

Badminton Sportining Rivojlanish Tarixi

Utepbergenova Aysara

Ajiniyoz nomidagi NDPI Sport fanlari kafedrasida katta o'qituvchisi

Tajetdinov Muxammaddin

Assistent o'qituvchisi, Ajiniyoz nomidagi NDPI Jismoniy tarbiya teoriysi va metodikasi kafedrasida

Annotatsiya: Maqolada O'zbekistonda badminton sport turining rivojlanish tarixi, badmintonda sportchining jismoniy sifatlarini rivojlantirish shuningdek, badmintonchilar tayyorgarligini oshirish, rivojlantirish muammolari haqida fikr yuritilgan.

Kalit so'zlar: badminton, jismoniy tayyorgarlik, sport ixtisosligi, texnik-taktik tayyorgarlik, tayyorlov mashqlari, taktik tayyorgarlik, tayyorlov mashqlarning metodikasi.

Badminton — eng qadimiy o'yinlardan biri. Ayrim faktlar zamonaviy badminton qadimiy volan o'yinidan kelib chiqqanini tasdiqlaydi. Ikki ming yil muqaddam qadimiy Yunonistonda, Xitoyda Yaponiyada, Hindistonda va Afrika mamlakatlarida volan o'ynashgan. Aksariyat tadqiqotchilarning fikricha, badmintonning zamonaviy talqini hindlarning «puna» nomli o'yinidan kelib chiqqan va uni 1860-yillarda Britaniya armiyasi askarlari o'zlashtirishgan. Bu o'yinning Yevropada tarqalishida Angliya gersogi Bofortning hissasi katta. 1873 yilda gersog o'ziga tegishli yerda ilk havaskor kort bunyod etgan. O'yin o'sha yerdagi qasr — «Badminton haus»ning nomiga atala boshladi. Oradan 20 yil o'tib Angliya badminton assotsiatsiyasi o'yin qoidalarini e'lon qildi, oradan yana 5 yil o'tgach, ilk rasmiy turnir o'tkazildi. Badminton ming yillarga oid boy tarixga ega. Uning kelib chiqishini Xitoy, Gretsiya, Hindiston kabi mamlakatlarda qadimiy sivilizatsiyalardan izlash mumkin. Sportning dastlabki shakllari turli nomlar va variantlar bilan o'ynalgan.

Qadimgi Xitoyda "ti jian zi" deb nomlangan o'yinda tuklardan yasalgan shuttlecockga o'xshash buyum va uni yuqoriga ko'tarish uchun metall bazani tekkizish ko'zlangan. Bu o'yinni badmintonning dastlabki prekursori deb hisoblash mumkin. Gretsiyada "battledore va shuttlecock" nomli o'yin kichik racketlar va tuyoqlardan yasalgan ko'cha bilan o'ynaldi.

XIX asr o'rtalarida Hindistonda joylashtirilgan britaniyalik ofitserlar mahalliy aholi tomonidan "poona" yoki "puna" deb nomlangan shunga o'xshash o'yin bilan tanishdi. Britaniyaliklar bu o'yinni yoqtirib, Angliya bilan tanishtirdi va u erda yuqori sinflar orasida mashhurlikka erishdi. Beaufort Duqi XIX asr oxirida Angliyada badminton qoidalarini rasmiylashtirish va Bath Badminton klubini tashkil etgani e'tirof etiladi.

Sport dastlab uyda o'ynalgan, bugungi badmintonga o'xshash qoidalar mavjud edi. "Badminton" nomi Beaufortning o'yin o'ynalgan Badminton uyi Dukidan olingan. Angliyaning Badminton assotsiatsiyasi 1893 yilda sportning qoida va qoidalarini nazorat qilish maqsadida tuzilgan.

Badminton tezda boshqa mamlakatlarga tarqaldi. Birinchi xalqaro musobaqa — Tomas Kubogi (erkaklar terma jamoasi musobaqasi) 1948-yilda o'tkazildi. 1956 yilda Uber Kubogi (ayollar terma jamoasi musobaqasi) ergashdi. Badminton 1992 yil Barselonada Olimpiya sport turi sifatida rasman kiritilgan va undan dunyo bo'ylab millionlab odamlar bahramand bo'lishda davom etmoqda.

