

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI
JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI

2021/22

60310900-Psixologiya (sport psixologiyasi)
bakalavriat dasturi uchun
QO'LLANMA





Hurmatli talabalar!



Buxoro davlat universitetining professor-o'qituvchilari va xodimlari 90 yillik tarixga ega ilm maskani talabasi bo'lganingiz bilan tabriklaydi. Sizga taqdim etilayotgan ushbu qo'llanmaning maqsadi siz qabul qilingan bakalavriat(magistratura) dasturining asosiy tafsilotlarini tushuntirishdir. Ushbu qo'llanmadagi ba'zi ma'lumotlar bir qarashda murakkab va qo'rqinchli bo'lib ko'rinishi mumkin, lekin siz Universitet va dastur haqida boshlang'ich bilimlarni egallaganingizdan keyin siz ushbu qo'llanmani juda foydali ekanligini tushunib yetasiz. Ushbu qo'llanma sizga dastur tuzilishi, baholash tartiblari, dasturga mas'ul shaxslar va boshqa muhim jihatlarini

tushunishga yordam beradi deb umid qilamiz. Ushbu qo'llanmaning nusxalarini universitet Axborot resurs markazidan topishingiz mumkin.

Tahsil olish jarayonidagi qiyinchiliklar sizning o'zingizdagi kuchli tomonlaringizni kashf qilish va ulardan foydalanish uchun noyob imkoniyatni taqdim etadi. Bu davr sizning xotirangizda iliq fikrlar bilan qoladi va bu yerda orttirgan ko'plab do'stlaringiz bir umr siz bilan qoladi deb umid qilaman.

Kursdagi tengdoshlaringiz turli xil bilimlarga, qobiliyatlarga, umid va intilishlarga ega ekanligini bilib olasiz. Umid qilamizki, siz dastur davomida kursdoshlaringiz bilan muloqot qilish orqali foydali hayotiy tajriba va bilimlarga ega bo'lasiz.

Ba'zilaringiz universitetni tugatgandan so'ng qiziqarli va yuqori maoshli ishga joylashishni maqsad qilgan bo'lsangiz, boshqalaringiz magistratura yoki tadqiqot darajasida o'qishni davom ettirishni xohlashingiz mumkin. Universitet sizga o'qish va shaxsiy rivojlanishingizda yordam berish uchun ko'plab imkoniyatlarni taqdim etadi, ammo o'qish va o'rganish uchun asosiy mas'uliyat sizning o'zingizda qoladi.

Biz sizni doimiy ravishda sinovdan o'tkazadigan va barcha qobiliyatlaringizni kash qiladigan akademik muhitni yaratishga intilamiz. Ezgu maqsadlaringizga erishishingiz uchun barchamiz - siz, o'qituvchilar va Universitet o'rtasida hamkorlikni yo'lga qo'yish juda muhimdir. Keling, maqsadimizga erishish va tahsil olish davringizni qiziqarli va qimmatli bilim va tajribaga boyitish uchun birgalikda harakat qilaylik.

O. X. Xamidov

Buxoro davlat universiteti rektori



MUNDARIJA

Umumiy ma'lumotlar

Universitet haqida	4
BuxDU dasturlari.....	7

Universitet xizmatlari

Talabalar turar joyi	10
Talabalarga xizmat ko'rsatish markazi	11
Axborot resurs markazi	12
Korrupsiyaga qarshi kurash	12
Yoshlar ittifoqi	12
BuxDU xalqaro markazlari.....	13
Sport	13

O'quv yili jarayoni

Oquv jarayoni tashkiliy tuzilmasi	14
UNIWORK tizimidan ro'yxatdan o'tish tartibi	16
HEMIS tizimidan foydalanish bo'yicha ko'rsatmalar	16

Dastur tafsifi va fan platformalari

Dastur haqida	17
Fan platformalari	18

UNIVERSITET HAQIDA


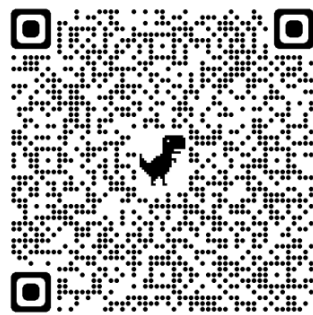
1922-yilda Buxoro Xalq Jumhuriyati qarori bilan Buxoro va Chorjo‘yda xalq maorifi instituti ochildi. Bu – zamonaviy oliy o‘quv yurti tashkil etish yo‘lidagi dastlabki harakat edi. F.Xo‘jayev va A.Fitrat shu institut negizida dorilfunun tashkil etish g‘oyasi bilan chiqdilar, ammo BXJning tugatilishi bilan bu g‘oya amalga oshmay qoldi. 1930-yilga kelib esa Buxoro pedagogika instituti ochildi. Dastlab uning kimyo-biologiya va tarix-ijtimoiyot singari ikki bo‘limida 45 talaba tahsil olgan. Institutning oyoqqa turishida A.Fitrat, Miyonbuzruk Solihov, Muso Saidjonov, B.Cho‘ponzoda, I.Kojin, F.Trudakov, P.Korolenko, N.Merkulovich, V.Abdullayev, G.Yusupov kabi olimlarning xizmatlari katta bo‘ldi. Ikkinchi jahon urushi yillarida bir qator o‘qituvchilar va 47 talaba ko‘ngillilar qatorida urushga ketdi. Bu murakkab davrda talabalarni o‘qishga ko‘proq jalb etish maqsadida Qarshi, G‘ijduvon va Shofirkonda filiallar ochildi. Hozirgi paytda mustaqil O‘zbekistonning yetakchi oliy o‘quv yurtlari darajasiga ko‘tarilgan Xorazm, Qarshi va Termiz davlat universitetlari ilk bor filial sifatida BuxDPI tarkibida ish boshlagan edi.

Institut 1992-yilda universitetga aylantirildi. O‘zbekiston Respublikasi birinchi Prezidenti I.A.Karimovning 1992-yil 28-fevraldagi Farmoniga asosan Buxoro pedagogika institutiga Universitet maqomi berilgach, imkoniyatlar yanada kengaydi.


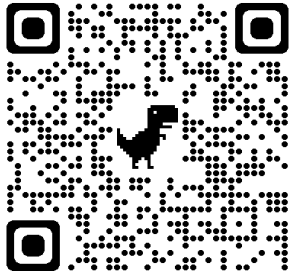
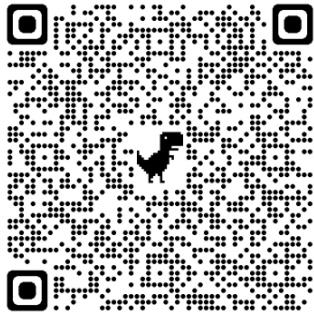
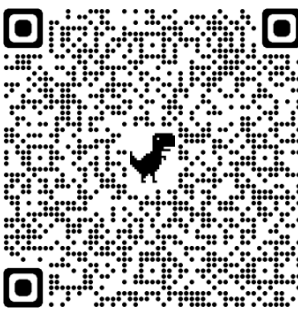
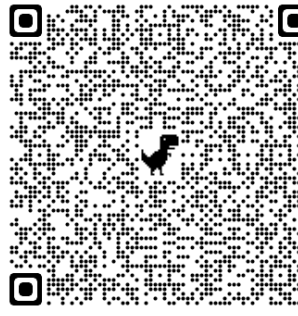
Ayni damda BuxDU respublika OTMlari orasida talabalar soni bo‘yicha 24336 nafar talaba bilan birinchi o‘rini egallab turibdi.

2021-yil 1-yavardan boshlab BuxDUga moliyaviy mustaqillik berildi.

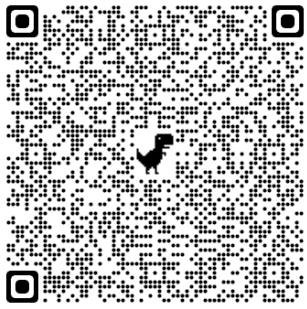
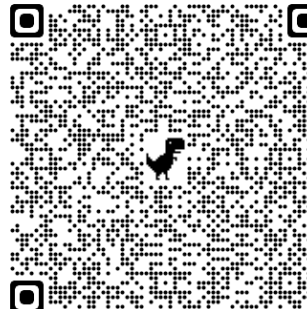
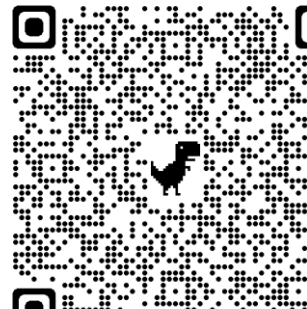

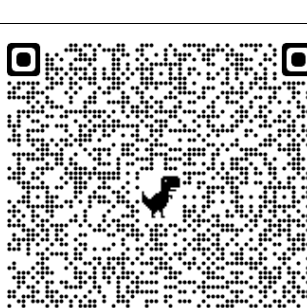
Buxoro davlat universiteti tarkibidagi mavjud fakultetlar va institut joylashuvi:

	Fakultet/ Institut nomi	Joylashgan o‘rni	Xaritada joylashuvi (QR kodni skanerlang)
1	Fizika-matematika fakulteti	Fayzullo Xo‘jayev kampusi Bosh bino (Buxoro, M.Iqbol ko‘chasi 11-uy)	
2	Axborot texnologiyalari fakulteti	Fayzullo Xo‘jayev kampusi Bosh bino (Buxoro, M.Iqbol ko‘chasi 11-uy)	



3	Tabiiy fanlar fakulteti	Fayzullo Xo'jayev kampusi Ikkinchi bino (Buxoro, M.Iqbol ko'chasi 11-uy)	
4	Filologiya fakulteti	Buxoro davlat universitetining Filologiya fakulteti o'quv binosi (200122, Buxoro sh. Alpomish ko'chasi, 1-uy)	
5	Xorijiy tillar fakulteti	Fayzullo Xo'jayev kampusi Uchinchi bino (Buxoro, M.Iqbol ko'chasi 11-uy)	
6	Tarix va madaniy meros fakulteti	Fayzullo Xo'jayev kampusi Uchinchi bino (Buxoro, M.Iqbol ko'chasi 11-uy)	
7	Pedagogika fakulteti	Buxoro davlat universitetining Pedagogika fakulteti binosi	



8	Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim fakulteti	Buxoro davlat universitetining Maktabgacha va boshlang'ich ta'lim fakulteti o'quv binosi	
9	Jismoniy madaniyat fakulteti	Buxoro davlat universitetining Jismoniy madaniyat fakulteti o'quv binosi	
10	Iqtisodiyot va turizm fakulteti	Fayzullo Xo'jayev kampusi Ikkinchi bino (Buxoro, M.Iqbol ko'chasi 11-uy)	
11	Chaqiriqqacha harbiy ta'lim fakulteti	Buxoro davlat universitetining Chaqiriqqacha harbiy ta'lim fakulteti o'quv binosi	
12	San'atshunoslik fakulteti	Buxoro davlat universitetining San'atshunoslik fakulteti o'quv binosi	



13	Agronomiya va biotexnologiya fakulteti	Buxoro davlat universitetining Agronomiya va biotexnologiya fakulteti o'quv binosi	
14	Pedagogika instituti	Buxoro davlat universitetining pedagogika instituti binosi	

Universitet kontakt ma'lumotlari

Tel: (+998) 65 221-29-14

Faks: 8(365) 221-27-07

Rasmiy sayt: <https://buxdu.uz>

E-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz

Joylashuvi:

200117, Buxoro, M.Iqbol ko'chasi 11-uy

BUXDU TA'LIM DASTURLARI

Ayni paytda universitetda 13 ta fakultet, 38 ta kafedra va maxsus sirtqi bo'limi hamda malaka oshirish markazi faoliyat ko'rsatmoqda. Universitetda 57 ta'lim yo'nalishi bo'yicha kunduzgi bakalavriat, 12 ta'lim yo'nalishi bo'yicha sirtqi bakalavriat, 11 ta'lim yo'nalishi bo'yicha kechki bakalavriat, 28 mutaxassislik bo'yicha magistratura dasturlari mavjud.

Kunduzgi bakalavriat ta'lim yo'nalishlari

60230101 Filologiya va tillarni o'qitish: o'zbek tili

60230102 Filologiya va tillarni o'qitish: rus tili

60230112 Filologiya va tillarni o'qitish: ingliz tili

60230113 Filologiya va tillarni o'qitish: nemis tili

60230114 Filologiya va tillarni o'qitish: fransuz tili

60230201 Tarjima nazariyasi va amaliyoti: ingliz tili

60230202 Tarjima nazariyasi va amaliyoti: nemis tili

60230203 Tarjima nazariyasi va amaliyoti: fransuz tili

60220300 Tarix (mamlakatlar va yo'nalishlar bo'yicha)

60220300 Tarix (islom tarixi va manbashunosligi)

60220400 Arxeologiya

60540100 Matematika

60540200 Amaliy matematika



- 60510100 Biologiya (turlari bo'yicha)
60530900 Fizika
60531000 Mexanika va matematik modellashtirish
60530100 Kimyo (turlari bo'yicha)
60530400 Geografiya
60211400 Vokal san'ati: an'anaviy xonandalik
60211500 Cholg'u ijrochiligi (turlari bo'yicha)
60210500 Rangtasvir: dastgohli
60210800 Amaliy san'at: badiiy kulolchilik
60212000 Madaniyat va san'at muassasalarini tashkil etish hamda boshqarish
60310900 Psixologiya (amaliy psixologiya)
60310900 Psixologiya (sport psixologiyasi)
60310900 Psixologiya (oilalar psixologiyasi)
60320100 Jurnalistika: bosma axborot vositalari jurnalistikasi
60320200 Axborot xizmati va jamoatchilik bilan aloqalar
60310100 Iqtisodiyot (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60412500 Marketing (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60411300 Biznesni boshqarish (tarmoqlar bo'yicha)
60410800 Statistika (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60410100 Buxgalteriya hisobi va audit (tarmoqlar bo'yicha)
60411700 Logistika (agrologistika)
60412400 Agrobiznes va investision faoliyat
60710200 Biotexnologiya (tarmoqlar bo'yicha)
60610100 Komp'yuter ilmlari va dasturlash texnologiyalari (yo'nalishlar bo'yicha)
60610200 Axborot tizimlari va texnologiyalari (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
- 60710400 Ekologiya va atrof-muhit muhofazasi (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60810700 Agrokimyo va agrotuproqshunoslik
60811000 O'simliklarni himoya qilish (ekin turlari bo'yicha)
60811300 Qishloq xo'jalik mahsulotlarini saqlash va dastlabki ishlash texnologiyasi (mahsulotlar turlari bo'yicha)
60811800 Mevachilik va uzumchilik
60811900 Sabzavotchilik, polizchilik va kartoshkachilik
60812000 Issiqxona xo'jaligini tashkil etish va yuritish
60920100 Ijtimoiy ish (oilalar va bolalar bilan ishlash)
60920100 Ijtimoiy ish (fuqarolarning o'z-o'zini boshqarish organlari)
61010100 Mehmonxona xo'jaligini tashkil etish va boshqarish
61010400 Turizm (faoliyat yo'nalishlari bo'yicha)
61010300 Sport faoliyati: kurash
61010302 Sport faoliyati: boks
61010303 Sport faoliyati: voleybol
61010313 Sport faoliyati: futbol
61010316 Sport faoliyati: erkin kurash
61010501 Gid hamrohligi va tarjimonlik faoliyati: ingliz tili
61010502 Gid hamrohligi va tarjimonlik faoliyati: nemis tili
61010503 Gid hamrohligi va tarjimonlik faoliyati: fransuz tili
60610600 Dasturiy injiniring

