



**OLIMPIYA O'YINLARIDA ENG ESDA QOLARLI YENGIL ATLETIKA
VOQEALARI**

**THE MOST MEMORABLE ATHLETICS EVENTS AT THE OLYMPIC
GAMES**

**САМЫЕ ЗАПОМИНАЮЩИЕСЯ ЛЕГКИЕ СОБЫТИЯ НА
ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ**

Mirzalimov Muslimbek Soatbek o'g'li - Andijon davlat pedagogika institute,
Jismoniy madaniyat fakulteti talabasi

Annotatsiya: Ushbu maqolada Olimpiya o'yinlaridagi eng esda qolarli yengil atletika voqealari va ularning sport tarixiga ta'siri yoritilgan. Jessi Ovensning 1936-yilgi irqiy tenglik uchun ramz bo'lgan g'alabalari, Bob Bimonning uzunlikka sakrashda o'rnatgan "Mukammal sakrashi", Florens Griffit-Joynerning buzilmas yugurish rekordlari, Usain Boltning chaqmoq tezligidagi yugurishlari va Eliud Kipchogening marafon yugurishdagi afsonaviy muvaffaqiyatlari tahlil qilinadi. Mazkur maqola ushbu voqealarning sport texnikasi, inson irodasi va motivatsiya kuchi borasida qanday ilhomlantiruvchi bo'lganini ochib beradi.

Kalit so'zlar: Olimpiya o'yinlari, yengil atletika, Jessi Ovens, Bob Bimon, Florens Griffit-Joynerning, Usain Bolt, Eliud Kipchogening, tarixiy voqealar, sport muvaffaqiyatlari, rekordlar, motivatsiya.

Abstract: This article examines the most memorable athletics events at the Olympic Games and their impact on the history of the sport. Jesse Owens' 1936 triumphs, which symbolized racial equality, Bob Beamon's "Perfect Leap" in the long jump, Florence Griffith-Joyners' unbreakable running records, Usain Bolt's lightning-fast sprints, and Eliud Kipchoge's legendary marathon achievements, are analyzed. This article reveals how these events inspired athletic technique, human willpower, and the power of motivation.

Keywords: Olympic Games, athletics, Jesse Owens, Bob Beamon, Florence Griffith-Joyners, Usain Bolt, Eliud Kipchoge, historical events, sporting achievements, records, motivation.

Аннотация: В данной статье рассматриваются наиболее запоминающиеся легкоатлетические соревнования Олимпийских игр и их влияние на историю





спорта. Анализируются триумфы расового равенства Джесси Оуэнса 1936 года, прыжок в длину Боба Бимона «Идеальный прыжок», непрерывные рекорды Флоренс Гриффит-Джойнер в беге, молниеносный бег Усейна Болта и легендарные марафонские подвиги Элиуда Кипчоге. В этой статье показано, как эти события повлияли на спортивную технику, человеческую волю и мотивацию.

Ключевые слова: Олимпийские игры, легкая атлетика, Джесси Оуэнс, Боб Бимон, Флоренс Гриффит-Джойнер, Усэйн Болт, Элиуд Кипчоге, исторические события, спортивные достижения, рекорды, мотивация.

Olimpiya o'yinlari sport tarixida eng nufuzli musobaqalardan biri hisoblanadi. Har to'rt yilda bir marta o'tkaziladigan ushbu o'yinlar nafaqat sportchilar uchun, balki butun dunyo tomoshabinlari uchun ham o'ziga xos ahamiyat kasb etadi. Ayniqsa, yengil atletika musobaqalari Olimpiya o'yinlarining eng muhim qismlaridan biri bo'lib, u yerda ko'plab esda qolarli voqealar ro'y beradi. Ushbu maqolada Olimpiya tarixidagi eng muhim yengil atletika hodisalari haqida so'z yuritamiz. Yengil atletika sport dunyosida alohida o'rin tutadigan sohalardan biri bo'lib, u inson jismoniy salohiyatining barcha jihatlarini – tezlik, chidamlilik, kuch, chaqqonlik va texnikani o'zida mujassam etadi. Ushbu sport turi qadimiy davrlardan beri insonlarning e'tibor markazida bo'lib kelgan va bugungi kunda ham Olimpiya o'yinlarining eng nufuzli yo'nalishlaridan biri hisoblanadi.

