'z hukumronligini kuchaytirish vositasi sifatida jismoniy tarbiyaga ko'proq qiziq boshlagani sabab bo'ldi.

Burjuaziya kapitalistik korxonalar uchun jismoniy baquvvat ishchilarga va bosqinchilik armiyasi uchun soldatlarga muhtoj edi. Bunga eski gimnastika tizimlari allaqachonlar to'la yordam berolmay qolgan edi. Burjuaziya, an'anaviy xalq o'yin kulgilardan olingan atletik mashqlarga e'tibor bera boshladi. Bular orasida takomillashish jarayonida sportcha yugurish, sakrash va uloqtirish tusini olib, yengil atletika sporti tarkibiga kiradigan yugurish, sakrash va uloqtirish mashqlari ham bor edi.

Yengil atletikaning sport turi sifatida vujudga kelishi va rivojlanishi

Hozirgi zamon yengil atletikasi Angliyada boshqa mamlakatlarga nisbatan oldinroq namoyon bo'la boshlagan. 1837-yili bu yerda 2 km ga yaqin masofaga yugurishdan Regbi shahri kolledji o'quvchilarining dastlabki musobaqalari bo'lib o'tgan. Ko'p o'tmay, ularning tashabbusiga Iton, Oksford, Kembridj, London va boshqa shaharlardagi kolledj o'quvchilari ham qo'shilganlar. Keyin musobaqalar dasturiga qisqa masofada yugurish, to'siqlar osha yugurish va og'ir narsalarni uloqtirishni qo'sha boshlaganlar. 1851-yildan boshlab musobaqalar dasturiga yugurib kelib balandlikka va uzunlikka sakrash kiritilgan.

Keyinroq yengil atletika musobaqalari universitetlarda ham o'tkazila boshladi. Bu jihatdan Oksford va Kembridj universitetlari tashabbuskor bo'lgan. 1864-yilda bu o'quv yurtlari o'rtasida birinchi bor yengil atletika musobaqasi bo'lib, shundan keyi bunday musobaqalar har yili o'tkaziladigan bo'lgan.

Musobaqa dasturiga yugurishning 6 turi va sakrashlarning ikki turi kiritilgan. Keyinchalik dastur bosqon uloqtirish va yadro itqitish bilan kengaytirilgan.

1860-yillarda yengil atletika mashqlari bilan kattalar ham qiziq boshlaganlar. Yegil atletika bilan aristokratlar sport klublarida shug'ullana boshladilar. Angliya aristokratlari yengil atletika sporti bilan qiziqar edilaru, lekin yugurish yo'lkalarida "oddiy xalq" bilan birga bo'lishni xoxlamaganlar. Ayniqsa ular, yurish va yugurishdan ochiq musobaqalar deb ataladigan musobaqalarda qatnashishga goho-goho muyassar bo'lib qoladigan "past" tabaqa

vakillariga yutqizishga yo‘l qo‘ya olmas edilar.

Shu munosabat bilan 1864-yilda Angliya sport klublari “havaskorlik” to‘g‘risida nizom qabul qilib, yugurish yo‘lkalarida aristokratlar bilan mehnatkashlar uchrashmaydigan qilib qo‘ydilar. Shu nizomga asosan jismoniy mehnat vakillari professionallar deb e‘lon qilinib, ularning havaskorlar sport klubiga kirishlariga va havaskorlar bilan musobaqalarda qatnashishlariga yo‘l qo‘yilmagan.

1865-yilda London atletik klubi tuziladi va yengil atletika sportini keng ommalashtira boshlaydi. Bu klub yengil atletikadan mamlakat birinchiliklari o‘tkazar va havaskorlik to‘g‘risidagi nizomga rioya qilishni nazorat qilib turar edi.

1880-yilda Angliyada havaskorlar yengil atletika assotsiatsiyasi tuzilib, u Britaniya imperiyasida yengil atletikadan eng oliy organ huquqini oladi. U Angliyadagi, uning dominionlari va koloniyalaridagi barcha burjua yengil atletika klublarini birlashtiradi. Assotsiatsiya yengil atletika sportiga umumiy rahbarlik qiladi, Angliya sportchilarini xalqaro musobaqalarda ishtirok etishga tayyorlagan.

