

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS
TA'LIM VAZIRLIGI

SAMARQAND DAVLAT CHET TILLAR INSTITUTI

REFERAT

Mavzu; Yengil atletika

Bajardi; Murodullayeva B.

Tekshirdi; Ro`ziev B.

SAMARQAND -2014

Yengil atletika



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

Ibtidoiy jamoa tuzumi davrida yengil atletika mashqlari odamlarning mehnat faoliyati bilan chambarchas bog'liq edi. Ular insoniyat quldorlik jamiyatiga o'ta boshlashiga yaqin jismoniy tarbiyada ma'lum darajada mustaqil bo'la oladi.

Yugurish, sakrash va uloqtirish qadimiy Gretsiyada anchagina rivoj topdi. Jismoniy mashqlarning boshqa turlari qatori, ular quldorlarning harbiy-jismoniy tayyorgarligida katta o'rin egalladi va qabilalar hamda umumgrek diniy bayramlarinig muhim qismini tashkil etadigan bo'ldi. Bunday tantanalarning eng ahamiyatlisi olimpiada o'yinlari hisoblanadi.

Feodal jamiyatida, ayniqsa, ilk o'rta asrlar davrida jismoniy mashqlar xalq ommasiga rasm bo'lgan edi. Rivoyatlar qissalar va boshqa madaniyat yodgorliklari o'yin-kulgularida 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'rsatiladi.

Shafqatsiz ekspluatasiya bo'sh vaqt va kerakli moddiy sharoit bo'lmaganligi xalq jismoniy mashqlarining taraqqiyot darajasiga ta'sir ko'rsatdi. Shu sababdan feodalizm davrida hamma vaqt xalq jismoniy mashqlari an'anaviy o'yin-kulgular xarakterida 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 sistemasiga kiritilar, kundalik hayotda qo'llanar edi. Lekin bu yengil atletika sporti tashkil topishiga muhim ta'sir ko'rsata olmadi, chunki gimnastika sistemasida bu mashqlarning ahamiyati asosiy bulmay, ikkinchi darajali edi. Xalqning bu mashqlar bilan shug'ullanishi esa mehnatkash omma imkoniyati chegaralanganligi uchun yengil atletika taraqqiyotiga to'la ta'sir ko'rsata olmadi.

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

Burjuaziya kapitalistik korxonalar uchun jismoniy baquvvat ishchilarga va bosqinchilik armiyasi uchun soldatlarga muhtoj edi. Bunga eski gimnastika sistemalari allaqachonlar to'la yordam berolmay qolgan edi. Burjuaziya an'anaviy xalq o'yin-kulgulardan 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 tusini olib, yengil atletika sporti tarkibiga kiradigan yugurish, sakrash va uloqtirish mashqlari ham bor edi.

Hozirgi zamon yengil atletikasi Angliyada boshqa mamlakatlarga nisbatan oldinroq rasm bo'la boshladi. 1837 yili bu yerda 2 km ga

yaqin masofaga yugurishdan Regbi shahri kolleji o'quvchilarining dastlabki musobaqalari bo'ldi. Ko'p o'tmay ularning tashabbusiga Iton, Oksford, Kembridj, London va boshqa shaharlardagi kollej o'quvchilari ham qo'shildilar. Keyin musobaqalar programmasiga qisqa masofada yugurish to'siqlar osha yugurish va og'ir narsalarni uloqtirishni qo'sha boshladilar. 1851 yildan boshlab musobaqalar programmasiga yugurib kelib balandlikka va uzunlikka sakrash kiritiladi.

Keyinroq yengil atletika musobaqalari universitetlarda ham rasm bo'la boshladi. Bu jihatdan Oksford va Kembridj universitetlari tashabbuskor bo'ladi. 1864 yilda bu o'quv yurtlari o'rtasida birinchi bor yengil atletika musobaqasi bo'lib, shundan keyin bunday musobaqalar har yili o'tkaziladigan bo'lib qoldi. Musobaqa programmasiga yugurushning 6 turi va sakrashlarning ikki turi kiritilgan edi. Keyinchalik programma bosqon uloqtirish va yadro itqitish bilan to'ldirildi.



60yillarda yengil atletika bilan aristokratlar sport klublarida shug'ullana boshladilar. Angliya aristokratlari yengil atletika sporti bilan qiziqar edilar-u, lekin yugurish yo'lkalarida "oddiy xalq" bilan birga bo'lishni istamas edi. Ayniqsa ular, yurish va yugurishdan ochiq musobaqalar deb ataladigan musobaqalarda qatnashishga goho-goho muyassar bo'lib qoladigan "past" tabaqa vakillariga yutqazishga yo'l qo'ya olmas edilar.

Germaniya Olimpiya sport uyushmasi va O'zbekiston yengil atletika federatsiyasi Germaniya Federativ Respublikasining O'zbekistondagi elchixonasi va O'zbekiston Olimpiya qo'mitasi bilan hamkorlikda hamda Germaniya Federativ Respublikasi Tashqi ishlar vazirligining moliyaviy ko'magida 2013 yil 21 oktyabrdan 26 oktyabrgacha Angren shahridagi "Yangiobod" o'quv-mashg'ulot bazasida seminar tashkillashtirdi. Seminarga Germaniya yengil atletika federatsiyasi qoshidagi akademiya direktori doktor Wolfgang Killing rahbarlik qildi.

