

**TENNIS SPORTINING PAYDO BO'LISHI**

Davranov Ernazar Orziyevich

Iqtisodiyot va pedagogika universiteti NTM dotsenti

Annotatsiya. Mazkur maqolada tennis sportining kelib chiqishi, uning tarixiy ildizlari, rivojlanish bosqichlari va bugungi kundagi o'rni yoritilgan. Tennis o'yinining asosiy qoidalari, o'yin jarayonining mohiyati hamda inson salomatligiga ijobiy ta'siri haqida fikr yuritilgan. Shuningdek, O'zbekistonda tennis sportining rivojlanishi, nufuzli sportchilar faoliyati va tennis infratuzilmasining kengayishi tahlil qilingan.

Kalit so'zlar: tennis, tarix, qoidalar, sport, O'zbekiston, sog'lom turmush tarzi, xalqaro musobaqalar, strategiya.

Аннотация. В данной статье рассматривается происхождение тенниса, его исторические корни, этапы развития и современное значение. Подробно описаны основные правила игры, особенности ведения матча и положительное влияние тенниса на здоровье человека. Особое внимание уделено развитию тенниса в Узбекистане, достижениям отечественных спортсменов и расширению спортивной инфраструктуры.

Ключевые слова: теннис, история, правила, спорт, Узбекистан, здоровый образ жизни, международные соревнования, стратегия.

Annotation. This article explores the origin of tennis, its historical background, stages of development, and modern significance. The main rules of the game, the structure of play, and the positive impact of tennis on human health are discussed. The paper also highlights the development of tennis in Uzbekistan, the achievements of local athletes, and the expansion of sports infrastructure in the country.

Keywords: tennis, history, rules, sport, Uzbekistan, healthy lifestyle, international tournaments, strategy.

**Kirish.**

Tennis — bu insoniyat tarixidagi eng qadimiy va ommaviy sport turlaridan biridir. U jismoniy kuch, tezkorlik, aniqlik va strategik fikrlashni talab etadigan sport o'yini sifatida shakllangan. Bugungi kunda tennis xalqaro miqyosda eng mashhur sport turlaridan biri hisoblanadi. Tennis musobaqalari Olimpiya o'yinlari dasturiga kiritilgan bo'lib, dunyo bo'ylab millionlab havaskorlar va professional sportchilar tomonidan o'ynaladi. Ushbu ma'ruzada tennis sportining kelib chiqish tarixi, rivojlanish bosqichlari, asosiy qoidalari va O'zbekistonda tennisning shakllanishi haqida so'z yuritiladi.

Tennisning kelib chiqishi tarixi. Tennis o'yinining ildizlari qadimiy sivilizatsiyalarga borib taqaladi. Tarixchilar fikriga ko'ra, uning dastlabki shakllari qadimgi Misr va Yunoniston hududlarida “qo'l to'pi” shaklida o'ynalgan o'yinlar bo'lgan. Biroq zamonaviy tennisning bevosita ajdodi sifatida XIII–XIV asrlarda Fransiyada paydo bo'lgan “Jeu de Paume” (“kaft o'yini”) hisoblanadi. Bu o'yinda to'pni raketka o'rniga kaft bilan urishgan. Keyinchalik o'yin uslubi takomillashib, maxsus to'p va yog'och raketkalar ishlatila boshlangan[2].

XVII–XVIII asrlarga kelib, o'yin Angliyada keng tarqala boshladi. U yerda “real tennis” yoki “royal tennis” nomi bilan mashhur bo'lgan. Shu davrda o'yin qoidalari aniq shaklga keltirildi, to'p o'ynaladigan maydon, tarmoq balandligi va ochko tizimi ishlab chiqildi. 1873-yilda ingliz ofitseri meyor Uolter Klopton Uingfild (Walter Clopton Wingfield) tomonidan “Lawn Tennis” — ya'ni “maysali tennis” o'yini ishlab chiqildi. Aynan shu davr zamonaviy tennisning rasmiy boshlanishi sifatida qabul qilinadi.

Tennisning rivojlanish bosqichlari. 1877-yilda Londonda joylashgan “Wimbledon” klubi tomonidan birinchi rasmiy tennis turniri o'tkazildi. Bu musobaqa hozirga qadar tennisning eng nufuzli chempionatlaridan biri hisoblanadi. Keyinchalik “US Open” (Amerika ochiq chempionati), “French Open” (Roland Garros) va “Australian Open” turnirlari tashkil etilib, ular “Katta Dubulg'a” turnirlari sifatida tan olindi[1].



XX asr boshlarida tennis professional sport sifatida shakllandi. 1924-yilda tennis Olimpiya dasturidan chiqarilgan bo'lsa-da, 1988-yilda Seul Olimpiadasida qayta kiritildi. Shundan so'ng, tennis jahon sportining eng mashhur turlaridan biriga aylandi.