Sirtqi bakalavriat ta'lim yo'nalishlari

- 60230101 Filologiya va tillarni o'qitish: o'zbek tili
60540100 Matematika
60510100 Biologiya (turlari bo'yicha)
60530400 Geografiya
60310900 Psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha)
60310100 Iqtisodiyot (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60412500 Marketing (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
- 60410100 Buxgalteriya hisobi va audit (tarmoqlar bo'yicha)
60920100 Ijtimoiy ish (fuqarolarning o'z-o'zini boshqarish organlari)
61010100 Mehmonxona xo'jaligini tashkil etish va boshqarish
61010400 Turizm (faoliyat yo'nalishlari bo'yicha)
61010313 Sport faoliyati: futbol



Kechki bakalavriat ta'lim yo'nalishlari

60230101 Filologiya va tillarni o'qitish: o'zbek tili
60540200 Amaliy matematika
60310100 Iqtisodiyot (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
60411300 Biznesni boshqarish (tarmoqlar bo'yicha)
60412500 Marketing (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)

60410100 Buxgalteriya hisobi va audit (tarmoqlar bo'yicha)
60610600 Dasturiy injiniring
61010100 Mehmonxona xo'jaligini tashkil etish va boshqarish
61010400 Turizm (faoliyat yo'nalishlari bo'yicha)
61010316 Sport faoliyati: erkin kurash
61010303 Sport faoliyati: voleybol

Magistratura ta'lim yo'nalishlari

70260502 Adabiyotshunoslik: o'zbek adabiyoti
70260502 Adabiyotshunoslik: ingliz adabiyoti
70230502 Adabiyotshunoslik: rus adabiyoti
70230101 Lingvistika: o'zbek tili
70230101 Lingvistika: ingliz tili
70230101 Lingvistika: fransuz tili
70230101 Lingvistika: rus tili
70230201 Qiyosiy tilshunoslik, lingvistik tarjimashunoslik (ingliz tili)
70220301 Tarix (yo'nalishlar va faoliyat turi bo'yicha)
70220303 Tarixshunoslik, manbashunoslik va tarixiy tadqiqot usullari (mamlakatlar bo'yicha)
70220401 Arxeologiya
70230301 Matnshunoslik va adabiy manbashunoslik (tillar bo'yicha)
70230501 Etnografiya, etnologiya va antropologiya
70540101 Matematika (yo'nalishlar bo'yicha)
70540201 Amaliy matematika (sohalar bo'yicha)

70510101 Biologiya (fan yo'nalishi bo'yicha)
70530901 Fizika (yo'nalishlar bo'yicha)
70530904 Qayta tiklanuvchi energiya manbalari va barqaror atrof-muhit fizikasi
70530905 Yarim o'tkazgichlar fizikasi
70530101 Kimyo (fan yo'nalishi bo'yicha)
70530402 Geografiya (o'rganish ob'ekti bo'yicha)
70530701 Tuproqshunoslik (tadqiqot turi bo'yicha)
70310901 Psixologiya (faoliyat turlari bo'yicha)
70310102 Iqtisodiyot (tarmoqlar va sohalar bo'yicha)
70610101 Komp'yuter ilmlari va dasturlash texnologiyalari (yo'nalishlar bo'yicha)
70610204 Axborot tizimlari (tarmoqlar bo'yicha)
71010401 Turizm (faoliyat turlari bo'yicha)
71010401 Turizm (ziyosat turizmi)

UNIVERSITET XIZMATLARI

Buxoro davlat universitetida talabalar o'zlarini qiynaydigan muammolariga oson yechim topishi, fan yuzasidan berilgan topshiriqlarni chuqur o'zlashtirishi, darsdan tashqari vaqtlarini qiziqarli va samarali tashkil qilishlari, ishtimoiy jihatdan faol bo'lishlari, sog'lom va malakali kadrlar bo'lib yetishishlarini ta'minlash maqsadida bir qator bo'lim va markazlari faoliyati yo'lga qo'yilgan:

- Talabalarga xizmat ko'rsatish markazi;
- Axborot resurs markazi;
- Universitet markazlari;
- Yoshlar ittifoqi;
- Universitet matbuot xizmati;
- Sport inshootlari;
- Korrupsiyaga qarshi kurash.

TALABALAR TURAR JOYI



Buxoro Davlat universitetida 7 ta talabalar turar joyi binolari mavjud bo'lib, ularda jami 2048 ta o'rin talabalar yashashi uchun mo'ljallangan. 1-6- binolar sig'imi 275 o'rindan bo'lib, jami 1650 o'rindan, 7-bino sig'imi 398 o'rindan iborat. Nogiron talabalar uchun alohida har bir binoda 3 o'rinli xona ajratilgan.

TTJ binolarida jami 64 ta oshxonada mavjud bo'lib, 128 dona elektr plita va har bir oshxonada 1 donadan jami 64 dona muzlatgich o'rnatilgan. 8 ta kir yuvish xonasida 13 dona zamonaviy kir yuvish mashinalari o'rnatilgan. 12 ta dazmollash xonasida 72 dona dazmol mavjud. Binolarning har bir qavatida hojatxona va yuvinish xonasi (dush) tashkil etilgan va faoliyat olib bormoqda.

Talabalar turar joyi foyesida 10 ta zamonaviy kompyuter qo'yilgan va internet tarmog'iga ulangan. Binolarning har bir qavatida bittadan hamda fayelarda jami 30 ta televizor qo'yilgan. TTJ binolarining har bir qavatida ma'naviyat xonalari tashkil etilgan.



Qulayliklar:

- Kompyuter xonalari;
- Dars xonalari;
- Internet;
- Umumiy oshxonada;
- Umumiy yuvinish xonasi;
- Umumiy hojatxona;
- Dam olish xonasi.

Talabalar turar joyiga onlayn ariza berish:

<http://uniwork.buxdu.uz/yotoqxona.asp>

Joylashuvi: Bosh bino 1-qavat 124 xona

Ish vaqti: 8:30 dan 16:30 gacha

Ish kunlari: Dushanbadan shanbagacha

Ko'rsatiladigan asosiy xizmatlar:

- O'qish to'g'risida ma'lumotnoma olish;
- Diplom (duplikat) olish;
- To'lov shartnomasini olish;
- Harbiy bo'limdan ma'lumotnoma olish;
- Transkript olish;
- O'qishni ko'chirish haqida ma'lumotnoma olish;
- Akademik ta'til haqida ma'lumot olish;
- Talabalar safidan chetlashtirish ma'lumot olish;
- O'qishni tiklash haqida ma'lumot olish;
- Shaxsiy ma'lumotlarni o'zgartirish haqida so'rov jo'natish;
- Karyera markazi haqida ma'lumot olish;
- Ichki tartib qoidalar haqida ma'lumot olish;
- Universitetdagi mavjud kurs va markazlar haqida ma'lumot olish;
- Talabalar turar joyi haqida ma'lumot olish;
- UNIWORK platformasidan ro'yxatdan o'tish bo'yicha ma'lumot olish;
- Shikoyat va takliflar jo'natish;
- Fakultetlar haqida ma'lumot olish;
- Ta'lim yo'nalishlari haqida ma'lumot olish;
- Guruhdan guruhga o'tish bo'yicha ma'lumot olish;
- Talabalar almashinuvi haqida ma'lumot olish;
- O'quv shartnomasi (learning agreement) olish;
- "Credit recognition" olish;
- Fanlarga registratsiya qilish;
- Imtihonlarga appelyatsiya berish;
- Imtihonlarga sababli kirmaganlik to'g'risida ma'lumot jo'natish;
- Talabalaik guvohnomalarini olish;
- Yillik akademik calendar haqida ma'lumot olish;
- Darslar jadvali haqida ma'lumot olish;
- Yakuniy imtihonlar jadvali haqida ma'lumotlar olish;
- Baholash natijalari haqida ma'lumot olish (imtihon, kursishi natijalari va jarayonlari haqida);
- Stipendiyalar haqida ma'lumot olish;
- Ilmiy konferensiyalar haqida ma'lumot olish;
- Sertifikatlar olish;
- Akademik grantlar haqida ma'lumot olish;

Telefon: +99865-221-26-37

E-mail: buxduregister@buxdu.uz

buxduregister@gmail.com



AXBOROT RESURS MARKAZI

Joylashuvi: BuxDU asosiy kampus,

Ish vaqti: 8:30 dan 16:30 gacha

Ish kunlari: Dushanbadan shanbagacha

Ko'rsatiladigan asosiy xizmatlar:

- Kutubxona fondidagi kitoblarni talabalarga va o'qituvchilarga mutola qilsih uchun berish;
- Elektron kutubxona fondni yangilab borish;
- Talabalarga ta'limga tegishli kompyuter va internet xizmatlaridan foydalanishiga imkoniyat yaratib berish;
- Badiiy kechalar tashkil etish.

Buxoro davlat universitetining elektron kutubxonasi: <http://elib.buxdu.uz>

Telefon: +99865-221-29-14

E-mail: h.l.salixova@buxdu.uz

KORRUPSIYAGA QARSHI KURASHISH "KOMPLAENS-NAZORAT" TIZIMINI BOSHQARISH BO'LIMI

Buxoro davlat universitetining Korruptsiyaga qarshi kurashish "komplaens-nazorat" tizimini boshqarish bo'limi o'quv yili mobaynida, dars jarayonlarida, nazorat imtihonlarida yoki bitiruv malakaviy ishlarida pedagog-xodimlar va talabalar orasida ta'magirlik, poraxo'rlik va moddiy manfaatdorlik kabi holatlarning yuz berishini oldini olish asosiy vazifasi hisoblanadi. Yuqoridagiholatlarning birortasiga duch kelsangiz bo'limga murojaat qiling!

Telefon: +998883060666

E-mail: buxdu_korrupsiyagaqarshikurash@mail.ru

Telegram: @anti_corbot

t.me/BuxDu_KorrupsiyagaQarshiKurash

BUXDU YOSHLAR ITTIFOQI

Buxoro davlat universiteti Yoshlar ittifoqi quyidagi vazifalarni bajaradi:

Iqtidorli, faol, intiluvchan talabalarni har taraflama qo'llab-quvvatlash va ularning istedodlarini ro'yobga chiqarish

Talabalarning darsdan bo'sh vaqtlarini samarali tashkil etishda ko'maklashish, to'garaklar tashkil etish.

BUXDU XALQARO MARKAZLARI

JICA markazi: Yaponiyaning JICA xalqaro markazi bilan hamkorlikdagi yapon tili va madaniyatini o'rgatuvchi markaz.

Joylashgan o'rni: Buxoro davlat universiteti, Bosh bino 3-qavat



KOICA markazi: Koreyaning KOICA xalqaro markazi bilan hamkorlikdagi koreys tili va madaniyatini o'rgatuvchi markaz.

Joylashgan o'rni: Buxoro davlat universiteti, Bosh bino 3-qavat 323-xona



SPORT

Universitet talabalarining sport bilan shug'ullanib jismonan sog'lom bo'lishi uchun universitet hududida bir qator qulayliklar yaratilgan. Gimnastika va badiiy gimnastikaga ixtisoslashtirilgan 24x12 metrli, sport o'yinlari (mini futbol, voleybol, qo'l to'pi, basketbol) sport turlariga ixtisoslashtirilgan 36x18 metrli, yakkakurash turlariga ixtisoslashgan 45x25 metrli kurash zali, 24x12 metrli boks sport zallari mavjud. Talabalar ta'lim olishida usti yopiq sport inshootlaridan tashqari 2 ta 40x20 metrli kichik, 1 ta 110x90 metrli katta futbol maydoni, 400 metrli yangi atletika yo'lasi, uzunlikka sakrash, yado, granata uloqtirish sektorlari, 1 ta voleybol, 2 ta basketbol va katta tennis maydonlari talabalarimizga ta'lim yo'nalishi bo'yicha bilimlarini boyitishga xizmat qilmoqda.

O'QUV JARAYONINING TASHKILY TUZILMASI

Buxoro davlat universitetida bakalavr ta'lim dasturlari 3 yil yoki 4 yil, magistratura dasturlari 2 yilni tashkil etadi. Buxoro davlat universiteti 2019/2020 o'quv yilidan boshlab kredit-modul tizimida o'qishni tashkil qilib kelmoqda. O'quv jarayonida turli xil xato va kamchiliklarni oldini olish maqsadida talabalardan kredit-modul tizimi to'g'risida bir qator ma'lumotlar bilan tanishib chiqishlari shart.

Kredit-modul tizimida 1 kredit o'rtacha 25 — 30 akademik soatlik o'quv yuklamasiga teng. Ya'ni talaba muayyan fandan tegishli kreditlarni to'plashi uchun ma'lum miqdordagi o'quv yuklamasini o'zlashtirishi zarur. O'quv yuklamasi bakalavriatda — 40 — 50% auditoriya soati, 50 — 60% mustaqil ish soatiga, magistraturada — 30% — 40% auditoriya soati, 60-70% mustaqil ish soatiga (malakaviy amaliyot va bitiruv malakaviy ishlari bundan mustasno) bo'linadi.

Bakalavriat ta'lim yo'nalishlari va magistratura mutaxassisliklarida talaba odatda bir semestrda 30 kredit, bir o'quv yilida 60 kredit to'plashi belgilanadi. Semestr davomida talaba tomonidan o'zlashtirilishi lozim bo'lgan kreditlar hajmi o'quv rejasida ko'rsatilgan majburiy va tanlov fanlarini o'z ichiga oladi. Talaba o'zining shaxsiy ta'lim trayektoriyasini shakllantirishda har bir semestr uchun 30 kredit hajmidagi fanlarni o'zlashtirishni nazarda tutishi, ular tarkibida namunaviy o'quv rejasidagi majburiy fanlar bo'lishi shart.

Bir fanga ajratilgan auditoriya soatining 25 foizini va undan ortiq soatni sababsiz qoldirgan talaba ushbu fandan chetlashtirilib, yakuniy nazoratga kiritilmaydi hamda mazkur fan bo'yicha tegishli kreditlarni o'zlashtirmagan hisoblanadi. Yakuniy nazorat turiga kiritilmagan yoki kirmagan, shuningdek, ushbu nazorat turi bo'yicha qoniqsiz baho olgan talaba akademik qarzdor hisoblanadi.

O'quv yili davomiyligi 36 haftagacha bo'lib, shundan 30 haftasi akademik davrga, 2 haftasi fanlarni tanlash uchun ro'yxatdan o'tishga, 4 haftasi attestatsiyalarga ajratiladi.

Ta'lim oluvchini kursdan kursga o'tkazish uning GPA qiymatini hisobga olgan holda amalga oshiriladi. BuxDUda talabalarni kursdan kursga o'tkazishda GPA ko'rsatkichini 2.8 etib belgilangan. GPA o'tish ballini to'play olmagan talaba qayta o'qish uchun tegishli kursda qoldiriladi. Semestr va o'quv yili yakuni natijalari bo'yicha akademik qarzdorligi bor ta'lim oluvchilar o'qishdan chetlashtirilmaydi. Kursdan kursga qolgan talabalar faqat qarzdor bo'lgan fanlarni o'zlashtirib ularga mos ravishda shartnoma mablag'larini to'laydi. Shartnoma asosida bir kursda qayta o'qish soni chegaralanmaydi. Jami ta'lim olish muddati bakalavriat uchun 1 kursga o'qishga qabul qilinganidan so'ng 8 yilgacha, magistratura uchun 1 kursga o'qishga qabul qilinganidan so'ng 4 yilgacha deb belgilangan.