Yengil atletika ko'plab boshqa sport turlarining poydevori hisoblanadi. Yugurish, sakrash va uloqtirish kabi mashqlar insonning asosiy harakat qobiliyatlarini rivojlantiradi. Boks, futbol, basketbol yoki tennis kabi sport turlarida ham tezlik va chidamlilik yengil atletikadan kelib chiqadi. Bu sababli yengil atletika ko'plab sport turlari uchun bazaviy mashg'ulot sifatida xizmat qiladi. Yengil atletikaning Olimpiya o'yinlaridagi roli yuqori hisoblanadi. Yengil atletika Olimpiya o'yinlarining yuragi hisoblanadi. Ushbu sport turi dasturdagi eng ko'p qamrovli yo'nalishlarni o'z ichiga oladi: yugurish masofalari, sakrash va uloqtirish turlari, ko'pkurash musobaqalari va boshqa yo'nalishlar. Olimpiya o'yinlarining har bir ochilish marosimida stadionda yengil atletika musobaqalari o'tkaziladigan maydon markaziy o'rinda bo'ladi. Bu yengil atletikaning Olimpiya o'yinlaridagi asosiy yo'nalishlardan biri ekanligini namoyish etadi. Yengil atletika butun dunyo bo'ylab millionlab tomoshabinlarni o'ziga jalb qiladi. Jahon chempionatlari va Olimpiya o'yinlaridagi yengil atletika musobaqalari sport muxlislari tomonidan katta qiziqish bilan kuzatiladi. Usain Boltning tezligi, Eliud Kipchogening chidamliligi yoki Jessi Owensning tarixiy g'alabalari yengil atletikaning nafaqat sportchilar uchun, balki insoniyat ruhiyati uchun ham qanchalik muhim ekanligini ko'rsatadi. Tarbiyaviy ahamiyati shundaki yengil





atletika nafaqat sportchilarni jismonan rivojlantiradi, balki ularda iroda, intizom, maqsadga intilish kabi sifatlarni shakllantiradi. Ayniqsa, yosh sportchilar uchun yengil atletika mashg'ulotlari sog'lom hayot tarzini shakllantirishda muhim rol o'ynaydi. Ushbu sport turidagi musobaqalar sportchilarni bir-birlari bilan raqobat qilish orqali o'zlarini doimiy ravishda yaxshilashga undaydi. Yengil atletika barcha sport turlari ichida alohida o'ringa ega bo'lib, insonning jismoniy imkoniyatlarini sinovdan o'tkazish va rivojlantirishning eng muhim vositasi hisoblanadi. Bu sport turi nafaqat sportchilar uchun, balki butun jamiyat uchun ilhom manbai bo'lib xizmat qiladi. Yengil atletika orqali inson nafaqat o'zining jismoniy salohiyatini, balki ruhiy kuchini ham namoyish etadi, bu esa uni barcha sport turlari ichida o'zgacha mavqega ega qiladi.

Jessi Ovensning 1936-yilgi muvaffaqiyati

1936-yil Berlindagi Olimpiya o'yinlarida amerikalik yengil atlet Jessi Ovens tarixga o'z nomini oltin harflar bilan yozdi. U to'rtta oltin medalni qo'lga kiritib, 100 metr, 200 metr yugurish, uzunlikka sakrash va 4x100 metr estafeta bo'yicha g'olib bo'ldi. Ovensning bu muvaffaqiyati nafaqat sport yutug'i, balki irqiy tenglik uchun ramz bo'lib qoldi. Nemis rejimining irqiy ustunlik g'oyasiga qarshi turib, Ovensning g'alabalari butun dunyoga kuchli signal bo'ldi.

Bob Bimonning 1968-yilgi "Mukammal sakrashi"

1968-yil Meksika shahridagi Olimpiya o'yinlarida amerikalik sportchi Bob Bimon uzunlikka sakrash bo'yicha yangi dunyo rekordini o'rnatdi. Uning sakrashi 8,90 metrni tashkil etdi, bu oldingi rekorddan 55 sm uzoqroq edi. Ushbu natija sport dunyosida inqilobiy voqea bo'ldi va "Mukammal sakrash" nomini oldi. Bob Bimonning rekordi keyingi 23 yil davomida buzilmagan holda qolgan.