Tennis o'yini qoidalar va asosiy tushunchalar. Tennis o'yini 8,23 metr kenglik va 23,77 metr uzunlikdagi to'r bilan ajratilgan maydonda o'tkaziladi. O'yinda asosiy maqsad to'pni raketka yordamida to'r orqali raqib maydoniga tushirishdan iborat. To'p ikki marta sakraganida ochko raqibka beriladi. O'yin 2 yoki 3 setdan iborat bo'ladi. Har bir set 6 gacha o'yin (game)dan tashkil topadi.

O'yinda quyidagi asosiy qoidalar amal qiladi:

Servis — o'yinni boshlash zarbasi bo'lib, to'p diagonal yo'nalishda raqib hududiga uriladi.

Volley — to'p yerga tegmasdan oldin urilgan zarba turi.

Ace — raqib tegizolmagan servis zarbasi.

Tie-break — durang holatda o'yinni hal qiluvchi qo'shimcha game.

Tennischilarning har biri maxsus sport kiyimi, krossovka va raketkadan foydalanadi. Zamonaviy raketkalar grafit, karbon yoki kompozit materiallardan tayyorlanadi[4].

Tennisning jismoniy va psixologik foydasi. Tennis o'yinining inson salomatligiga ta'siri juda katta. U mushaklarni rivojlantiradi, yurak-qon tomir tizimini mustahkamlaydi, muvozanat va koordinatsiyani oshiradi. Shu bilan birga, tennis aqliy diqqat, tez fikrlash va strategik qaror qabul qilishni rivojlantiradi. Tadqiqotlar shuni ko'rsatadiki, muntazam tennis bilan shug'ullanuvchi insonlar yurak kasalliklari, stress va semirishdan kam aziyat chekadi.

Psixologik jihatdan tennis o'z-o'zini boshqarish, raqibga hurmat bilan munosabatda bo'lish, sport etikasi va raqobatbardoshlik kabi fazilatlarni shakllantiradi. Bu sport turida yakka tartibda o'ynash orqali inson o'z kuchini sinovdan o'tkazadi va o'z imkoniyatlarini yanada oshirishga intiladi[3].

O'zbekistonda tennisning rivojlanishi. O'zbekistonda tennis sporti XX asrning ikkinchi yarmidan boshlab rivojlana boshladi. Mustaqillik yillarida esa bu



sport turiga katta e'tibor qaratildi. 2002-yilda O'zbekiston Tennis Federatsiyasi tashkil etildi va xalqaro turnirlarda ishtirok etish yo'lga qo'yildi[5].

O'zbekistonlik tennischilar orasida Denis Istomin, Iroda To'laganova, Sabina Sharipova, Nigina Abduraimova kabi sportchilar xalqaro miqyosda muvaffaqiyat qozonganlar. Toshkentda har yili "Tashkent Open" turniri o'tkaziladi, bu esa yosh sportchilar uchun katta imkoniyat yaratadi. Shuningdek, tennis bolalar sporti dasturlariga kiritilgan bo'lib, mamlakatning barcha viloyatlarida tennis kortlari qurilgan.

Xulosa.

Tennis sporti qadimiy o'yinlardan biri sifatida inson madaniyati va jismoniy rivojlanishining ajralmas qismiga aylangan. U inson organizmini chiniqtiradi, iroda, chidamlilik va tezkorlikni oshiradi. Tennis sportining shakllanishi ko'p asrlar davomida davom etgan bo'lib, bugungi kunda u global darajada millionlab kishilarning sevimli sportiga aylangan. O'zbekistonda ham tennisning ommalashuvi, yoshlar o'rtasida qiziqishning ortishi va sport inshootlarining ko'payishi mamlakat sport tizimining yuksalib borayotganini ko'rsatadi. Tennis nafaqat sport, balki madaniyat, sabr va intellekt uyg'unligining timsoli sifatida insoniyat tarixida o'z o'rmini egallagan.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Sh. Nasirov. Sport tarixi va uning ijtimoiy ahamiyati. – Toshkent: O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya universiteti nashriyoti, 2019.
2. Istomin D. Tennis – Men uchun hayot maktabi. – Toshkent: G'afur G'ulom nashriyoti, 2020.
3. United States Tennis Association (USTA). Official Rules of Tennis. – New York, 2022.
4. International Tennis Federation (ITF). History of Tennis and Modern Rules. – London, 2023.
5. O'zbekiston Tennis Federatsiyasi rasmiy sayti: <https://www.tennis.uz>
6. Sunatov, J. R., Zikrillayeva, F., Husanova, M., & Sanayeva, M. (2025). INGLIZ TILINI O'QITISHDAGI MUAMMOLAR. University Research Base, 560-568.



7. Sunatov, J. R., Rustamov, R., & Dustmurodova, M. (2024). KOMPYUTER LINGVISTIKASIDA FONETIK TAHLIL JARAYON1. Modern Science and Research, 3(5), 191-195.
8. Сунатов, Д., Хусенова, М., Санаева, М., & Зикриллаева, Ф. (2025). О 'zbek tilining xorijda o 'qitilishi. Объединяя студентов: международные исследования и сотрудничество между дисциплинами, 1(1), 139-141.