Asosiy tushunchalar izohi:

GPA (Grade Point Average) — ta'lim oluvchining dastur bo'yicha o'zlashtirgan ballari o'rtacha qiymati.

akademik mobillik — oliy ta'lim muassasasi talabalarining muayyan vaqt mobaynida respublika hududidagi yoki chet eldagi boshqa bir oliy ta'lim muassasasiga o'qish maqsadida borishi;

mobillik dasturi — ikki yoki undan ortiq oliy ta'lim muassasasi o'rtasida o'zaro ta'lim to'g'risidagi kelishuv asosida tashkil etilgan akademik mobillik dasturi;

kredit — ta'lim olish natijalariga ko'ra talaba tomonidan muayyan fan bo'yicha o'zlashtirilgan o'quv yuklamasining o'lchov birligi. Kreditlar qoidaga muvofiq butun, kasr sonlarda ifodalanishi mumkin;

oliy ta'lim muassasasi — belgilangan miqdordagi kreditlarni tan olishni hisobga olgan holda ta'lim va malaka to'g'risidagi hujjat beruvchi muassasa;

kreditlarni berish — malaka yoki uning alohida qismlariga qo'yilgan talablarga muvofiq erishilgan ta'lim olish natijalariga ko'ra talaba yoki boshqa ta'lim oluvchilarga kreditlarni rasmiy taqdim etish jarayoni;



kreditlarni ko‘chirish — talabalarning akademik mobilligini ta‘minlash maqsadida bir oliy ta‘lim muassasasi ta‘lim dasturi bo‘yicha olingan kreditlarni boshqa oliy ta‘lim muassasasiga ko‘chirish va tan olish;

kredit to‘plash — ta‘lim elementlarini o‘zlashtirish va boshqa yutuqlarga erishish natijasida taqdim etiladigan kredit birliklarini to‘plash;

talabaning shaxsiy ta‘lim trayektoriyasi — talaba tomonidan tanlangan hamda unga ketma-ketlikda bilimlar to‘plash va xohlagan kompetensiyalar yig‘indisiga ega bo‘lish imkoniyatini beradigan yo‘nalish (marshrut). Ta‘lim trayektoriyasi institutsional hujjatlar va yo‘riqnomalar yordamida tuzilishi hamda turli ta‘lim trayektoriyalari natijada bir xil malaka olishga olib kelishi mumkin;

ta‘lim dasturi — bakalavriat ta‘lim yo‘nalishi yoki magistratura mutaxassisligi bo‘yicha o‘quv jarayonini amalga oshirishga mo‘ljallangan ta‘limning asosiy xususiyatlari (hajmi, mazmuni, rejalashtirilgan natijalar), tashkiliy-pedagogik shart-sharoitlar, fan dasturlariga quyilgan umumiy talablar, shuningdek, ta‘limni tashkil etish va amalga oshirish uchun zarur bo‘lgan axborot-resurs va o‘quv-metodik ko‘rsatmalar majmui;

ta‘lim natijalari — talaba tomonidan o‘zlashtirilgan va baho bilan tasdiqlangan malaka darajasini aks ettiradigan, ta‘lim jarayonini muvaffaqiyatli tugallagach talaba o‘zlashtirgan ko‘nikmalar va ularni amalda bajarish qobiliyatining tavsifi;

o‘qish yuklamasi — talaba tomonidan o‘quv faoliyatining barcha turlari — ma‘ruza, amaliy mashg‘ulot, seminar, laboratoriya ishi, kurs loyihasi (ishi), amaliyot va mustaqil ishni amalga oshirish asosida kutilgan o‘quv natijalariga erishish uchun zarur bo‘lgan soatlar hajmi;

ro‘yxatga olish xizmati — ta‘lim jarayonini boshqarish axborot tizimlari va dasturiy mahsulotlardan foydalanib professor-o‘qituvchilar, xodimlar va talabalar bo‘yicha ta‘lim jarayoniga oid ma‘lumotlar bazasini shakllantirishni, shuningdek, talabalarning barcha o‘quv natijalarini ro‘yxatga olish, bilimni nazorat qilish hamda ularning akademik reytingini hisoblashning barcha turlarini tashkil etishni nazarda tutuvchi xizmatlar;

ta‘lim elementlari — ta‘lim dasturining bir qismi bo‘lib, ta‘lim olish natijalariga erishish va ta‘lim dasturida ko‘rsatilgan bilimlarni o‘zlashtirishga ko‘maklashuvchi o‘qitish turi;

transkript — ta‘lim olishning tegishli davrida o‘zlashtirilgan kreditlar va baholarning harf va raqamlardagi ifodasi ko‘rsatib o‘tilgan fanlar ro‘yxatini o‘z ichiga olgan belgilangan shakldagi hujjat.



UNIWORK TIZIMI

UNIWORK tizimi Buxoro davlat universiteti xodimlari, talabalari, abituriyentlar va fuqarolarga universitet xizmatlarini onlayn tarzda amalga oshiruvchi platforma bo'lib unda talabalar shaxsiy hujjatlar jildi, talabaning shaxsiy ta'lim trayektoriyasini shakllantirish, to'lov kontraktidan qarzdorlikni aniqlash, dars jadvalini kuzatish, fanlardan test nazoratlarini topshirish va boshqa interaktiv xizmatlarni ko'rsatishga mo'ljallangan platforma hisoblanadi.

Platformaga o'tish linki: <http://uniwork.buxdu.uz/>

UNIWORK tizimidan ro'yxatdan o'tish uchun video qo'llanma:

<https://www.youtube.com/watch?v=WeA-54rPgOM>

HEMIS TIZIMI

HEMIS axborot tizimi oliy ta'lim muassasalarining asosiy faoliyatlarini avtomatlashtirish hisobiga ma'muriy xodimlar, professor-o'qituvchilar va talabalarga elektron ta'lim xizmatlarini taqdim etadi. Axborot tizimi oliy ta'lim muassasalari bilan Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi o'rtasida axborot ko'prigi vazifasini o'taydi hamda oliy ta'lim muassasalaridan olinadigan turli xil ma'lumotlar sonini keskin kamaytirish, ularning qog'oz shaklidan voz kechish va boshqaruv tizimini raqamlashtirishga xizmat qiladi.

Platformaga o'tish linki: <https://student.buxdu.uz/tg/dashboard/login>

HEMIS tizimidan foydalanish haqida video qo'llanma:

<https://www.youtube.com/watch?v=2CWjW9mWGUc>



**60310900-PSIXOLOGIYA (SPORT PSIXOLOGIYASI) BAKALAVRIAT TA'LIM
YO'NALISHINING UMUMIY TASNIFI**

Ta'lim shakllari: kundizgi

Ta'lim tillari: o'zbek

Dastur davomiyligi: 4 yil

Beriladigan daraja: bakalavr

Dastur nomi

Dastur Kod

Psixologiya(sport)

60310900

60310900 - Psixologiya(sport) ta'lim yo'nalishi ta'lim oluvchi bir semestrda 30 kredit, bir o'quv yilida 60 kredit to'plashi zarur. O'qish muddati 4 yil bo'lib, talaba dastur yakunlangunguna qadar 240 kredit to'lashi kerak. Talaba uchun bir ECTS kreditning soatlardagi miqdori 30 akademik soatni tashkil etib, talabaning bir yillik o'quv yuklamasi 1800 akademik soatdan iborat bo'ladi. Shundan – 40% auditoriya soati, 60% mustaqil ta'lim soatiga bo'linadi. Semestr davomida talaba tomonidan o'zlashtirilishi lozim bo'lgan kreditlar hajmi fanlar katalogida ko'rsatilgan majburiy va tanlov fanlarini o'z ichiga oladi.

60310900- Psixologiya(sport) “Ijtimoiy xulq atvorga mansub fanlar” mutasaddilik ta'lim sohasiga oid yo'nalish bo'lib, shaxsning sport faoliyati yo'nalishida, xulq –atvor va muomalada, ya'ni insonlarning bilish jarayonlari va individual-psixologik xususiyatlari mohiyatini, shaxslararo munosabat mexanizmlarini; shaxsni sport jamoasida shakllanish qonuniyatlarini, ya'ni psixika va ongning taraqqiyot bosqichlari inson roli va mavqeini; insonlar aqliy salohiyati va iqtidor darajalarini bashoratlashni tadqiq etish bilan bog'liq kompleks masalalar majmuasini qamrab oladi.

60310900 - Psixologiya(sport) ta'lim yo'nalishi bitiruvchilarining kasbiy faoliyat turlari:

- Bolalar va o'smirlar sport maktablari;
- Ixtisoslashtirilgan bolalar va o'smirlar sport maktablari;
- Olimpiya ixtisoslashtirilgan bolalar va o'smirlar sport maktablari;
- Oliy mahorat sport maktablari;
- Oliy sport mahorat maktablari;
- Respublika oliy sport mahorat maktablari
- Olimpiya zaxiralari kollejlari;
- O'zbekiston milliy olimpiya qo'mitasi qoshidagi, sportchilarni riabilitatsiya qilish va sog'lomlashtirish markazlari;
- Sport federatsiya (uyushma)lari;
- Sport klublari va milliy terma jamoalari;
- Aholiga (xususiy) psixologik xizmat ko'rsatish va riabilitatsiya markazlari;
- Psixologik-pedagogik tashxiz markazlari.

60310900- Psixologiya(sport) ta'lim yo'nalishi bitiruvchilari O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan belgilanadigan xizmat ko'rsatish sohalarini qamrab oluvchi magistratura mutaxassisliklari bo'yicha belgilangan muddatlarda o'qishni davom etirishlari mumkin.



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Jismoniy tarbiya sport nazariyasi va uslubiyati		
Fan kodi: JTSpNUM 1009	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 9	davomiyligi: 3 semestr
Kafedra: Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyati		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Psixologiya (sport)		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Nazarova Nigora Erkinovna		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 270	Email: nigora_2017@bk.ru	
Fan seminar va laboratoriya mashg'ulotlari o'qituvchisi(lari): Nazarova N.E		
Prerekvizitlar: Ushbu fanni o'rganish talabaga o'z sohasini yanada chuqurroq o'rganish va kasbiy bilimlarini tushunarli, qiziqarli ravishda taqdim etish, kelajakda jismoniy tarbiya, bolalar sporti va sport tizimi sohasida mustaqil samarali faoliyat olib borish inkonini beradi.		Tanlov turi: majburiy fan
<p>Fanning qisqacha bayoni: Jismoniy tarbiya sport nazariyasi va uslubiyati fani boshqaruvchi fan bo'lib, bo'lajak yosh mutaxassis kadrlarga jismoniy madaniyat va sport bo'yicha to'liq bilim beradi. Insonning sog'lom baquvvat bo'lib rivojlanishlariga va ularni har tomonlama barkamol qilib tarbiyalashga o'rgatadi. O'quvchilarni jismoniy sifatlarni tarbiyalash va takomillashtirishni o'rgatishga ko'maklashadi. Shuningdek, ularning nazariy bilim, amaliy harakat ko'nikma va malakalarini shakllantirishning nazariy asoslarini o'rgatadi. Shu munosabati bilan davlatimiz tomonidan chiqarilgan jismoniy madaniyat va sport bo'yicha me'yoriy-huquqiy hujjatlarni o'rgatishda muhim ahamiyat kasb etadi.</p> <p>Ushbu fan jismoniy tarbiya va sport ta'limining tarkibiy qismlari, uning vosita va usublari, tamoyillari, ta'lim tizimidagi o'rni kabi masalalarni qamrab oladi. Jamiyatda jismoniy tarbiya va sportning mazmun-mohiyati hamda o'rni, mamlakatni demokratlashtirish va jahon hamjamiyatidagi nufuzini oshirishda jismoniy tarbiya va sportning o'rni qanchalik muhim ekanligini tushinishda talabalarni ular uchun zarur bo'lgan bilimlar bilan qurollantiradi.</p>		

Fanning maqsadi: Jismoniy tarbiya asoslarining chuqur nazariy anglanishini ta'minlash, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha pedagogning kasbiy faoliyatidagi asosiy nazariy usuliy qoidalarni amalga oshirish malakasini shakllantirishdan iborat.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilish, rejalashtirish, nazorat qilish va o'tkazish;
- harakatlarga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish;
- harakatlarga o'rgatishda qo'llaniladigan vosita, uslub va tamoyillarni tahlil qilish;
- jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati fanining rivojlanish tarixi;
- jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi funksiyalari;
- ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya va sportning tashkil qilinishi hamda uning ahamiyati;
- jismoniy tarbiya tizimlari, sportchilarni tayyorlash asoslari, ommaviy-sport va sog'lomlashtirish ishlari va ularning ahamiyati haqida tasavvurga ega bo'lishi;



Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari katta sig'imli, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.

Amaliy mashg'ulotlar

Amaliy mashg'ulotlar multimedia qurilmalari bilan jihozlangan auditoriyada har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar faol va interfaol usullar yordamida o'tiladi, "Keys-stadi" texnologiyasi ishlatiladi. Ko'rgazmali materiallar va axborotlar multimedia qurilmalari yordamida uzatiladi. Shuningdek, mavzudan kelib chiqib dars mashg'uloti bolalar va o'smirlar sport maktablari hamda olimpiya zaxiralari kollejlariida sayyor dars tarzida olib boriladi.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan insholar, taqdimotlar, guruh bilan ishlanmalar, referatlar tayyorlanadi.