Badminton dastlabki boshlanishidan boshlab, jihozlar, qoidalar va o'yin uslublarning o'zgarishi bilan rivojlandi. Bugungi kunda u o'zining tezkor mitinglari, strategik o'yin va ham ko'ngilochar, ham raqobatbardosh darajadagi keng ishtiroki bilan mashhur.

Badminton - bu boy tarixga ega bo'lgan raket sport turi bo'lib, uni minglab yillar davomida izlash mumkin. O'yinning kelib chiqishini Xitoy, Yunoniston va Hindistonning qadimgi tsivilizatsiyalarida uchratib olish mumkin.

Qadimgi Xitoyda "ti jian zi" deb nomlangan o'yin o'tkazildi. Unda o'yinchilar oyoqlaridan foydalanib, tuklardan yasalgan shuttlecockga o'xshash ob'ektni va metall bazani yuqoriga ko'tarishdi. Bu o'yinni badmintonning dastlabki prekursori deb hisoblash mumkin.

Xuddi shunday, qadimgi Yunonistonda "battledore va shuttlecock" deb nomlangan o'yin kichik rackets va tukli shuttlecock yordamida o'ynalgan. Bundan ko'zlangan maqsad shuttlecockni iloji boricha uzoqroq havoda saqlash edi.

Hindistonda XVIII asr davomida "poona" yoki "puna" deb nomlangan shunga o'xshash o'yin o'tkazildi. Bu to'r bo'ylab orqaga va orqaga raketka bilan ko'chaga urish bilan bog'liq edi. Mustamlakachilik davrida Hindistonda joylashtirilgan britaniyalik ofitserlar bu o'yinga qiziqib, XIX asr o'rtalarida Angliyaga qaytarib olib kelishdi.

Bu vaqtda Badmintonning rivojlanishida Beaufort Duqi muhim rol o'ynagan. U o'yin uchun standartlashtirilgan qoidalarni o'rnatdi va keyinchalik sportning ism-sharifiga aylangan Badminton house nomli mulkida tanishtirdi.

Angliyaning Badminton assotsiatsiyasi 1893 yilda tartibga soluvchi organlarni tashkil etish va o'yin qoidalarini soddalashtirish maqsadida tuzilgan. 1940-1950-yillarda "Tomas Cup" (erkaklar terma jamoasi musobaqasi) va "Uber Cup" (ayollar terma jamoasi musobaqasi) kabi xalqaro musobaqalar o'tkazildi.

Badminton rasman 1992 yilda Barselona Olimpiadasida Olimpiya sport turi sifatida kiritilgan. O'shandan beri u butun dunyo bo'ylab o'ynaladigan mashhur sport turiga aylandi, turli darajadagi millionlab ishtirokchilar, ko'ngilochar o'yinchilardan tortib professional sportchilargacha.

Vaqt o'tishi bilan badminton jihozlari, qoidalari o'yin uslublari shakllandi. Sport o'zining tezkor mitinglari, tezkorligi va strategik o'yinlari bilan yaxshi tanilgan.

Bugungi kunda badmintonni turli yoshdagi va mahorat darajasidagi odamlar bahramand bo'lishda davom etmoqda. U uyda ham, tashqarida ham o'ynaladi va dunyoning eng mashhur raket sport turlaridan biri sifatida tan olingan.

Badminton uzoq va xilma-xil tarixga ega bo'lib, u bir necha asr va ko'p tsivilizatsiyalarni o'z ichiga oladi. O'yinning eng qadimgi shakllarini dunyoning turli burchaklarida o'ynaladigan qadimiy o'yinlardan izlash mumkin.

Qadimgi Xitoyda "ti jian zi" yoki "shuttle tepish" deb nomlangan o'yin bo'lib o'tdi. Unda o'yinchilar oyoqlaridan foydalanib, tuklardan yasalgan ko'chaga o'xshash buyum va metall bazani yuqoriga ko'tarishdi. O'yinning ushbu dastlabki versiyasi zamonaviy badmintonga o'xshashliklarga ega.

Xuddi shunday, qadimgi Yunonistonda "battledore va shuttlecock" deb nomlangan o'yin mashhur edi. Bu tuklardan yasalgan ko'chaga va kichik to'pga o'xshash bazaga urish uchun kichik racket yoki paddlesdan foydalanish bilan bog'liq edi. Bundan ko'zlangan maqsad shuttlecockni iloji boricha uzoqroq vaqt havoda qoldirish edi.