Fransiyada yengil atletika sport turi sifatida 1870-yillarida, avvalo harbiy va grajdanlar litseylarida rivojlana boshlagan. 80-yildan boshlab litseylarda yugurishdan musobaqalar muntazam o‘tkaziladigan. 80-yillar oxirida Fransiya burjuaziyasi atletik sport fransuz jamiyatlarining assotsiatsiyasini tuzilgan.

AQShda yengil atletikaning rivojlanishi 1868-yildan, Nyu-York atletika klubi tuzilib, yengil atletikadan birinchi marta musobaqa o‘tkazilgan vaqtdan boshlangan va tez orada universitetlar yengil atletikaning taraqqiyoti markazi bo‘lib qolgan. 1874-yilda Govard universitetida yengil atletikadan birinchi musobaqa bo‘lib o‘tadi. 80-yillar oxirida AQShda universitetlararo atletika ittifoqi bo‘lgan “Amerika havaskorlar yengil atletikasi milliy assotsiatsiyasi” va mamlakatda yengil atletika rahbar organi – “Amerika havaskorlar yengil atletikasi ittifoqi” vujudga kelgan.

Germaniyada birinchi yengil atletika musobaqalarini 1888-yilda Berlindagi kroket va futbol klublari tashkil qilgan edi. Mustaqil yengil atletika klublari esa 90-yillarda paydo bo‘lgan. 1898-yilda yengil atletika rahbar tashkiloti Germaniya yengil atletika boshqarmasi tuzilgan.

Skandinaviya mamlakatlarida yengil atletika mustaqil sport turi sifatida 1887-yilda Shvesiyada, 1897-yilda Norvegiyada va 1906-yilda Finlandiyada vujudga kela boshlagan.

Vengriyada, Polshada, Chexoslovakiyada, Yugoslaviyada va boshqa markaziy Yevropa mamlakatlarida, Rossiyada yengil atletika sporti 1890-yillarida rivojlana boshlagan. Ko‘p mamlakatlarda yengil atletika sport turi sifatida XIX asr oxirlarida qabul qilingan.

Yengil atletika sporti taraqqiyotida qadimiy yunon olimpiya o‘yinlarining 1896 yilda qayta yo‘lga qo‘yilishi muhim ahamiyatga ega bo‘ldi. Yengil atletika barcha keyinchalik olimpiya o‘yinlari dasturidan joy olgan eng muhim sport turlaridan bo‘lib, shu jumladan, yengil atletikadan xalqaro majmuaviy musobaqalari ham o‘tkazilgan.

1912-yilda yengil atletikani rivojlantirishga va xalqaro musobaqalar o'tkazishga xabarlik qiladigan organ xalqaro yengil atletika havaskorlari federatsiyasi (IAAF) tashkil qilingan. Federatsiyaning maqsadi federatsiya a'zolari o'rtasida hamkorlik o'rnatish, nizom va xalqaro musobaqalar o'tkazish qoidasi ishlab chiqishdan iborat bo'lgan.

Dunyoda zamonaviy yengil atletikani rivojlanishida, shu sport turi bo'yicha o'tkazib kelinayotgan jahon birinchiliklari va ayniqsa Olimpiya o'yinlarining o'rni va ahamiyati beqiyos.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Jismoniy tayyorgarlik bo'yicha qo'llanma 2020-yil 20-30 betlar;
2. Engil atletika. T. Tojiyev Chirchik 2023-yil;
3. Спортивная психология З. Г. Гаппаров Тошкент 2009 г 17-стр;
4. Lex. UZ internet tarmog'i;
5. Shifo. Uz internet tarmog'i;
6. W uz.m.wikipedia internet tarmog'i;
7. www.uzathletics.uz, O'zbekiston Yengil Atletika Federatsiyasi tarmog'i;
8. www.iaaf.org, Halqaro Yengil atletika Federatsiyasi tarmog'i;
9. www.sports.uz, Milliy Olimpiya qo'mitasining tarmog'i.