№	Fan mavzulari	Ma'ruza soatlar hajmi	Seminar soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fanining predmeti. Maqsad va vazifalari. Asosiy tushunchalari	2	2	
2	Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fanining rivojlanish tarixi hamda uning boshqa tarbiya turlari bilan aloqadorligi.	2	2	
3	Jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi asosiy funktsiya va shakllari.	2	2	
4	Jismoniy tarbiyaning vositalariga tavsif.	2	2	
5	Jismoniy tarbiyaning umumpedagogik uslublari. Jismoniy tarbiyaning maxsus uslublari.	4	4	
6	Jismoniy mashqlarni bajarishda yuklama va dam olishning o'zaro bog'liqligi	2	2	
7	Jismoniy tarbiyaning umumiy va uslubiy tamoyillariga tavsif.	2	2	
8	Harakat faoliyatini shakllantirishning qonuniyatlari. Harakatlarga o'rgatish jarayoni bosqichlarining xususiyatlari va tuzilishi.	2	4	
9	Jismoniy sifatlarning umumiy tavsifi va ularni rivojlantirishni nazorat qilish	2	2	16
10	Koordinatsion qobiliyatlarni tarbiyalash.	2	2	16
11	Tezkorlik qobiliyatini tarbiyalash	2	2	18
12	Egiluvchanlik qobiliyatini tarbiyalash.	2	2	18
13	Jismoniy tarbiya jarayonida tana vazni va qaddi-qomatni shakllantirish.	2	2	
14	Kuch qobiliyatini tarbiyalash.	2	2	18
15	Chidamlilikni tarbiyalash.	2	2	14
16	Ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasi. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi	2	4	
17	Jismoniy tarbiya darsi mashg'ulotlarning asosiy shakli sifatida, uning tuzilishi. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish shakllari. Sinfdan va maktabdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya tizimi.	2	6	
18	Jismoniy tarbiya bo'yicha maktab dasturi va asosiy rejalashtirish hujjatlarining tavsifi	2	2	10



19	Maktab jismoniy tarbiya kursining yillik reja-grafigini ishlab chiqish texnologiyasi asoslari	2	4	10
20	Har bir darsning ishchi rejasini tuzish uslubiyati. Jismoniy tarbiya bo'yicha dars konspektini tuzish uslubiyati.	2	4	10
21	Jismoniy tarbiya darslarida pulsometriya olib borish uslubiyati. Jismoniy tarbiya darslarida xronometraj olib borish uslubiyati.	2	4	10
22	Jismoniy tarbiya darsida pedagogik tahlil o'tkazish uslubiyati.	2	2	10
23	O'rta maxsus kasb-hunar va oiliy ta'lim tizimlarida jismoniy tarbiya.	2	2	
24	Kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlik tizimida jismoniy tarbiya. Mehnatni ratsional tashkil qilish tizimida jismoniy tarbiya.	2	4	10
25	Keksa yoshdagilar jismoniy tarbiyasi. Sog'lomlashtirish jismoniy tarbiyaning nazariy uslubiy asoslari	2	4	
Jami		50	70	150

Adabiyotlar

1. Salamov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati. 1 tom. Darslik. ITA-PRESS. T.-2014 220 b.
2. Salamov R.S. Sport mashg'ulotlarining nazariy asoslari. 2 tom. Darslik. ITA-PRESS. T.,-2015 210 b.
3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Учебник. Москва. – 2010. 210 с.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. Учебник. Москва. – 1991. 200 с.
5. Юнусова Ю.М. Основы методики физической культуры. Учебная пособия. T.,-2005 250 с.
6. Abdullayev A., Xonkeldiyev Sh.X. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. Darslik. T.,- 2005. 300 b.
7. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. Darslik. T.,- 2005. 180 b.
8. Tulenova X, Xo'jayev P, Xo'jayeva M, Meliyev H. Jismoniy tarbiya nazaryasi va metodikasi (1 qism)Maktabgacha ta'lim va bolalar sporti ta'lim yo'nalishi talabalari uchun uchun qo'llanma.-T "IQTISOD-MOLIYA",2012

Kontakt soatlari*: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murijaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Chorshanba	10.00 – 12.00	518
2.	Juma	10.00 – 12.00	518

Baholash:

Nazorat soni	Oraliq nazorat		Joriy nazorat	Yakuniy nazorat	Jami ball
	I	II	I	I	
Ajratilgan ball	15	15	20	50	100
Nazorat turi	Yozma ish (10 ball) Essay tayyorlash	Keys studyga yechim toppish	Test (5 ball) Mustaqil ta'lim yuzasidan taqdimot (10 ball)	Guruh loyihasi tayyorlashdagi ishtiroki (30 ball) Yakuniy test (20 ball)	



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi		
Fan kodi: JTSPedM1004	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 4	Davomiyligi 4 semestr
Kafedra: Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Psixologiya (sport)		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Xakimov X.N		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 120	x.n.xakimov@buxdu.uz	
Fan seminar va amaliy mashg'ulotlari o'qituvchisi(lari): X.N.Xakimov		
Prerekvizitlar: Ushbu fanni o'rganish talabaga o'z sohasini yanada chuqurroq o'rganish va kasbiy bilimlarini tushunarli, qiziqarli ravishda taqdim etish, kelajakda jismoniy tarbiya, bolalar sporti va sport tizimi sohasida mustaqil samarali faoliyat olib borish inkonini beradi.	Tanlovturi: majburiy	
Fanning qisqachabayoni: – talabalarning umumjismoniy va maxsus pedagogik bilimlar bilan qurollantirish, trener, jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasb mahoratini oshirish. Fanning vazifasi - «Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi» fanini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba: - jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanining kelib chiqish tarixi; bugungi kunda pedagogik mahoratni amaliyotga tatbiq etish; pedagogik mahoratni rivojlantirish bo'yicha bilim, ko'nikma va bilimlarga ega bo'lishga erishishdan iborat		

Fanning o'qitishdan maqsad – talabalarning umumjismoniy va maxsus pedagogik bilimlar bilan qurollantirish, trener, jismoniy tarbiya o'qituvchisining kasb mahoratini oshirish malakasini shakllantirishdan iborat.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining umumiy asoslari bilan tanishadi;
- Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyatini o'rganadi;
- Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari faoliyatining pedagogik jihatlarini o'rganadi;
- Jismoniy tarbiya va sport sohasida ta'lim tamoyillarini o'rganadi;
- Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan ta'lim metodlarini o'rganadi;
- Tarbiya mazmuni va uning jismoniy tarbiya va sportdagi ahamiyatini o'rganadi;
- Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan tarbiya metodlarini o'rganadi
- Jismoniy tarbiya va sport sohasida boshqaruv uslublarini o'rganadi;

Ma'ruzamashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari katta sig'imli, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.

Seminarmashg'ulotlar

Seminar mashg'ulotlari ma'ruza mashg'ulotlari asosida tayyorlangan bo'lib, nazariy egallangan bilimlarni mustahkamlash funksiyasini bajarad. Seminar mashg'ulotlar multimedia qurilmalari bilan jihozlangan auditoriyada har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar faol va interfaol usullar yordamida o'tiladi, "Keys-stadi" texnologiyasi ishlatiladi. Ko'rgazmali materiallar va axborotlar multimedia qurilmalari yordamida uzatiladi.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan insholar, taqdimotlar, guruh bilan ishlanmalar, referatlar tayyorlanadi.



№	Fan mavzulari	Ma'ruzasoatlarhajmi	Amaliymashg'ulotsoatlarhajmi	Seminar mashg'ulotsoatlarhajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	1-modul. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi asoslari 1-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining umumiy asoslari	2		2	4
2	2-mavzu. Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati	2		2	4
3	3-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari faoliyatining pedagogik jihatlari	2		2	4
4	4-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida ta'lim tamoyillari	2		2	4
5	5-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan ta'lim metodlari	2		2	4
6	2-modul. Jismoniy tarbiya asoslari 5 6-mavzu. Tarbiya mazmuni va uning jismoniy tarbiya va sportdagi ahamiyati	2		2	4
7	7-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan tarbiya metodlari	2		2	4
8	8-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport ta'limini loyihalashtirish va boshqarish	2		2	4
9	9-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida boshqaruv uslublari	2		2	4
10	3-modul. Jismoniy tarbiya va sport sohasidagi pedagogik faoliyatning asosiy omillari 10-mavzu. Shaxsni tarbiyalash va shakllanishiga sport jamoasining ta'siri	2		2	4
11	11-mavzu. Sport sohasidagi kreativlik (ijodkorlik)	2		2	4
12	12-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida samarali pedagogik faoliyatning asosiy omillari va shartlari	2		2	4
13	13-mavzu. Sportda huquqiy ta'lim. Jismoniy tarbiya va sportni tashkil etish	2		2	4
14	14-mavzu. Sportchi shaxsiyatiga pedagogik ta'sir uslublari va sport mashg'ulotlarida pedagogik tamoyillar qonuniyati Yosh davrlarda jismoniy tarbiyasi va uning roli	2		2	4
15	15-mavzu. Jismoniy tarbiya va sportni tashkil etish.	2		2	4
Jami	120	30		30	60

Adabiyotlar

1. R. Mavlonova, O. To.,raeva, Q.Holiqberdiev "Pedagogika". -T. O.,qituvchi 2001 y.
2. Axmedova M.Ye. "Pedagogika nazariyasi va tarixi" o.,quv qo.,l. -T. Tafakkur-bo.,stoni 2011 y.



3. N.G‘aybullaev, R.Yodgorov, R.Mamatqulova, Q.Toshmurodova. “Pedagogika”. -T. 2000 y.
4. Neverkovich S.D. Osnoviy obucheniya i vospitaniya: Uchebnoe posobiye dlya studentov / Neverkovich S.D., Xozyainov G.I., Andriadi I.P. - M.: RIO RGLFK, 1997.
5. Neverkovich S.D. Pedagogika fizicheskoy kulturi sporta: uchebnik / S.D. Neverkovich – M.: Fizicheskaya kultura, 2006.
6. Sidorov A. A. Pedagogika: Uchebnik dlya studentov, aspirantov, prepodavateley i trenerov po discipline «Fizicheskaya kultura» / Sidorov A.A., Proxorova M.V., Sinyuxin B.D. - SPb.: Terra-sport, 2000.

Qo‘shimcha adabiyotlar

7. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimiz mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. – T.: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 488 b.
8. Mirziyoev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta‘minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. O‘zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag‘ishlangan tantanali marosimdagi ma‘ruza. 2016 yil 7 dekabr / Sh.M.Mirziyoyev. – T.: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 48 b.
9. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat‘iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo‘lishi kerak. Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo‘ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo‘nalishlariga bag‘ishlangan Vazirlar Mahkasasining kengaytirilgan majlisidagi ma‘ruza, 2017 yil 14 yanvar. – T.: “O‘zbekiston”, 2017. – 104 b.
10. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag‘ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo‘shma majlisidagi nutchi / Sh.M.Mirziyoyev. – T.: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 32 b.
11. Ye.Yu. Agzamova, D.N. Arzikulov. Pedagogika.T. Akademiya MVD. R.Uz. 2014. 247 s.
12. Pidkasistiy P.I. taxriri ostida «Pedagogika» 2002 y. 422 b.
13. Podlasiy I.P. «Pedagogika» M. 2002 y. 447 b.
14. Rean A.A., Karpushin B.A. Pedagogicheskie osnoviy vospitatelnoy deyatelnosti pri zanyatiyax fizicheskoy kulturoy i sportom / B.A. Karpushin B.A.- SPb., 2003.
15. Stolyarov V.I. Sotsiologiya fizicheskoy kulturi (vvedenie v problematiku i novaya konsepsiya): Nauchno-metodicheskoe posobie dlya institutov i akademiy fizicheskoy kulturi. - M.: Gumanitarniy sentr «SpART», 2002.
16. Bordovskaya N.V., Rozum S.I. «Psixologiya i pedagogika» Moskva, Xarkov, Minsk 2000 y.
17. Pedagogika “Ta‘lim nazariyasi” O‘zDJTI. T. 2009.
18. Pedagogika “Tarbiya nazariyasi” O‘zDJTI. T. 2009.
19. “Jismoniy tarbiya pedagogik texnologiyalari” o‘quv qo‘l. T. O‘zDJTI 2009
20. Askarova O.M. “Pedagogika” darslik T. 2008
21. Pedagogika fizicheskoy kulturi i sporta: uchebnik /pod.red. S.D. Neverkovicha. – Fizicheskaya kultura, 2006 y. 528 s.
22. Gorbunov G.D. Psixopedagogika sporta: ucheb. Posobiye / G.D. Gorbunov. – 4 ye izd., ispr. Idop. – M: Sovetskiy sport,2012, – 312 s.
23. Bordovskaya N.V., Rean A.A. Pedagogika: Uchebnoye posobiye. – Spb.: Piter. 2008. – 304 s.
24. Proxorova M.V., Sidorov A.A., Sinyuxin B.D., Semenov A.G. Pedagogika fizicheskoy kulturi: Uchebnik M.: Iz-vo . “Put”: TID “Alyans”, 2006. – 288 s.
25. Karpushin B.A. Pedagogicheskie osnoviy vospitatelnoy deyatelnosti pri zanyatiyax fizicheskoy kulturoy i sportom / B.A. Karpushin B.A.- SPb., 2003.



26. Stolyarov V.I. Sotsiologiya fizicheskoy kulturi (vvedenie v problematiku i novaya koncepsiya): Nauchno-metodicheskoe posobie dlya institutov i akademiy fizicheskoy kulturi. - M.: Gumanitarniy sentr «Spart», 2002.

Internet saytlari

27. www.ziyonet.uz
28. www.childpsy.ru
29. www.edu.uz
30. www.flogiston.ru
31. www.pedagog.uz
32. www.tdpu.uz
33. www.bilimdon.uz

Kontakt soatlari*: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murojaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Chorshanba	10.00 – 12.00	114
2.	Juma	10.00 – 12.00	114

Baholash:

	Oraliqnazorat		Joriynazorat	Yakuniynazorat	Jami ball
	I	II	I	I	
Nazoratso ni					100
Ajratilgan ball	15	15	20	50	
Nazorattu ri	Yozma ish (10 ball) Essay tayyorlash	Keys studygayechim toppish	Test (5 ball) Mustaqil ta'lim yuzasidandaqd imot (10 ball)	Guruhloyihasi tayyorlashdagi ish tiroki (30 ball) Yakuniy test (20 ball)	



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Sport psixologiyasi		
Fan kodi: SpPsix10031	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 31	davomiyligi: 6 semestr
Kafedra: Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Psixologiya (sport psixologiyasi)		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Saidov.I.I		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 930	Email: izzatsaidov@mail.ru	
Fan seminar va amaliy mashg'ulotlari o'qituvchisi(lari): Saidov.I.I		
Prerekvizitlar: "Sport psixologiyasining umumiy masalalari" bo'limida sport psixologiyasining zamonaviy xolati, rivojlanishi, uning asosiy vazifalari va ilmiy tadqiqotlar usullari ko'rib chiqiladi.	Tanlov turi: majburiy	
Fanning qisqacha bayoni: Sport psixologiyasi fani ixtisoslik fan hisoblanadi va 3-4-5-6-7-8 semestrlarda o'qitiladi. Dasturni amalga oshirishda o'quv rejasida rejalashtirilgan pedagogika, anatomiya, fiziologiya va sport fiziologiyasi, jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyoti, sport tibbiyoti va tanlangan ixtisoslik sport turlari bo'yicha yetarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlik talab etiladi.		

Fanning maqsadi: talabalarda sport psixologiyasi haqidagi bilimlarni shakllantirish hamda sport psixologiyasining umumiy masalalarini sportda o'rgatish va takomillashtirish psixologiyasini shuningdek, sport faoliyatining ijtimoiy-psixologik omillarini sportchini psixologik jihatdan tayyorlash. Sport psixologiyasi sohasidagi yuqori malakali mutaxassisga qo'yiladigan talablarga asosan "Sport psixologiyasi" kursini o'tish qo'yidagi vazifalarni o'z ichiga oladi:

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

– fanlar tizimiga sport psixologiyasining integrasiyalashuvi yo'llarini; sport psixologiyasining zamonaviy holatini; musobaqa oldi stresslari; musobaqadan keyingi stresslar haqidagi bilimlarga ega bo'lishi;

– sport psixologiyasining vazifalarini; sport faoliyatining ijtimoiy psixologik jihatlarini; harakat malakalari va sifatni takomillashtirishning psixologik asoslarini; sport faoliyatini psixologik jihatdan ta'minoti asoslarini;

– sport psixologiyasining ilmiy tadqiqot usullarini; sportda texnik tayyorlikning psixologik xususiyatlarini; sportda taktik tayyorlikning psixologik

xususiyatlarini; sportchini psixologik tayyorlashning psixologik xususiyatlarini bilishi va ulardan foydalana olish ko'nikmalariga ega bo'lishi;

– sportchi, sport murabbiysi (trener) hamda sport hakami shaxsini shakllantirish va rivojlantirishning o'ziga xos jihatlarini tadqiq etishni; musobaqa faoliyati muvaffaqiyatini ta'minlovchi omillarni aniqlashni; sportchi va murabbiy psixologiyasidagi o'ziga xosliklarni aniqlash malakalariga ega bo'lishi kerak.

Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari katta sig'imli, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.