Mazkur seminar davomida yengil atletika bo'yicha O'zbekistonning turli hududlarida faoliyat yuritadigan 20 nafar murabbiy balandlikka sakrash, uzunlikka sakrash va uch hatlab sakrash bo'yicha mashg'ulotlarning zamonaviy usullari borasida o'z malakalarini oshirishdi.

Sportchi sifatida doktor Killing 1978 yilda Buyuk Britaniyada o'tkazilgan musobaqada 2.28 metr balandlikka sakrab, Yevropa rekordini o'rnatgan. 1975 yildan 1980 yilgacha Germaniya milliy terma jamoasi tarkibida 10 marotaba, 1976 yilda Montrealda o'tgan Yozgi Olimpiada o'yinlarida ishtirok etgan, 1978 yilda Yevropa terma jamoasi a'zosi bo'lgan. Agrar va ijtimoiy fanlar bo'yicha hamda Kyolndagi murabbiylar akademiyasidagi o'qishidan keyin doktor Killing 1993 yilda sport fanlari bo'yicha doktorlik ishini yoqlagan. 1996 yildan 2006 yilgacha Germaniya yengil atletika federatsiyasida balandlikka sakrash bo'yicha bosh murabbiy hamda sakrash bo'limining rahbari sifatida faoliyat yuritgan. Ayni damda doktor Killing Germaniya yengil atletika federatsiyasi akademiyasida direktor bo'lib ishlaydi.

Seminar Germaniya Tashqi ishlar vazirligining sportni xalqaro ko'lamda rivojlantirishga qaratilgan tadbirlari doirasida moliyaviy tomondan qo'llab-quvvatlandi. Ushbu loyiha doirasida O'zbekiston yengil atletika federatsiyasiga Germaniya Olimpiya sport uyushmasining avtomatik sekundomer, infraqizil detektor va ruletkalardan iborat sovg'asi topshirildi.

Bu haqda Germaniyaning Toshkentdagi elchixonasi Madaniyat va matbuot bo'limi xabar bermoqda.

Yengil atletikachilar Osiyo chempionatida sakkizta medalga erishdi

Xitoydagi yengil atletika bo'yicha yopiq inshootlardagi VI Osiyo chempionatida O'zbekiston terma jamoasi umumjamoa hisobida to'rtinchi bo'ldi. Xitoyda yengil atletika bo'yicha yopiq inshootlardagi VI Osiyo chempionatida O'zbekiston terma jamoasi a'zolari uchta oltin, to'rtta kumush, bitta bronza — jami sakkizta medal bilan umumjamoa hisobida to'rtlikdan joy oldi. Bu haqda O'zA xabar bermoqda. Xitoyning Xanchjou shahrida o'tgan chempionatda O'zbekiston terma jamoasi hisobiga dastlabki oltin medalni yadro uloqtirish bahslarida barcha raqibalarini ortda qoldirgan Sofiya Burhonova keltirdi. Iste'dodli sportchi yadroni 16 metru 80 santimetr uzoqlikka uloqtirib, xitoylik Vian Kani yigirma, Xitoy Taypeyi vakilasi Lin Chia-Yingni yigirma sakkiz santimetrga ortda qoldirdi. Yoshlar o'rtasida jahon chempioni, Osiyo o'yinlari g'olibi Svetlana Radzivil balandlikka sakrash bahslarida 196 santimetrlik belgini zabt etib, eng yuqori natijani qayd qildi. U ikkinchi o'rinni egallagan xitoylik Ksinjan Jengdan besh santimetrga o'zib ketdi. Terma jamoa hisobiga uchinchi oltin medalni Anastasiya Juravlyova keltirdi. E'tiborlisi, uch hatlab sakrash bo'yicha oltin medalga ikki nafar o'zbekistonlik sportchi — Anastasiya Juravlyova hamda Aleksandra Kotlyarova da'vogarlik qildi. Keskin va murosasiz raqobatda yosh sportchi Aleksandra Kotlyarova ikkinchi o'rinni egalladi. Uzunlikka sakrash bahslarida ishtirok etgan iste'dodli atlet Darya Raznichenko 6 metru 30 santimetr natija bilan ikkinchi o'rinni egallab, terma jamoa hisobiga kumush medal qo'shdi. Ko'pkurash bahslarida 3985 ochko jamg'argan Yuliya Tarasova ham musobaqani ikkinchi o'rinda yakunladi. Erkaklar o'rtasidagi musobaqalarda Leonid Andreyev ko'pkurash bo'yicha ikkinchi, Ruslan Qurbonov uch hatlab sakrashda uchinchi o'rinni egalladi. Yopiq inshootlardagi qit'a chempionati Osiyo yengil atletika assotsiatsiyasi tomonidan 2004 yildan buyon o'tkazib kelinadi. O'zbekiston terma jamoasi a'zolari har ikki yilda tashkil etiladigan musobaqalarda shu paytgacha bittadan oltin va kumush, beshta bronza, jami yettita medal jamg'argan edi.