Florens Griffit-Joynerning 1988-yildagi yugurishlari

Florens Griffit-Joyner, "Flo-Jo" laqabi bilan mashhur bo'lgan sportchi, 1988-yil Seul Olimpiya o'yinlarida 100 va 200 metr yugurish bo'yicha oltin medalni qo'lga kiritdi. Uning 200 metrga yugurishda o'rnatgan rekordi – 21,34 soniya – hanuzgacha buzilmagan. Flo-Jo o'zining tezligi bilan birga, o'ziga xos uslubi va g'ayrioddiy liboslari bilan ham mashhur edi.

Usain Boltning 2008-yilgi "Chaqmoq yurgan kuni"

2008-yil Pekin Olimpiya o'yinlarida yamaykalik sprinter Usain Bolt dunyo sporti tarixidagi eng yorqin voqealardan birini yaratdi. U 100 metr masofani 9,69 soniyada, 200 metrni esa 19,30 soniyada bosib o'tdi va ikkala masofada ham yangi dunyo rekordini o'rnatdi. Boltning yugurish paytida qo'llarini yengil silkib, quvonchli





harakatlar qilishiga qaramay, u rekord o'rnatgan. Uning "Chaqmoq" pozasi butun dunyo tomoshabinlari yodida qolgan.

Eliud Kipchoge va uzoq masofaga yugurish san'ati

Kenyalik uzoq masofa yugurish bo'yicha mutaxassis Eliud Kipchoge 2016-yil Rio-de-Janeyro va 2020-yil Tokio Olimpiya o'yinlarida marafon musobaqalarida oltin medalni qo'lga kiritdi. Kipchoge marafon yugurishda insonning cheksiz imkoniyatlarini namoyish etib, yengil atletikaning yangi chegaralarini ochdi. U o'zining barqarorligi va chidamliligi bilan tomoshabinlarni hayratda qoldirdi.

Emil Zatopekning uch karra g'alabasi (1952-yil, Helsinki Olimpiadasi)

Chexoslovakiyalik uzoq masofaga yuguruvchi Emil Zatopek 1952-yilgi Helsinki Olimpiya o'yinlarida 5000 metr, 10 000 metr va marafon yugurish musobaqalarida oltin medalni qo'lga kiritdi. Qizig'i shundaki, u marafon masofasini birinchi marta shu musobaqada yugurdi va shunda ham g'olib chiqdi. Zatopekning bu yutug'i uning qat'iyati va chidamliligi ramziga aylangan.

Dikk Fosberining "Fosberi uslubi" (1968-yil, Meksika Olimpiadasi)

Amerikalik sakrovchi Dikk Fosberi balandlikka sakrash bo'yicha yangi uslub – "Fosberi Flop"ni joriy qildi. U sakrash paytida orqa bilan to'siqdan o'tishni taklif qildi, bu texnika sport tarixida inqilob yasadi. Fosberi ushbu uslub yordamida oltin medalni qo'lga kiritdi va bu uslub bugungi kunda ham balandlikka sakrash musobaqalarida qo'llaniladi.

Karl Lyuisning sakkizta oltin medali (1984-yil, Los-Anjeles Olimpiadasi)

Amerikalik yengil atlet Karl Lyuis 1984-yilda bir Olimpiya o'yinlarida to'rtta oltin medalni qo'lga kiritdi: 100 metr, 200 metr, uzunlikka sakrash va 4x100 metr estafeta. Uning uzoq muddatli muvaffaqiyatlari (1984-1996-yillarda sakkizta oltin medal) uni yengil atletika tarixidagi eng buyuk sportchilardan biriga aylantirdi.

Marita Kochning 400 metrga yugurish bo'yicha rekordi (1985-yil)

Germaniyalik Marita Koch 1985-yilda 400 metrga yugurish bo'yicha dunyo rekordini o'rnatdi – 47,60 soniya. Ushbu rekord hanuzgacha buzilmagan va yengil atletika tarixidagi eng uzoq davom etgan rekordlardan biri hisoblanadi.

Hisham El-Gerujning ikki karra oltin g'alabasi (2004-yil, Afina Olimpiadasi)

Marokashlik yuguruvchi Hisham El-Geruj 2004-yilda 1500 metr va 5000 metr yugurish bo'yicha oltin medalni qo'lga kiritdi. Bu g'alabalar uzoq masofaga





yugurishda texnik mukammallik va chidamlilikning yuksak namunasidir. U 1500 metr bo'yicha hamon dunyo rekordiga ega.