Laboratoriya mashg'ulotlar



Laboratoriya mashg'ulotlarida maxsus jixozlarni, zamonaviy texnik o'qitish vositalari (proyektor, videomagnitofon, kompyuter texnikasi)ni keng qo'llaniladi

Seminar mashg'ulotlar

Seminar mashg'ulotlari ma'ruza mashg'ulotlari asosida tayyorlangan bo'lib, nazariy egallangan bilimlarni mustahkamlash funksiyasini bajarad. Seminar mashg'ulotlar multimedia qurilmalari bilan jihozlangan auditoriyada har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar faol va interfaol usullar yordamida o'tiladi, "Keys-stadi" texnologiyasi ishlatiladi. Ko'rgazmali materiallar va axborotlar multimedia qurilmalari yordamida uzatiladi.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan insholar, taqdimotlar, guruh bilan ishlanmalar, referatlar tayyorlanadi.

№	Fan mavzulari	Ma'ruza soatlar hajmi	Laboratoriya mashg'ulot soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	Sport psixologiyasining predmeti, maqsad va vazifalari	4	4	6
2	Sport psixologiyasining paydo bo'lishi va rivojlanishi	4	4	6
3	Sport psixologiyasining O'zbekistonda rivojlanishi.	4	4	6
4	Sport psixologiyasining boshqa fanlar bilan aloqadorligi	4	4	6
5	Ilmiy tadqiqot usullari to'g'risida umumiy tushunchalar	4	4	6
6	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari	4	4	6
7	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari Kuzatish	4	4	6
8	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari Eksperiment	4	4	6
9	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari suhbat	4	4	6
10	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari faoliyat mahsulotlarini o'rganish usuli	4	4	6
11	Sport psixologiyasining tadqiqot usullari So'rovnoma usuli	4	4	6
12	Sportdagi psixodiagnostika usullari	4	4	6
13	Psixik jarayonlar va ularning tavsifi	4	4	6
14	Har xil sport turlarida sezgilarning roli	4	4	6
15	Idrok va uning sport faoliyatidagi roli	4	4	6
16	Tasavvur va hayol va ularning sportchi mashg'ulotidagi	4	4	6
17	Texnik- taktik tayyorgarlik va musobaqa faoliyatida tafakkurning ahamiyati va uning tavsifi	4	4	6
18	Xotira va uning sportdagi ahamiyati	4	4	6
19	Diqqatning sport faoliyatidagi xususiyatlari barqarorligi, xajmi, taqsimlanishi, ko'chishi va ularning ahamiyati	4	4	6
20	Sport faoliyatidagi emotsional holatlarning ahamiyati	4	4	6
21	Iroda va uning sportdagi ahamiyati	4	4	6
22	Sportchi shaxsining psixodiagnostikasi	4	4	6
23	Psixik xolatlarni diagnostikasi	4	4	6
24	Holatning energetik darajasini o'lchash usullari	4	4	6
25	Harakat (psixomotor) holatining darajasini o'lchash	4	4	6



	usullari.			
26	Sportchilarning portlash qobiliyatini o'lchash va rivojlantirish usuli (SPORK).	4	4	6
27	Sport jamoalarning psixodiagnostikasi	4	4	6
28	Sport faoliyatining psixologik tavsifi	4	4	6
29	Irodaviy zo'r berishning sport faoliyatidagi ahamiyati	4	4	6
30	Sportdagi xissiy-emotsional kechinmalarning xususiyatlari	4	4	6
31	Sport faoliyatidagi motivlar	4	4	6
32	Sport motivlarining individual xususiyatlari	4	4	6
33	Sport musobaqalarining psixologik xususiyatlari	4	4	6
34	Startoldi holatlarining psixologik xususiyatlari	4	4	6
35	Sport kurashlari jarayonida paydo bo'ladigan his — tuyg'ularning tavsifi	4	4	6
36	Musobaqalashuvdan keyingi psixik holatlar	2	4	6
37	Sportda shaxs shakllanishining psixologik jihatlari	2	4	6
38	Yuqori toifali sportchi shaxsining o'ziga xos jihatlari	2	4	6
39	Sportchi shaxs faoliyatiga asab tizimi va temperamentning ta'siri	2	4	6
40	Sportda individual faoliyat uslubi	2	4	6
41	Chempion-sportchining shaxsiy sifatleri	2	4	6
42	Shaxsning intilish darajasi va uning sport faoliyatidagi ahamiyati	2	4	6
43	Trener faoliyatining psixologik xususiyatlari	2	4	6
44	Trener shaxsi va faoliyatining psixologik karakteristikasi	2	4	6
45	Sport trenerning boshqaruv uslubi va uning psixologik tayyorgarlikdagi ahamiyati	2	4	6
46	“Trener-sportchi” tizimidagi munosabatlarning xususiyatlari	2	2	6
47	Trener faoliyatini baholashdagi asosiy mezonlar	2	2	6
48	Mashg'ulot jarayonining psixologik xususiyatlari.		2	6
49	Psixik zo'riqish va o'ta zo'riqishning sport faoliyatiga ta'siri	2	2	6
50	Mashg'ulot jarayonida trenerga tavsiyalar	2	2	6
51	Mashg'ulot jarayonida sportchi motivasiyasining shakllanishi	2	2	6
52	Natija motivasiyasi va mashg'ulotlar motivasiyasining almashishi.	2	2	6
53	Sportda psixologik stresslar	2	2	6
54	Mashg'ulot jarayonida sportchida psixologik barqarorlik, psixologik ishonchlilik va mashqlangan xolati cho'qqisini shakllantirish	2	2	6
55	Sportchini jismoniy jihatdan tarbiyalashning psixologik asoslari	2	2	6
56	Tezlik, kuch, chidamlilik, chaqqonlik jismoniy sifatlarining psixologik tavsifi	2	2	8
57	Jismoniy sifatleri anglash xususiyatlari va ularni boshqarish.	2	2	8



58	Jismoniy sifatlarni rivojlantirish, ularning har bir sport turi spesifikasi bilan bog'liqligi.	2	2	8
59	Sportda texnik jihatdan tayorlashning psixologik asoslari	2	2	8
60	Harakat malakalari texnik tayyorgarlikning asosi sifatida	2	2	8
61	Harakat malakalarini egallashda tasavvurning roli.	2	2	8
62	Sportdagi ixtisoslashtirilgan idroklar	2	2	8
63	Ularni jismoniy, texnik, taktik, irodaviy tayyorlash bilan bog'liqligi.	2	2	8
64	Ixtisoslashtirilgan idroklarning shakllanishining psixologik mexanizmlari va ularni aniq sport turlarida rivojlantirish yo'llari	2	2	8
65	Reaksiyalar va ularning sportchini texnik tayyorlashdagi ahamiyati	2	2	8
66	Sportchini taktik jihatdan tayyorlashning psixologik asoslari	2	2	8
67	Turli xildagi harakatlarning psixologik xususiyatlari	2	2	8
68	Sportchini psixologik tayyorlash asoslari.	2	2	8
69	Sportchini psixologik tayyorlashning asosiy vosita va usullari	2	2	8
70	Sportchini irodaviy tayyorlash.	2	2	8
71	Sportchilarni konkret musobaqaga maxsus psixologik tayyorlash	2	2	8
72	Sport faoliyatining ijtimoiy-psixologik asoslari Guruh va jamoa dinamikasi	2	2	8
73	sport jamoasida sotsiometriya usullari	2	2	8
74	Sport jamoasidagi liderlik	2	2	8
75	Psixik xolatlarni boshqarish va o'z- o'zini boshqarish usullar	2	2	8
Jami	930	210	230	490

Adabiyotlar

1. Гаппаров З.Г. Спортивная психология. Учебник. Для студ.ин-та физкультуры. Tashkent, ООО "Mexridaryo", 2009-312с.
2. Gapparov Z.G. Sport psixologiyasi jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik / Uz.Res oliy va urta maxsus ta'lim vazirligi.-Toshkent.:" Mexridaryo", 2011-345b.
3. Гаппаров З.Г. Психологическая подготовка единоборцев. Ташкент, ООО "Mexridaryo"- 2010 й.
4. Gapparov Z.G. Sportchini psixologik tayyorlash. (erkin kurash misolida). Tashkent, ООО "Mexridaryo"- 2010 й.

Qo'shimcha adabiyotlar

5. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz / - Sh.M.Mirziyoyev. Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2017. – 48 b.
6. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini taminlash yurt taraqqiyoti va halq faravonligining garovi. O'zbekiston Respublikasi Konstitusiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza. 2016 yil 7 dekabr /Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent : "O'zbekiston" NMIU, 2017.- 48 b.
7. Tanqidiy tahlili, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – xar bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo'ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo'nalishlariga bag'ishlangan



Vazirlar Mahkamasining kengaytirilgan majlisidagi ma’ruza, 2017 yil 14 yanvar. – Toshkent: “O‘zbekiston”, 2017. – 104 b.

8. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O‘zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag‘ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo‘shma majlisidagi nutq / Sh.M. Mirziyoyev. – Toshkent: “O‘zbekiston” NMIU, 2017. – 32 b.

9. 2017-2021 йилларда Ўзбекистон республикасини 21 ривожлантиришнинг бешта устувор йўналишлари бўйича ҳаракатлар стратегияси.

10. Гаппаров З.Г. Психологическая подготовка футболистов “Футбол” (учебник) под.обш. ред. Р.И.Нуримов. VI-глава, 238-268

11. Гаппаров З.Г.. Футболчиларни психологик тайёрлаш. “Футбол” (дарслик) Р.А.Акрамов умумий тахрири остида. VI-боб, 220-250

12. Родионов А.В. Практическая психология спорта. Ташкент, "Lider Press"-2008г.

13. Кретти Б.ДЖ. Психология в современном спорте. М.: «Физкультура и спорт». 1987г 14. Кретти Б.ДЖ. Психологические свойства и черты личности спортсменов. Спортивная психология в трудах зарубежных специалистов. Хрестоматия. М. «Советский спорт» 2005г. 130-144с.

15. Попов А.Л. Психология спорта (учебное пособие). –М.: Флинта 1998г.

16. Родионов А.В. практика психология и спорта. Ташкент, "Lider Press"-2008г.

17. Сингер Р. Совершенствование двигательных навыков в спортивной гимнастике.// спортивная психология в трудах зарубежных специалистов. Хрестоматия. М. «Советский спорт» 2005г.

18. Уэйнберг Р.С. Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев: Олимпийская литература- 2001г.

Kontakt soatlari*: mustaqil ta’lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma’lumotlar va turli materiallar bo‘yicha savollarga quyidagi grafik asosida o‘qituvchiga murojaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Chorshanba	10.00 – 12.00	108
2.	Juma	10.00 – 12.00	108

Baholash:

Nazorat soni	Oraliq nazorat		Joriy nazorat	Yakuniy nazorat	Jami ball
	I	II	I	I	
Ajratilgan ball	15	15	20	50	100
Nazorat turi	Yozma ish (10 ball) Essay tayyorlash	Keys studyga yechim topish	Test (5 ball) Mustaqil ta’lim yuzasidan taqdimot (10 ball)	Guruh loyihasi tayyorlashdagi ishtiroki (30 ball) Yakuniy test (20 ball)	



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Sport turlarini o'rgatish metodikasi		
Fan kodi: SPTO'1120	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 20	davomiyligi: 1-2 semestr
Kafedra: Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Psixologiya (sport)		
Fan ma'ruza o'qituvchilari: Farmonov O'tkir Alimovich Usmonov Alisher Sharifovich		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 600	Email: Farmonov2017@mail.ru Email: Uqituvchi1386@mail.com	
Fan seminar va laboratoriya mashg'ulotlari o'qituvchisi(lari): Farmonov.O'.A Usmonov.A.Sh		
Prerekvizitlar: Ushbu fanni o'rganish talabaga o'z sohasini yanada chuqurroq o'rganish va kasbiy bilimlarini tushunarli, qiziqarli ravishda taqdim etish, kelajakda jismoniy tarbiya, bolalar sporti va sport tizimi sohasida mustaqil samarali faoliyat olib borish inkonini beradi.	Tanlov turi: majburiy fan	
<p>Fanning qisqacha bayoni: Jismoniy tarbiya Sport turlarini o'rgatish metodikasi fani boshqaruvchi fan bo'lib, bo'lajak yosh mutaxassis kadrlarga jismoniy madaniyat va sport bo'yicha to'liq bilim beradi. Insonning sog'lom baquvvat bo'lib rivojlanishlariga va ularni har tomonlama barkamol qilib tarbiyalashga o'rgatadi. Talabalarini jismoniy sifatlarni tarbiyalash va takomillashtirishni o'rgatishga ko'maklashadi. Shuningdek, ularning nazariy bilim, amaliy harakat ko'nikma va malakalarini shakllantirishning nazariy va amaliy asoslarini o'rgatadi. Shu munosabati bilan davlatimiz tomonidan chiqarilgan jismoniy madaniyat va sport bo'yicha me'yoriy-huquqiy hujjatlarni o'rgatishda muhim ahamiyat kasb etadi.</p> <p>Ushbu fan sport turlarini tarkibiy qismlari, uning vosita va uslublari, tamoyillari, ta'lim tizimidagi o'rni kabi masalalarni qamrab oladi. Jamiyatda jismoniy tarbiya va sportning mazmun-mohiyati hamda o'rni, mamlakatni demokratlashtirish va jahon hamjamiyatidagi nufuzini oshirishda jismoniy tarbiya va sportning o'rni qanchalik muhim ekanligini tushunishda talabalarni ular uchun zarur bo'lgan bilimlar bilan qurollantiradi.</p>		

Fanning maqsadi: Fanning maqsadi – basketbol ixtisosligi bo'yicha bakalavriaturada ta'lim olayotgan talaba – bo'lajak o'qituvchi-trenerda dasturda belgilangan kasbiy- pedagogik, psixologik, bilim, amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtirishga qaratiladi.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- "Sport turlarini o'rgatish metodikasi" fani dasturiga kiritilgan barcha ma'ruza mavzulari bo'yicha beriladigan nazariy bilimlar, seminar va amaliy mashg'ulotlar, malakaviy amaliyotlar davomida shakllantiriladigan kasbiy-pedagogik, psixologik ko'nikma va malakalarni o'zlashtirishsh;



-fanga doir tarixiy-evolyutsion materiallar, jismoniy, texnik-taktik va psixologik tayyorgarlik jarayonlarining mohiyati, mazmuni hamda ushbu jarayonlarni amalga oshirish texnologiyasi, uslublari, vositalari va prinsiplarini bilish;

- o'yin texnikasi va taktikasi, ularga o'rgatish, tanlov va seleksion ishlar, turli yosh va malakaga mansub basketbolchilar hamda jamoalar bilan mashg'ulot o'tkazish texnologiyasini chuqur egallash;

-musobaqa qoidalari, hakamlar va hakamlilik qilish, musobaqalar tashkil qilish va o'tkazish, musobaqa samaradorligini ilmiy asosda aniqlash, olingan natijalar yordamida jamoani boshqarish bilan bog'liq bilim va ko'nikmalarni o'zlashtirish;

- tayyorgarlik turlari mohiyati va mazmunini bilish, ularni rivojlantirish, ularni shakllanish dinamikasini ilmiy-pedagogik uslublar, test mashqlari yordamida baholash ko'nikmalari va mezonlarini bilish hamda qo'llash malakalariga ega bo'lish;

-o'qituvchi-trenerning ko'p komponentli kasbiy-pedagogik funksiyalari – boshqaruvchilik, tashkilotchilik, tarbiyachilik, ijodkorlik, loyihachilik, kommunikativlik, diagnostik, seleksion-prognostik ishlarni tashkil qilish ko'nikmalarini o'zlashtirishi kerak.

Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlar maxsus multimediali qurilmalar bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida o'tkaziladi. Ma'ruza mashg'ulotlari asosan savol-javob, BBB, FSMU, aqliy hujum, klaster, zanjir, tarozi va boshqa ilg'or pedagogik texnologiyalaridan foydalangan holda olib boriladi.

Amaliy mashg'ulotlar

Amaliy mashg'ulotlar fan bo'yicha egallagan maxsus bilimlari va ko'nikmalari amalda qo'llab o'tkazadi. Amaliy mashg'ulotlar asosan mashq, aylanma mashg'ulot, o'yin va musobaqa metodlaridan foydalangan holda olib boriladi.

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan insholar, taqdimotlar, guruh bilan ishlanmalar, referatlar tayyorlanadi.

№	Fan mavzulari	Ma'ruza soatlar hajmi	Seminar soatlar hajmi	Amaliy soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
I-semestr ushun					
1	O'qituvchi-trenerning ko'p qirrali kasbiy-pedagogik, psixologik funksiyalari	2			
2	Basketbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va jahonda rivojlanishi tarixi". O'zbekistonda basketbol o'yinini rivojlanishi.	2			
3	Basketbol o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi Psixofunksional tayyorgarlik	2			
4	O'qituvchi-trenerning ko'p qirrali kasbiy-pedagogik, psixologik funksiyalari.		2		
5	"Basketbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va jahonda rivojlanishi tarixi" O'zbekistonda basketbol o'yinini rivojlanishi.		2		
6	Basketbol o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi Psixofunksional tayyorgarlik		2		
7	To'xtash va burilish texnik harakatlariga o'rgatish.			2	
8	Ikki qo'llab ko'krakdan hamda bir qo'llab yelkadan to'p uzatish va qabul qilishlarni texnikasiga o'rgatish.			2	
9	To'pni o'ng va chap qo'lda olib yurish texnikasini o'rgatish.			2	



10	Harakatda ikki qadamdan so`ng to`p tashlash texnikasiga o`rgatish.			2	
11	Turli usullar bilan savatga to`p tashlash texnikasiga o`rgatish.			2	
12	O`rta va uzoq masofadan turib to`pni savatga uloqtirish texnikasini o`rgatish.			2	
13	Uch kishi bo`lib to`pni uzatish va qabul qilish texnikasini o`rgatish.			2	
14	Jarima to`plarni uloqtirish texnikasini o`rgatish.			2	
15	Basketbol musobaqalarini tashkil qilish (o`quv o`yini)			2	
16	Basketbol o`yinning paydo bo`lishi va rivojlanish tarixi..				2
17	Basketbolning rivojlanish bosqichlari				2
18	O`zbekistonda basketbolning rivojlanish tarixi				2
19	O`yin texnikasi tasnifi				2
20	Hujum va himoya texnikasi.				2
21	Hujum va himoya taktikasi				2
22	Basketbolda jismoniy tayyorgarlik				2
23	Basketbol musobaqa turlari o`tkazish usullari..				2
24	Bolalar va o`smirlar guruhlari bilan ishlash xususiyatlari				2
25	Kichik yoshdagi basketbolchilar bilan ishlash uslubiyatlari				2
26	Basketbolda o`yin faoliyatini prognozlashtirish				2
27	Basketbolchining ruhiy regulyastiya boshqarish darajasi va psixologik xususiyatlarni				2
28	Basketbol sport faoliyatini modellashtirish.				2
29	Basketbolchilarni saralash nazariyasi va tizimi.				2
30	Basketbolchilarning integral tayyorgarligi.				2
31	Basketbol sport inshootlarini moddiy-texnik bazalari.				2
32	Ayollar basketbolining hozirgi davrdagi holati va uni rivojlantirishni o`ziga xos xususiyatlar.				2
33	Basketbolchilarni ma`naviy – irodaviy va psixologik tayyorgarligi.				2
34	Yuqori malakali basketbolchilarni tayyorlashni o`ziga xos xususiyatlari.				2
35	Basketbolda dastlabki o`rgatish jarayonining bosqichlari va uslublari.				2
Jami		6	6	18	30
II-semestr uchun					
1	Yengil atletika sport turi tuzilishi va rivojlanish bosqichlari	2			
2	Yurish texnikasi asoslari.	2			
3	Sakrash texnikasini asoslari.	2			
4	Uloqtirish texnikasini tahlili va asoslari.	2			
5	Yurish texnikasi asoslari.	2			
4	Yengil atletika sport turi tuzilishi va rivojlanish bosqichlari.		2		
5	Yurish texnikasi asoslari.		2		
6	Sakrash texnikasini asoslari.		2		
7	Uloqtirish texnikasini asoslari.		2		
8	Yugurish texnikasi asoslari.		2		
9	Yengil atletika bo`yicha musobaqalarni tashkil qilish va o`tkazish.		2		
10	Ko`p kurash turlari texnikasini o`rgatish metodikasi.		2		
11	Qisqa masofalarga yugurish texnikasini o`rgatish metodikasi		2		
12	O`rta va uzoq masofalarga yugurish texnikasini o`rgatish metodikasi.		2		



13	Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish.		2		
14	Sportcha yurish texnikasini o'rgatish uslubiyati			2	
15	Balandlikka sakrash (hatlab o'tish) texnikasini o'rgatish uslubiyati.			2	
16	Granata uloqtirish texnikasini o'rgatish uslubiyati.			2	
17	IAAFning "Bolalar yengil atletika musobaqalari" dasturining amaliy qismlarini o'tirsh.			2	
18	Balandlikka sakrash (fosberi flop usullari) texnikasini o'rgatish uslubiyati			2	
19	Uch hatlab sakrash texnikasini o'rgatish uslubiyati..			2	
20	Uzunlikka sakrash (qaychi, ko'krak kerib va oyoqlarni bukub usullarida sakrash) texnikasi o'rgatish uslubiyati			2	
21	Yadro itqitish texnikasini o'rgatish uslubiyati.			2	
22	Disk uloqtirish texnikasini o'rgatish uslubiyati.			2	
23	Qisqa masofalarga yugirish texnikasini o'rgatish uslubiyati.			2	
24	Estafetali yugirish texnikasini o'rgatish uslubiyati			2	
25	O'rta va uzoq masofalarga yugurish texnikasi o'rgatish uslubiyati.			2	
26	G'ovlar osha yugurish texnikasi o'rgatish uslubiyati.			2	
27	Kross yugurish texnikasi o'rgatish uslubiyati.			2	
28	Yengil atletika bo'yicha musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish.			2	
22	Qisqa masofalarga yugurish texnikasini o'rgatish metodikasi.				2
23	Langarcho'p bilan sakrash texnikasi va uni o'rgatish.				2
24	Engil atletika darsining tuzilishi va rejalashtirish				2
25	Engil atletikada uloqtirish texnikasi asoslari va maxsus mashqlari				2
26	Nayza uloqtirish texnikasi va uni o'rgatish metodikasi.				2
27	Balandlikka sakrashda "Hatlab o'tish", "Perekidnoy" va "Fosbyuri flop" usullarini texnikasi va maxsus mashqlari.				2
28	Sakrash fazalari va musobaka koidalari(uzunlikka sakrash misolida).				2
29	Engil atletika turlari texnikasi asoslari				2
30	Yadro uloqtirishni rivojlanishi, maxsus mashqlari va asosiy qoidalari				2
31	Langarcho'p sakrashni rivojlanishi, maxsus mashqlari va musobaka koidalari.				2
32	Nayza uloqtirishni rivojlanishi va maxsus mashqlari.				2
33	Disk uloqtirish texnikasi va uni o'rgatish.				2
34	Bosqon uloqtirish texnikasi va uni o'rgatish.				2
35	Bosqon uloqtirishni rivojlanishi, maxsus mashqlari va musobaka koidalari.				2
36	Boshlang'ich bosqichda sportcha yurish bo'yicha mashg'ulotlarni rejalashtirish				2
37	Ko'p yillik tayyorgarlikning boshlang'ich bosqichlarida rejalashtirish				2
38	Sportda prognozlashtirish				2
39	Sport mashg'ulotlarida nazorat				2
40	Qisqa masofaga yuguruvchilarni maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish usullari.				2
41	Engil atletikaning ko'pkurash turlarida mashg'ulot olib borish.				2
42	Engil atletika sportining rivojlanish tarixi.				2
43	Kross yugurish texnikasi va maxsus mashqlari.				2
44	Sportcha yurish rivojlanishi va maxsus mashqlari.				2
45	Estafetali yugurish texnikasi va uni o'rgatish.				2
46	O'rta va uzoq masofalarga yugurish texnikasi va uni o'rgatish.				2



47	Yugurish texnikasi va vazifalarini o'rgatish (qisqa masofaga va estafetali yugurish) misolida				2
48	Yugurish turlari, masofalari hamda musobaqa qoidalari.				2
49	Engil atletikada ko'p yillik tayyorgarlik bosqichlari				2
50	G'ovlar osha yugurishni rivojlanishi va turlari (100, 110, 400 m g'ovlar osha yugurish).				2
51	To'siqlar osha yugurishni rivojlanishi va maxsus mashqlari.				2
Jami		10	20	30	60
Umumiy auditoriya soatlari		16	26	48	90
Umumiy oquv soatlari		6 kredit			

Adabiyotlar

- 1.Rasulov O.T. "Basketbol" Darslik. Toshkent 1998 y.
- 2.Vuden D. Sovremenniy basketbol. M., FiS, 1987g
- 3.Ismatullaev X.A., Ganieva F.V. Basketbolda texnik usullarni egallashda yordam beruvchi xukkabozlik mashqlari. Metod.qo'llanma. T., 1999y
- 4.Rasulev A.T., Ismatullaev X.A. Basketbol o'yini rasmiy qoidalari. T., UzDJTU, 1993y
- 5.Rasulev A.T. Basketbol. Oliy o'quv yurtlari uchun darslik. T., UzDJTU, 1998y
6. Ismatullaev X.A., Ganieva F.V. Metodi i sredstva vospitaniya fizicheskix kachestv v basketbole. Metod.rekomendatsii. T., 1996g.
7. Ismatullaev X.A., Ganieva F.V. Basketbol o'yinida xakamlarning joylanishi va ularni uzaro harakatlari. Metod.qo'llanma. T., UzDJTU, 1996y.
- 8.O'.A.Farmonov., Sport va harakatli o'yinlar uni o'qitish metodikasi (basketbol). O'quv qo'llanma. Buxoro.,2019y
- 9.Abdullaev M.J., Olimov M.S., To'xtaboev N.T. Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi. Darslik. "Barkamol fayz media" nashriyoti Toshkent-2017 y. 620 bet
10. Abdullaev M.J. Sport mahoratini oshirish (yengil atletika). Darslik. "Cho'lpon nomidagi nashriyat va matba ijodiy uyi" Toshkent-2019 y. 472 bet
11. Normurodov A.N. Yengil atletika. Toshkent: O'quv-uslubiy qo'llanma. ToshDShI 2002 yil.
12. Niyozov I. Yengil atletika. Farg'ona: O'quv qo'llanma. Farg'ona nashriyoti 2005 yil.

Qo'shimcha adabiyotlar

- 1.Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz. – Toshkent "O'zbekiston" NMIU, 2017. – 48 b.
- 2.Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo'ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo'nalishlariga bag'ishlangan Vazirlar mahkamasining kengaytirilgan majlisidagi ma'ruza, 2017 yil 14 yanvar. – Toshkent: "O'zbekiston", 2017. – 104 b.
- 3.Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza. 2016 yil 7 dekabr. Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2017. – 48 b.
- 4.Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag'ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo'shimchamajlisidagi nutq. – Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2016. – 56 b.
- 5.«Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida»gi Qonun. // O'zbekiston Respublikasi Qonuniga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish haqida/ O'zbekiston Respublikasi Qonuni. "Xalq so'zi" gazetasi, 2015 yil 5 sentyabr, №174, - B. 1-4.
- 6.Jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida (PF-5368) 2018 yil 5 mart.
7. Sokolova N.D. Primenenie nekotorix variantov pozitsionnogo napadeniya pri igre v basketbol. Metod.rekomendatsii. T., 1998
- 8.Sokolova N.D. Uprajneniya primenyaemie pri obuchenii broskov v basketbole. Metod.rekomendatsii. 1996



9. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений/Под ред. Ю.Д.Железняка.- М., 2003г.
10. Чернова Е.А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод, рекомендации для тренеров ДЮСШ по баскетболу.-М., 2001г Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. Киев: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
11. Ismatullaev X.A. Bekbol o'yinging rasmiy qoidalari. Metod.qo'llanma. T., O'zDJTU i TDPU, 2001
- 12 Sokolova N.D., Ismatullaev X.A., Ganieva F.V., Kurs lekstiy III kursa. T., UzDJTU, 1997
- Po'latov A.A., Boltayev A.A., Abdujabborov J.K. Voleybolchilarda sakrovchanlik sifatini baholash texnologiyasi va uni rivojlantirish uslubi. // Uslubiy qo'llanma. T.: 2017. – 56 b.
13. Холодов Ж. К, Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений.- М., 2002г.
14. Некоторые рекомендации для тренеров, работающих с группами начальной подготовки по баскетболу/Пер. с англ. Е.А.Черновой.- М., 2002г

Internet saytlari

1. www.lex.uz - O'z.Respublikasi qonun hujjatlari, ma'lumotlari milliy bazasi
2. www.ziyonet.uz - Ziyonet milliy ijtimoiy-ta'lim axborot tarmog'i
3. www.natlib.uz - A.Navoiy O'zbekiston milliy kutubxonasi portal
4. www.edu.uz - Oliy ta'lim tizimida interaktiv xizmatlar va axborot tizimlar portal
5. www.basketbol.uz, www.basket.ru - O'zbekiston basketbol federatsiyasi portali

Kontakt soatlari*: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murojaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Seshanba	13.00 – 14.00	307
2.	Chorshanba	13.00 – 14.00	307

Baholash: I-semestr

Nazorat soni	Oraliq nazorat		Yakuniy nazorat	Jami ball
	I	II	I	
Ajratilgan ball	30	20	50	100
Nazorat turi	Ikki qadamda basketbol to'pni savatga oshirish (30ball)	Mustaqil ta'lim yuzasidan taqdimot (20 ball)	Jarima to'plarni texnika asosida savatga otish 10- xisobdan (50 ball)	

Baholash: II-semestr

Nazorat soni	Oraliq nazorat		Yakuniy nazorat	Jami ball
	I	II	I	
Ajratilgan ball	30	20	50	100
Nazorat turi	Turgan joydan uzunlikka sakrash (30ball)	Mustaqil ta'lim yuzasidan taqdimot (20 ball)	100 metrga yugurish (50 ball)	