Hindistonda XVIII asr davomida "poona" yoki "puna" degan o'yin o'ynalgan. Bu to'r bo'ylab orqaga va orqaga raketka bilan ko'chaga urish bilan bog'liq edi. Mustamlakachilik davrida Hindistonda joylashtirilgan britaniyalik ofitserlar bu o'yinga qiziqib, XIX asr o'rtalarida Angliyaga qaytarib olib kelishdi.

Hindistonda o'yinga duch kelgan Beaufort Duqi zamonaviy badmintonning rivojlanishida muhim rol o'ynadi. U o'yin qoidalarini rasmiylashtirdi va uni Angliyaning Gloucestershir shahridagi Badminton House mulkida tanishtirdi. Badminton o'z nomini shu joydan olgan.

Angliyaning Badminton assotsiatsiyasi 1893 yilda o'yin qoida va qoidalarini standartlashtirish maqsadida tashkil etilgan. Standartlashtirilgan qoidalarning birinchi to'plami 1893 yilda, birinchi rasmiy badminton turniri esa 1899 yilda bo'lib o'tdi.

Badmintondagi xalqaro musobaqalar XX asr o'rtalaridan boshlab mashhurlikka erisha boshladi. Erkaklar terma jamoasi tadbiri bo'lgan Tomas Kubogi 1948-yilda ochilgan. Ayollar terma jamoasi musobaqasi bo'lgan Uber Kubogi 1956-yilda taqdim etilgan. Ushbu musobaqalar sportning xalqaro darajada o'sishi va mashhurligini namoyish etdi.

Badminton 1992 yilda Barselona Olimpiadasida Olimpiya sport turi sifatida rasman tan olingan. O'shandan beri u muhim izlanishga ega bo'lgan global sport turiga aylandi. Badminton jahon federatsiyasi (BWF) badminton bo'yicha xalqaro kengash bo'lib xizmat qiladi, butun dunyo bo'ylab turli turnirlar va musobaqalarni nazorat qiladi.

Badminton yillar davomida jihozlar, qoidalar va o'yin uslublari bo'yicha o'zgarishlar va takomillashishlarni boshdan kechirdi. Sport o'zining tezkor mitinglari, chaqqonligi va texnik mahorati bilan mashhur bo'lib, uni o'yinchilar uchun ham, tomoshabinlar uchun ham juda quvonarli qiladi.

Bugungi kunda badmintonni butun dunyo bo'ylab millionlab odamlar o'ynaydi, ular casual o'yinchilardan tortib elita sportchilargacha. Bu ko'ngilochar va professional darajada ham mashhur sport turi bo'lib qolaveradi. Har yili ko'plab turnirlar va chempionatlar o'tkaziladi.

Badminton 1992 yildan buyon olimpiya sport turi hisoblanadi va eng og'ir jismoniy zo'riqishlarga sabab bo'luvchi yangi sport turlari ichida uchlikka kiradi.

O'yin tasnifiga ko'ra, badmintonning quyidagi turlari bor:

1. Yakkalik erkaklar toifasi.
2. Yakkalik ayollar toifasi.
3. Juftlik erkaklar toifasi.
4. Juftlik ayollar toifasi.
5. Aralash juftlik toifasi.

Sportchilarning imkoniyatlari nuqtai nazaridan:

1. Badminton.
2. Parabadminton.

Badminton ko'zning ko'rish qobiliyatini yaxshilaydi, chunki o'yin davomida ko'z mushaklari ishlaydi. Yo'nalishini tez-tez o'zgartirayotgan volanning uchishini kuzata turib, ko'z shug'ullantiriladi. Bu uzoq va yaqinni ko'rishni yaxshilaydi. Badminton, shuningdek, strategik fikr yuritish hamda tezkor reaksiyalar uchun ham foydali. Volan parvozi trayektoriyasini kuzatib va uning yerga tushish joyini chamalay turib, inson o'z miyasini tezda qaror qabul qilishga majburlaydi va bu keyinchalik stress holatida ishlashda qo'l keladi. Badminton, shuningdek, inson yurak qon-tomir tizimini ham shug'ullantiradi va uni yanada chidamli bo'lishiga xizmat qiladi. Asosiy ko'nikmalar o'rnatilganda o'yinni yaxshilang. Mash ostidagi zarbalarni kesib tashlang Volan o'ralgan va kutilmagan yo'nalishga tushadi. Zarbani kesish uchun siz oldinga siljish bilan boshlashingiz kerak, so'ngra raketani ichkariga surib, uni tirnoq markaziga perpendikulyar yo'naltirishingiz kerak. Raqib unga to'g'ri yo'nalishni kutadi, lekin uning odatiy traektoriyasini kesib tashlaydi. Qisqartirilgan zarbalarni kesib tashlang Raket harakatlanish vaqtida markazga urib, valanchikka perpendikulyar ravishda siljishi kerak. Shu sababli, u o'z tezligini yo'qotadi va boshqa o'yinchiga to'g'ri keladi, uning tarafidan to'g'ridan-to'g'ri to'rga tushadi. Yuqoridan pastgacha uchib

ketish uchun zarba bering Uning eng yuqori nuqtasida urish kerak. Qo'lni yuqoriga ko'tarib, volanchikning traektoriyasi yo'nalishi bo'yicha, ikkinchisi esa raketani silkitib, uning Markaziy qismini urib, dushman tomoniga, pastga qarab urish kerak. Texnika tennis bilan bir xil. Yuqoridan pastga tushib, uni maksimal kuch bilan bajarish juda muhim va zarba raqibdan yoki undan imkon qadar ko'proq yo'naltirilishi kerak.

Zamonaviy badmintonda 4 xil zarba mavjud: qisqa, tekis, uzoq masofali va hujumkor. Dastlabki ikkitasi raqib o'z yarmining chekkasida bo'lganida, aldamchi manevralar uchun ishlatiladi. Hujumli orqaga qaytish -bu dushman zonasidagi ma'lum bir joyga yo'naltirilgan kuchli zarba. Uzoq masofaga kelsak, bu raqibni iloji boricha orqaga qaytishga majbur qilish uchun ishlatiladi.

Shuningdek, o'ngga va chapga zarbalar mavjud. Birinchisi asosiy deb hisoblanadi va raketaning ochiq tomoni bilan bajariladi. Bunday holda, tana o'ng tomonga burilib, ozgina egilib, tananing vazni qo'llab-quvvatlovchi oyoqqa yo'naltirilishi uchun. Raketaning tebranishi kerakli urish kuchiga bog'liq. Chapdan urish paytida tana va oyoqlar navbati bilan bir xil yo'nalishda buriladi. Old tomondan farq qiladigan narsa shundaki, u raketaning yopiq tomoni bilan bajariladi. Belanchak paytida siz faqat shlyuzga qarashingiz kerak.

O'yin boshlanishidan oldin har doim birinchi xizmat ko'rsatish tomoni va huquqini aniqlash uchun qur'a tashlanadi. Raketka chekkasi hujumchining belbog'idan yuqoriga ko'tarilmasligi uchun shutlning ochilish zarbasi pastdan bajarilishi kerak. Shunisi e'tiborga loyiqki, ushbu sport turida (badminton) o'yin qoidalari raqibni chalg'itishi uchun bir nechta yolg'on harakatlarni amalga oshirishga imkon beradi. Qabul qiluvchilar bu vaqtda o'z zonalarida bo'lishlari shart, chiziqlardan oshib ketmasliklari kerak.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasida badminton sport turini rivojlantirish choratadbirlari dasturi ishlab chiqish to'g'risidagi Vairlar Mahkamasining 2020 yil 11 martdagi 143-son Qarori
2. Achilov A.M. Akramov J.A. Goncharova O.V. Bolalarning jismoniy sifatlarini tarbiyalash. o'quv qo'llanma 2009 y. Toshkent.
3. Кодирова, М. А., Абатова, Г. Н. (2021). Прессо-депрессорная разминка как эффективное средство настройки психофункциональной готовности спортсменов к соревнованиям. *Academic Research in Educational Sciences*
4. Сафарова, Д. Д., Алиева, К. К., & Серебряков, В. В. (2017). Об особенностях компонентного состава массы тела у спортсменок, спетсализирующихся в спортивных единоборствах. *Наука и спорт: современные тенденции*