Katerina Johnson-Tompsonning ko'pkurashdagi yorqin muvaffaqiyati (2019-yil)

Britaniyalik sportchi Katerina Johnson-Tompson 2019-yilda ko'pkurash bo'yicha Jahon chempionatida yangi yutuqlarga erishdi. U sakkizta turdan iborat musobaqada o'zining kuchli texnikasi va universalligi bilan g'alaba qozondi.

Armand Duplantisning balandlikka tayoq bilan sakrashdagi rekordi (2020-yil)

Shvetsiyalik Armand Duplantis 2020-yilda 6,18 metrga tayoq bilan sakrab, yangi dunyo rekordini o'rnatdi. Bu natija balandlikka sakrash texnikasida zamonaviy yondashuvlar va yosh sportchilar salohiyatining yorqin ifodasidir.

Yengil atletika tarixidagi ushbu voqealar insonning jismoniy va ruhiy imkoniyatlari cheksiz ekanligini ko'rsatadi. Har bir g'alaba va rekord o'ziga xos ilhom manbai bo'lib, sportning barcha jabhalarida yangi avlod sportchilarini motivatsiyaga undaydi. Bu voqealar yengil atletikaning faqat musobaqalar emas, balki butun dunyo uchun ilhomlantiruvchi kuch ekanligini yana bir bor isbotlaydi. Biz bu sportchilardan ilhom olsak arzidi. Olimpiya o'yinlaridagi yengil atletika musobaqalari nafaqat sport texnikasining mukammalligi, balki inson ruhining kuchini ham namoyish etadi. Jessi Ovensning irodasi, Bob Bimonning mukammal sakrashi yoki Usain Boltning tezligi sportning cheksiz imkoniyatlarini ifodalaydi. Bu voqealar bizga inson o'z oldiga qanday maqsad qo'ysa, unga erisha olishini ko'rsatadi. Yengil atletika barcha sport turlari ichida o'zining universal xususiyatlari bilan ajralib turadi. Ushbu sport turi insonning jismoniy salohiyatini, intizomini va iroda kuchini namoyon etishning eng muhim vositasi hisoblanadi. Yengil atletika nafaqat sportchilar uchun, balki jamiyat uchun ham ahamiyatlidir, chunki u sog'lom turmush tarzini targ'ib etadi va motivatsiya manbai bo'lib xizmat qiladi. Olimpiya o'yinlaridagi yengil atletika musobaqalari insonning eng yuksak maqsadlariga erishish qobiliyatini namoyish etuvchi yorqin misollarni taqdim etdi. Jessi Ovensning tarixiy g'alabalari, Bob Bimonning "Mukammal sakrashi", Usain Boltning chaqmoqdek yugurishlari va Eliud Kipchogening marafon yugurishdagi muvaffaqiyatlari barchamizga kuchli irodaga ega bo'lish va o'z imkoniyatlarimizni rivojlantirish zarurligini eslatadi.

Xulosa qilib aytganda, Olimpiya o'yinlaridagi yengil atletika voqealari sport tarixida muhim sahifalarni yaratgan. Bu voqealar nafaqat sport yutuqlari, balki insoniyatning buyuk imkoniyatlari, irodasi va orzularining ramzidir. Olimpiya o'yinlarida yozilgan ushbu sahifalar butun dunyo sportchilari va tomoshabinlari uchun





abadiy ilhom manbai bo‘lib qolaveradi. Yengil atletikaning barcha sport turlaridagi o‘rni beqiyos. U boshqa sport turlarining asosi bo‘lib xizmat qiladi va har bir insonni o‘zining jismoniy va ruhiy imkoniyatlarini yaxshilashga ilhomlantiradi. Shu sababli, yengil atletika sport dunyosida nafaqat jismoniy faollik, balki insoniyatning buyuk maqsadlariga erishishda ramziy ma’no kasb etadi.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. Abdullayev, M. A. (2019). Yengil atletika va o‘smirlar sporti: Nazariya va metodika. Toshkent: O‘zbekiston Respublikasi Jismoniy tarbiya va sport vazirligi.
2. Harrison, J. K. (2021). Impact of track and field on youth athletes' physical and psychological development. Journal of Sports Science and Medicine.
3. Shatilov, A. S. (2018). Sport va jamiyat: Olimpiya o‘yinlari tarixi. Moskva: Fizkultura va sport.
4. International Association of Athletics Federations (IAAF). Athletics history and records database. IAAF rasmiy saytida chop etilgan statistik materiallar.