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi		
Fan kodi: MHO'M1104	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 4	davomiyligi: 1 semestr
Kafedra: "Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport"		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Sport faoliyati (faoliyat turlari bo'yicha)		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Baymuradov R.S.		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 120	Email: radjabbaymuradov@bk.ru	
Fan seminar va amaliy mashg'ulotlari o'qituvchisi: Baymuradov R.S.		
<p>Prerekvizitlar: "Ta'lim to'g'risida", "Kadrlar tayyorlash milliy dasturi" va "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi Qonunlar hamda O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish bo'yicha qabul qilingan va bosqichma-bosqich amalga oshirilayotgan Farmon va Qarorlarda qayd etilgan talablarga muvofiq shu soha bo'yicha tayyorlanadigan bo'lajak oliy ma'lumotli mutaxassis jismoniy, intellektual va ma'naviy-ahloqiy jihatlardan shakllangan, mustaqil fikrlovchi, keng dunyoqarashga ega, o'z kasbining ustasi, innovasion pedagogik texnologiyalarni o'zlashtirgan va milliy istiqloq g'oyasini amalga oshirishda sidqidildan xizmat ko'rsatuvchi shaxs bo'lib yetishishi zarurligiga urg'u berilgan. milliy va harakatli o'yinlarning rivojlanish tarixi, milliy va harakatli o'yinlarga oid ko'nikma va malakalar, milliy va harakatli o'yinlar vositasida harakatlarga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish, musobaqalarni tashkil etish va o'tkazish, hakamlilik qilish bilan bog'liq bo'lgan masalalarini o'z ichiga oladi.</p>		Tanlov turi: umumkasbiy fan
<p>Fanning qisqacha bayoni: Oliy ta'lim muassasi talabalarining milliy va harakatli o'yinlarning rivojlanish tarixi, milliy va harakatli o'yinlarga oid ko'nikma va malakalar, milliy va harakatli o'yinlar vositasida harakatlarga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish, musobaqalarni tashkil etish va o'tkazish, hakamlilik qilish bilan bog'liq bo'lgan masalalarini o'rgatib borishdan iborat..</p>		

Fanning maqsadi: Talabalarining o'zbek milliy va harakatli o'yinlarining nazariy va amaliy asoslarini o'zlashtirishdan iborat. Milliy va harakatli o'yinlarning rivojlanish tarixini; o'yin qoidalari, tasnifini; texnik va milliy va harakatli o'yinlarning ahamiyatini; dastlabki harakatlarga o'rgatish vosita, uslub va tamoyillariga ega bo'lishi va bilishi kerak.

iborat.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- talabalarining o'zbek milliy va harakatli o'yinlarining nazariy va amaliy asoslarini o'zlashtirish;
- milliy va harakatli o'yinlarning rivojlanish tarixini;
- o'yin qoidalari, tasnifini;
- texnik va milliy va harakatli o'yinlarning ahamiyatini;
- dastlabki harakatlarga o'rgatish vosita, uslub va tamoyillariga ega bo'lish va bilish.

Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.



Amaliy mashg'ulotlar

Amaliy mashg'ulotlar sport maydonida va sportzallarda har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar amaliy tarzda so'z, tushuntirish va ko'rgazmali metodlar asosida o'tiladi,

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan, taqdimotlar, referatlar tayyorlanadi. :

№	Fan mavzulari	Ma'ruza, seminar soatlar hajmi	Amaliy mashg'ulot soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	Milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.	2/2		
2	Milliy va harakatli o'yinlarning insonning jismoniy va ijtimoiy, iqtisodiy taraqqiyotidagi o'rni.	2/2		
3	Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishda milliy va harakatli o'yinlarning o'rni.	2/2		
4	Milliy va harakatli o'yinlarning mazmuni, mohiyati va maqsadga oid tasnifi.	2/2		
5	Maktabda, darsda va darsdan tashqari vaqtda qo'llaniladigan xalq harakatli o'yinlari.	2/2		
6	Milliy va harakatli o'yinlarni tashkillashtirish va o'tkazishga qo'yiladigan pedagogik talablar.	2/2		
7	Milliy va harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish metodikasi. Taqiqlangan harakat, Do'ngga sakrash, Tortib chiziqdan o'tkazish, Boyo'g'li, Balandlikka sakrab yugurish.		2	
8	Kichik va o'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish. O'z bayroqchasiga, Uchlik o'yini, To'ldirma to'pni uzatish, Havoyi to'p, Baliqchilar to'ri, Arqon talashish..		2	
9	Katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish. Yuk bilan yugurish, Aylanadagi ovchilar, Chiziq ustidan tort, To'pni almashtirish Hindcha raqs, To'ldirma to'p bilan yugurish, Mo'ljalga tez va aniq otish, Qo'l to'pi musobaqasi.		2	
10	Estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi. Bulavalar bilan estafeta, Kartoshka ekish, Yotiq va tik to'siqlardan osha yugurish, Katta aylanma estafeta, To'pni tashish yoki ko'chirish estafetasi, Juft bo'lib yugurish, Qarama-qarshi sakrab yugurish estafetasi, Futbolchilar estafetasi..		2	
11	Nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish. G'ozlar-oqqushlar, Juftmi-toq, Muzlatamiz, Qidirib top, Chori chamber.		2	
12	Darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazish. O'z bayroqchasiga, Tovush bo'yicha yo'nalishni aniqlash, Tulki ortidan quvish.		2	
13	Harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini o'rgatish. Harakatli o'yinlar orqali voleybol sport turi elementlarini o'rgatish. Kim uzoqqa otadi, Kim balandga otadi, Kichik voleybol, Qumli xaltachani otish, To'p chiziq orqasida.		2	
14	Harakatli o'yinlar orqali basketbol sport turi elementlarini o'rgatish. Uy basketboli, Kim ko'p otadi, Savatchaga tashla, To'pni boshdan oshirib uzatish, To'p qo'shniga, Insiz quyon.		2	
15	Harakatli o'yinlar orqali futbol sport turi elementlarini o'rgatish. Darvozabonlar baxslashuvi, Koptokka oyoq bilan, Sakrab turib irg'itish, Orqadan ot va ilib ol, Futbolga oid attraksion, Xoxlagan nuqtadan, Harakatdagi darvoza.		2	



16	Harakatli o'yinlar orqali gandbol sport turi elementlarini o'rgatish. To'pni uloqtirish, Bo'ron, Chavandoz yoki kichik uloq, Chaqqonlar va merganlar, Mergan.		2	
17	Harakatli o'yinlar orqali kurash sport turi elementlarini o'rgatish. Doiradan chiqar, Sholg'om tortish, Kim kuchliroq, Yelkada kurashish.		2	
18	Harakatli o'yinlar orqali yengil atletika sport turi elementlarini o'rgatish. Qarama-qarshi yugurish estafetasi, Uzunlikka yugurish estafetasi, Otish elementlari bilan estafeta, Kim tezroq, To'siqlar osha yugurish, To'siqlardan oshib o'tib yugurish.		2	
19	Jismoniy sifatlarni (kuch va tezkorlik)rivojlantiruvchi milliy va harakatli o'yinlarni o'rgatish. Doiradan surib chiqarish, Aylana ichiga kiritish, Asir olish, Sakrovchilar, Signalni eshit, Ayg'oqchilar, Eshitib top, Kuzatuvchilar.		2	
20	Jismoniy sifatlarni (chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilik) rivojlantiruvchi milliy va harakatli o'yinlarni o'rgatish. O'zingga joy top, Yo'lda tutish, Ta'qibchilar poygasi, Chambarak ustidan sakrash, Kaptar, Otib qochar, Chirkash, Mokisimon yugurish		2	
21	Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish. To'ldirma to'p bilan yugurish, Mo'ljalga tez va aniq otish, Qo'l to'pi musobaqasi, Jjonglyorlar, Ikki to'pni uzatish, Epchil darvozabon, Ustunchalarni aylanib o'tish, Bosh bilan nishonga.		2	
22	Sog'lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish. Bo'sh o'rin, Sakrobodom chumchuqlar, To'pni boshdan oshirib uzatish, To'p qo'shniga, Insiz quyon, Sakrash elementlari bilan estafeta, Quyonlar polizda, Qo'l to'pi musobaqasi.		2	
23	Milliy va harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish. Qadama tayoq, Urib qochdi, Bo'sh o'rin, Sakrobodom chumchuqlar, To'pni boshdan oshirib uzatish, To'p qo'shniga, Insiz quyon, Sakrash elementlari bilan estafeta, Quyonlar polizda.		2	
24	Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi halq o'yinlaridan foydalanish. O'z bayroqchasiga, Tovush bo'yicha yo'nalishni aniqlash.		2	
25	Milliy va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.			2
26	Milliy va harakatli o'yinlar tarixi va qisqacha tushuncha, turkumlari, rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati.			2
27	Milliy va harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish metodikasi.			2
28	Milliy va harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi			2
29	Milliy va harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismida mos holda tanlash va tahlil qilish.			2
30	Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish			2
31	O'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
32	Katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
33	Yestafetali harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi.			3
34	Nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.			3
35	Suvda o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.			3
36	Darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazish.			3
37	Harakatli o'yinlar orqali sport elementlarini o'rgatish.			3
38	Tezkorlik sifatlarini rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish			3



39	Chaqqonlik sifatlarini rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
40	Kuchlilik sifatlarini rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
41	Chidamlilik sifatlarini rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
42	Egiluvchanlik sifatlarini rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish			3
43	Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish.			3
44	Sog'lomlashtiruvchi va hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.			3
45	Harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish,harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish.			3
46	Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonida xalq milliy harakatli o'yinlaridan foydalanish.			3
Jami	60	24	36	60

O'QUV ADABIYOTLARI, DARSLIK VA O'QUV QOLLANMALAR

Asosiy adabiyotlar:

1. T.S. Usmonxo'jaev, SH.Isroilov, A.A.Pulatov, SH.A.Pulatov "Milliy va harakatli o'yinlar" Darslik, T.: Iqtisod-moliya. 2015y.
2. B.B.Kipchaqov, T.S. Usmonxo'jaev, I.I.Burnashev, X.A.Mileyev "500 harakatli o'yinlar" Uslubiy qo'llanma T.: 2010y.
3. M.A.Qurbonova,M.U.Qosimova "Milliy va harakatli o'yinlar" Oliy o'quv yurtlari umumiy kurs talabalari uchun o'quv qo'llanma T.: 2009y.

Qo'shimcha adabiyotlar:

- 4.SH.M.Mirziyoyev "Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz". – Toshkent "O'zbekiston" NMIU, 2017y..
5. SH.M.Mirziyoyev "Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak". Mamlakatimizni 2016 yilda ijtimoiy-iqtisodiy rivojlantirishning asosiy yakunlari va 2017 yilga mo'ljallangan iqtisodiy dasturning eng muhim ustuvor yo'nalishlariga bag'ishlangan Vazirlar mahkamasining kengaytirilgan majlisidagi ma'ruza, 2017 yil 14 yanvar. – Toshkent: "O'zbekiston", 2017y.
- 6.SH.M.Mirziyoyev "Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi". O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagi ma'ruza. 2016 yil 7 dekabr. Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2017Y.
- 7.SH.M.Mirziyoyev. "Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz". O'zbekiston Respublikasi Prezidenti lavozimiga kirishish tantanali marosimiga bag'ishlangan Oliy Majlis palatalarining qo'shma majlisidagi nutq. – Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2016Y.
8. M.Ж..Жуков "Подвижные игры"Академия 2002год
- 9.М.У.Касимова, М.А.Курбанова, Е.И.Исакулов "Опыт упражнения подвижными играми при подготовке юных теннисистов" Т. 1999г.
10. М.У.Касимова. "Подвижные игры" Курс лекций. Т. 1999г.
- 11.А.Т.Расулев, А.А.Пulatov,М.У. Qosimova " O'zbek xalq o'yinlari ularning tasnifi va tavsifi". //O'quv qo'llanma. T.: 1996y..
- 12.T.S.Usmonxodjayev "Harakatli o'yinlar". T.: O'qituvchi, 1992y.
13. T.S.Usmonxodjayev , Meliyev X.A. "Milliy harakatli o'yinlar". T.: O'qituvchi, 2000y.
15. T.S.Usmonxodjayev "500 mashq va harakatli o'yinlar". T.: 1999y.
16. T.S.Usmonxodjayev "Milliy va harakatli o'yinlar". //Darslik. T.:Iqtisod moliya, 2015y.

Internet saytlari

- www.lex.uz – O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari sayti.
www.gov.uz - O'zbekiston Respublikasi Davlat hokimiyati portali



www.natlib.uz - O'zbekiston Respublikasi Milliy kutubxonasi sayti.

www.ziyonet.uz - O'zbekiston Respublikasi ta'lim portal

www.uzdjtsu.uz - O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti sayti.

Kontakt soatlari: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murojaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Seshanba	12.00 – 14.00	305 auditoriya
2.	Payshanba	12.00 – 14.00	305 auditoriya

Reyting nazorati turlari

Oraliq nazorat – semestr davomida o'quv dasturining milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi faniga ajratilgan ma'ruza va seminar soatlari tugallangandan keyin talabaning bilim va amaliy ko'nikma darajasini aniqlash va baholash usuli. Topshiriqlar 2-3-haftalar oralig'ida talabalarga birlashtiriladi. Guruhning faolligi, berilgan topshiriqni nazariy va amaliy jihatdan yoritilishi, xulosalarning mantiqiy bog'liqligi, kreativ mulohazalarning mavjudligi, huquqiy-normativ hujjatlarni bilishi va boshqa talablarga mosligi hisobga olinadi. Himoya kafedra mudiri tomonidan tasdiqlangan grafik asosida dars mashg'ulotlaridan so'ng tashkil etiladi

Oraliq nazorat-5 baho

Yakuniy nazorat – semestr yakunida milliy va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fani bo'yicha nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni talabalar tomonidan o'zlashtirish darajasini baholash usuli. Yakuniy nazorat asosan milliy va harakatli o'yinlarni mazmunini tushuntirib berish va amalda talabalar o'rtasida qo'llay olishni ko'rsatish shaklida o'tkaziladi.

Yakuniy nazorat: 5 baho

Reyting jadvali

№	Baholash turlari	Baholash shakllari	Baholash shakllari bo'yicha baho	Baholash shakllarini o'tkazish vaqti
I	ORALIQ BAHOLASH	Topshiriqlar 2-3-haftalar oralig'ida talabalarga birlashtiriladi. Guruhning faolligi, berilgan topshiriqni nazariy va amaliy jihatdan yoritilishi, xulosalarning mantiqiy bog'liqligi, kreativ mulohazalarning mavjudligi, huquqiy-normativ hujjatlarni bilishi va boshqa talablarga mosligi hisobga olinadi. Himoya kafedra mudiri tomonidan tasdiqlangan grafik asosida dars mashg'ulotlaridan so'ng tashkil etiladi	O.B. – 5 baho	
	JAMI		5 baho	
II	MUSTAQIL ISH	Adabiyotlar va internet tarmoqlaridan foydalanish	5 baho	Ma'ruza, amaliy va seminar mashg'ulotlar tugaguncha qadar
III	YaKUNIY BAHOLASH	Savol-javob va amalda bajarish	5 baho	o'quv kursi tugagach
			5 baho	



Fan platformasi		
Fanning to'liq nomi: Yengil atletikani o'qitish metodikasi		
Fan kodi: YeAO'M1102	Fanga ajratilgan kreditlar (ECTS): 2	davomiyligi: 1 semestr
Kafedra: "Fakultetlararo jismoniy madaniyat va sport"		
Fan qaysi yo'nalish talabalari uchun: Sport faoliyati (faoliyat turlari bo'yicha)		
Fan ma'ruza o'qituvchisi: Baymuradov R.S.		
Fanga ajratilgan umumiy soatlar: 60	Email: radjabbaymuradov@bk.ru	
Fan seminar va amaliy mashg'ulotlari o'qituvchisi: Baymuradov R.S.		
Prerekvizitlar: Oliy ta'lim muassasasi talabalarining yengil atletika fani bo'yicha bilim, ko'nikma, malakalarining shakllantirish va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, hayotning turli jabhalarida yengil atletika vositalaridan samarali foydalanish. Yengil atletikaning rivojlanish tarixi haqida ma'lumot berish, talabalarni yengil atletika sport turining texnikasi bilan tanishtirish. Talabalarga yengil atletika va uni o'rgatish metodikasi fanidan mashg'ulotlarni o'tkazishda yengil atletika mashqlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlash, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va o'tkazishga o'rgatishdan iborat. Shuningdek talabalarni yengil atletika va uni o'rgatish metodikasi fanining maqsad va vazifalari bilan tanishtirish, yengil atletikada qo'llanadigan turli usullar bilan amaliy tanishtirish, malakalarini shakllantirish haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.		Tanlov turi: umumkasbiy fan
Fanning qisqacha bayoni: Oliy ta'lim muassasasi talabalarining yengil atletika fani bo'yicha bilim, ko'nikma, malakalarining shakllantirish va vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, hayotning turli jabhalarida yengil atletika vositalaridan samarali foydalanish. Yengil atletikaning rivojlanish tarixi haqida ma'lumot berish, talabalarni yengil atletika sport turining texnikasi bilan tanishtirish, ularni yengil atletika bo'yicha musobaqalar o'tkazishda hakamlik qilish qoidalarini o'rgatib borishdan iborat..		

Fanning maqsadi: Talabalarda yengil atletika va uni o'rgatish metodikasi fanini o'tkazishda bo'lajak mutaxassislariga yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish, yengil atletika mashqlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlash, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va o'tkazishga o'rgatishdan iborat. Shuningdek talabalarni yengil atletika va uni o'rgatish metodikasi fanining maqsad va vazifalari bilan tanishtirish, yengil atletikada qo'llanadigan turli usullar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, yengil atletika turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish va ma'lumotlarga ega qilishdan iborat.

Fan yakunida talabalar quyidagi malaka va ko'nikmalarga ega bo'lishadi:

- Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish;
- yengil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish; yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari;
- yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish;
- ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish;
- sportcha yurish texnikasini o'rgatish metodikasi;
- yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;
- sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;



- uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;
- ko'p kurash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi.

Ma'ruza mashg'ulotlari

Ma'ruza mashg'ulotlari, multimedia qurilmalari bilan jihozlangan o'quv auditoriyalarida olib boriladi.

Amaliy mashg'ulotlar

Amaliy mashg'ulotlar sport maydonining yengil atletika sektorlarida: uzunlikka, balandlikka sakrash, granata, nayza uloqtirish, yadro, disk uloqtirish, yugurish yo'laklarida har bir akademik guruhga alohida o'tiladi. Mashg'ulotlar amaliy tarzda so'z, tushuntirish va ko'rgazmali metodlar asosida o'tiladi,

Mustaqil ta'lim

Mustaqil o'zlashtiriladigan mavzular bo'yicha talabalar tomonidan, taqdimotlar, referatlar tayyorlanadi. :

№	Fan mavzulari	Ma'ruza, seminar soatlar hajmi	Amaliy mashg'ulot soatlar hajmi	Mustaqil ta'lim soatlari
1	Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi va vazifalari hamda rivojlanish tarixi.	2/2		
2	“Yengil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi.”	2/2		
3	“Yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish”	2/2		
4	Umumrivojlantiruvchi va maxsus mashqlar hamda ularning maqsadi – vazifalari, texnikasi bilan tanishtirish, o'rgatish. Oddiy va sportcha yurish texnikasi bilan tanishtirish. Sportcha yurish texnikasini o'rgatish		2	
5	Past start texnikasi bilan tanishtirish va Past startdan chiqish texnikasini o'rgatish. Past startdan chiqish texnikasini takomillashtirish va Qisqa masofalarga yugurish texnikasi bilan tanishtirish.		2	
6	Qisqa masofalarga yugurish texnikasini o'rgatish. Qisqa masofalarga yugurishda masofa bo'ylab yugurish texnikasini o'rgatish. (100,200 m) .Qisqa masofalarga yugurishda burilishda yugurish texnikasini o'rgatish. (100,200 m) .Qisqa masofalarga yugurishda marraga kelish texnikasini o'rgatish.		2	
7	Uzunlikka sakrash texnikasi bilan tanishtirish va uning fazalarini o'rgatish. Uzunlikka sakrashda depsinish texnikasini o'rgatish. Uzunlikka oyoqlarni bukib sakrash texnikasini o'rgatish		2	
8	Yuqori start texnikasi bilan tanishtirish va yuqori startdan chiqish texnikasini o'rgatish. O'rta masofalarga yugurish texnikasini o'rgatish. O'rta masofalarga yugurishda masofa bo'ylab yugurish texnikasini o'rgatish. O'rta masofalarga yugurishda marraga kelish texnikasini o'rgatish.		2	
9	Balandlikka sakrash usullari va texnikasi bilan tanishtirish. Balandlikka sakrashda depsinish texnikasini o'rgatish. Balandlikka xatlab o'tish usulida sakrash texnikasini o'rgatish.		2	
10	Disk uloqtirish texnikasi bilan tanishtirish. Disk uloqtirish texnikasini o'rgatish. Disk bilan aylanish texnikasini o'rgatish. Disk uloqtirishda oxirgi kuch berish texnikasini o'rgatish.		2	
11	Estafetali yugurish texnikasi bilan tanishtirish va o'rgatish. Estafeta tayoqchasini qabul qiluvchiga startda turishni va startdan chiqishni o'rgatish. Estafeta tayoqchasini 20 metrli masofada		4	



	uzatish texnikasini o'rgatish. Estafeta tayoqchasini 20 metrli masofada qabul qilish texnikasini			
12	Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.			1
13	Yengil atletika va uning turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi.			2
14	O'zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida yengil atletikaning o'rni.			2
15	Yengil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi.			2
16	Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish.			2
17	Yengil atletika bilan shug'ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o'rgatish.			2
18	Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari.			2
19	Yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish.			2
20	Ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish.			2
21	Sportcha yurish texnikasini o'rgatish metodikasi.			2
22	Yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi.			2
23	Sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi.			2
24	Uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi;			2
25	Ko'p kurash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi.			2
26	Yengil atletika bo'yicha o'quv ishlarini tashkil qilish.			2
27	Yengil atletika bo'yicha sport inshootlari, jihozlari va ularni ishlatish.			1
Jami	60	12	18	30

O'QUV ADABIYOTLARI, DARSLIK VA O'QUV QOLLANMALAR

Asosiy adabiyotlar:

1. Abdullaev M.J., Olimov M.S., To'xtaboev N.T. Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi. Darslik. "Barkamol fayz media" nashriyoti Toshkent-2017 y. 620 bet
2. Abdullaev M.J. Sport mahoratini oshirish (yengil atletika). Darslik. "Cho'lpon nomidagi nashriyoti va matba ijodiy uyi" Toshkent-2019 y. 472 bet
3. Normurodov A.N. Yengil atletika. Toshkent: O'quv-uslubiy qo'llanma. ToshDShI 2002 yil.
4. Niyozov I. Yengil atletika. Farg'ona: O'quv qo'llanma. Farg'ona nashriyoti 2005 yil.

Qo'shimcha adabiyotlar:

1. Inozemueva L.A. Легкая атлетика и методика преподавания: Учебно-методические пособия Toshkent: 2001 yil.
2. Синякина O.F. Тренировка в беге на 400 метров с барьерами. Методическое указание. Tashkent: UzGosIFK 2005 yil.
3. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemueva L.A., Umumrivojlantiruvchi mashqlarni URM o'rgatish metodikasi. O'quv qo'llanma Toshkent: TDPU 2005 yil.
4. Abdullaev M.J., Smurigena L.V. Organizatsiya fizkulturno-ozdorovitel'nyx i sportivnyx meropriyat'iy v obsheobrazovatel'noy shkole. uchebnoe posobie. Buxoro. "Durdona" – 2015 yil.
5. Abdullayev M.J. "YENGIL ATLETIKA" O'rta va uzoq masofalarga yuguruvchilar uchun murabbiyining kasbiy-pedagogik faoliyati. O'quvqo'llanma. Buxoro. "Durdona" – 2015 yil.
6. Abdullayev M.J. "YENGIL ATLETIKA" To'siqlar osha yuguruvchilarni umumiy, maxsus jismoniy tayyorgarligini oshirish va o'rgatish uslubiyoti. O'quv qo'llanma. Buxoro. "Durdona" – 2013 yil.



7. Andris E.R., Kudratov R.K. Yengil atletika. O'quv qo'llanma. Toshkent, 1998 yil.
8. Jilkin A.I., Kuzmin V.S., Sidorchuk E.V. Legkaya atletika. /Uchebnoe posobie dlya studentov visshix uchebnix zavedeniy, obuchayushixsya po spetsialnosti 033100 – fizicheskaya kultura/. Moskva. Izdatelskiy sentr Akademiya. 2006g.
9. Zelichenok V.B., Nikitushkin V.G., Guba V.P. Legkaya atletika. Kriterii otbora – M., Terra-Sport, Moskva, 2000g, - 240 str.
10. Normurodov A.N. «Yengil atletika» T-2002yil.
11. Smurigina L.V., Ganibaev I.D., /Organizatsiya i metodika trenirovki begunov na srednie distansii, - T.: 2011 g.
12. Smurigina L.V., Ganibaev I.D., /Opreделение urovnya fizicheskoy podgotovlennosti studentov-legkoatletov, – T.: 2012 g.
13. Smurigina L.V., /Provedenie nauchnix issledovaniy v legkoy atletike – T.: 2013 g.
14. Guba V., Nikitushkin V. Legkaya atletika v shkole. - M.: Olimpiya Press, 2006g.
15. Shakirjanova K.T. Oliy ta'lim muassasalarida yengil atletika bo'yicha fakultativ mashg'ulotlar. /o'quv qo'llanma/ - T.: 2009yil.
16. Ionusova I.O.M. Teoreticheskie osnovi fizicheskoy kulturi i sporta, - Tashkent: UzGosIFK, 2005, - 260 s.
17. Loktev S.A. Legkaya atletika v detskom i podrostkovom vozraste. M.: 2007 g.
18. Popov V.B. 555 spetsialnix uprajneniy v podgotovke legkoatletov. – M.: Olimpiya Press, Terra-Sport, 2002 g.

Axborot manbalari:

1. www.tdpu.uz
2. www.pedagog.uz
3. www.edu.uz
4. www.nadlib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)
5. <http://ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portal

Kontakt soatlari: mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarish, ularni taqdim etish, zarur ma'lumotlar va turli materiallar bo'yicha savollarga quyidagi grafik asosida o'qituvchiga murojaat qilishingiz mumkin:

№	Kun	Vaqt	Xona
1.	Seshanba	12.00 – 14.00	305 auditoriya
2.	Payshanba	12.00 – 14.00	305 auditoriya

Reyting nazorati turlari

1-SEMESTR	
JN	ON
200 metr masofaga yugurish.	Seminar mashg'ulotlaridan 5-ta savol beriladi yoki ma'ruza mashg'ulotlaridan test
YaN	
O'rta masofalarga yugurish (1500 m o'g'illar) (800 m qizlar)	

1-joriy nazorat 5 baho
“3 baho” “4 baho” “5 baho”
Qisqa masofalarga yugurish bo'yicha joriy nazorat (J.N)
200 metr masofaga yugurish. (o'g'illar), (qizlar)

№	Sinov turi	O'lchov birligi	O'g'illar		Qizlar	
			Natija	Ball	Natija	Ball



1.	200 metr masofaga yugurish	Sekund	24, 50	5 baho	31, 50	5 baho
			25,00	5 baho	31, 80	5 baho
			25.50	5 baho	32,00	5 baho
			26.00	5 baho	32,50	5 baho
			27.00	4 baho	33, 00	4 baho
			28.00	4 baho	33, 50	4 baho
			28. 50	3 baho	34,00	3 baho
			28. 80	3 baho	34,50	3 baho
			29.00	3 baho	35,00	3 baho
			29,50	2 baho	35, 50	2 baho
			30,00	2 baho	36,00	2 baho
			30, 50	2 baho	36, 50	2 baho
			31,00	2 baho	37,00	2 baho
			31,50	2 baho	38,00	2 baho
			32,00	2 baho	39,00	2 baho

2-Oraliq nazorat 5 baho

“3 baho” “4 baho” “5 baho”

Seminar mashg‘ulotlari yuzasidan 5-ta savol beriladi har bir savolga to‘liq javob berilsa 1 ball.

№	Sinov turi	O‘lchov birligi	O‘g‘illar va Qizlar	
			Natija	Ball
1.	Seminar mashg‘ulotlari yuzasidan 5-ta savol va referat tayyorlash	Slayd yoki referat Shaklida	5-4ta savolga	5 baho
			3-ta savolga	4 baho
			2-ta savolga	3 baho

Yakuniy nazorat 5 baho

“3 baho” 22-25 ball – “4 baho” 26-30 ball – “5 baho”

Yugurish turlari bo‘yicha yakuniy nazorat (YaN)

O‘rta masofalarga yugurish (1500 m o‘g‘illar) (800 m qizlar)

№	Sinov turi	O‘lchov birligi	O‘g‘illar		Qizlar	
			Natija	Ball	Natija	Ball
1.	O‘rta masofalarga yugurish (1500 m o‘g‘illar) (800 m	Sekund	4,45	5 baho	3,00	5 baho
			4,50	5 baho	3,05	5 baho
			4,55	5 baho	3,10	5 baho
			5,00	5 baho	3,15	5 baho
			5,05	5 baho	3,20	5 baho
			5,07	4 baho	3,22	4 baho
			5,10	4 baho	3,25	4 baho
			5,12	4 baho	3,27	4 baho
			5,15	4 baho	3,30	4 baho
			5,20	3 baho	3,35	3 baho
			5,25	3 baho	3,40	3 baho
			5,30	3 baho	3,45	3 baho
			5,35	3 baho	3,50	3 baho



	qizlar)		5,40	3 baho	3,55	3 baho
			5,45	2 baho	4,00	2 baho
			5,50	2 baho	4,05	2 baho
			5,55	2 baho	4,10	2 baho
			6,00	2 baho	4,15	2 baho
			6,05	2 baho	4,20	2 baho
			6,10	2 baho	4,25	2 baho
			6,15	2 baho	4,30	2 baho
			6,20	2 baho	4,32	2 baho
			6,25	2 baho	4,35	2 baho
			6,30	2 baho	4,37	2 baho
			6,35	2 baho	4,40	2 baho



Buxoro davlat universiteti

Tel: (+998) 65 221-29-14

Faks: 8(365) 221-27-07

E-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz

200117, Buxoro, M.Iqbol ko`chasi 11-uy



<http://www.buxdu.uz/>



https://t.me/buxdu_uz



<https://fb.com/buxdu>



<http://instagram.com/buxdu1>



1930

**BUXORO
DAVLAT
UNIVERSITETI**



Buxoro davlat universiteti

Tel: (+998) 65 221-29-14

Faks: 8(365) 221-27-07

E-mail: buxdu_rektor@buxdu.uz

200117, Buxoro, M.Iqbol ko`chasi 11-uy



<http://www.buxdu.uz/>



https://t.me/buxdu_uz



<https://fb.com/buxdu>



<http://instagram.com/buxdu1>



1930

**BUXORO
DAVLAT
UNIVERSITETI**