

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIV TA‘LIM, FAN VA INNOVATSIYALR VAZIRLIGI
BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI

«KELISHILGAN»

Jismoniy tarbiya va sport fakulteti

dekani  A. Sh. Inoyatov

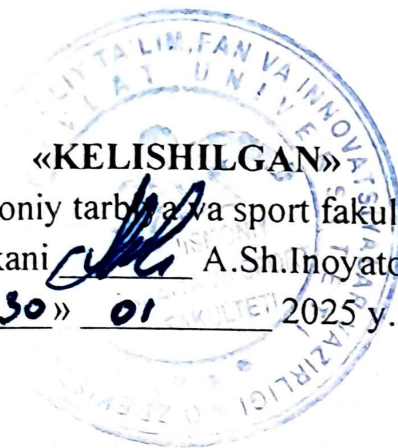
«30» 01 2025 y.

«KELISHILGAN»

O‘quv ishlari bo‘yicha: prorektor

 R. G. Jumayev

2025 y.



60310900 – Psixologiya (sport psixologiyasi) ta‘lim yo‘nalishi bitiruvchilari
uchun ixtisoslik fanlaridan
yakuniy davlat attestatsiyasi imtihon
DASTURI

Ixtisoslik fanlari:

- 2.07. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati
- 3.01. Sport psixologiyasi
- 2.04. Umumiy psixologiya
- 3.03. Sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi

ANNOTATSIYA

Mamlakatimizda "Insonga e'tibor va sifatli ta'lim yili"da ilm-fanni yanada ravnaq toptirish, yoshlarimizni chuqur bilim, yuksak ma'naviyat va madaniyat egasi etib tarbiyalash, O'zbekistonni rivojlangan mamlakatga aylantirish maqsadida jadal islohotlar amalga oshirilmoqda.

O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Shavkat Mirziyoyev Oliy Majlisga Murojaatnomasida ta'kidlaganidek, jamiyatimizda yoshlarimizning ma'naviy va ma'rifiy saviyasini doimiy yuksaltirish - birinchi darajali ahamiyatga egadir. Shu bois, "Milliy tiklanishdan - milliy yuksalish sari" degan dasturiy g'oya asosida, yoshlarni vatanga sadoqat ruhida tarbiyalash, ularda tashabbuskorlik, fidoyilik, axloqiy fazilatlarini shakllantirish - o'ta sharafli vazifadir. Shunday ekan yuksak malakali kadrlarni tayyorlash va ularni kerakli bilimlar bilan qurollantirish maqsadida jismoniy tarbiya va sportning jamiyatdagi o'rini yanada mustahkamlash, qolaversa, hozirgi kunda mamlakatimiz sportchilarining erishayotgan yutuqlari, sportchilarni ruhiy tayyorlashning o'ziga xos yo'llari hamda xususiyatlari to'g'risidagi bilimlarini oshirish va takomillashtirish maqsadida ishlab chiqildi.

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari dasturi O'zbekiston Respublikasi Vazir Mahkamasining 13.12.2024 yildagi "Oliy va kasbiy ta'lim tashkilotlari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida"gi 836-sonli qarori bilan tasdiqlangan "Oliy ta'lim tashkilotlari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasini o'tkazish tartibi to'g'risida"gi Nizom asosida ishlab chiqilgan.

Tuzuvchilar:

A.M.Nazarov – Psixologiya va sosiologiya kafedrasini mudiri p.f.d(DSc), professor;

N.Z.Jumayev - Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini dosenti, p.f.f d (PhD), dotsenti;

R.S. Shukurov - Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.f.d(PhD);

R.H.Kadirov - Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini professori, p.f.n.;

Taqrizchilar:

A.Sh.Inoyatov - Jismoniy tarbiya va sport fakulteti dekani, p.f.f.d (PhD), dotsent,

M.J.Abdullayev - Sport nazariyasi va metodikasi kafedrasini mudiri, p.f.d (DSc), professor

Dastur Buxoro davlat universiteti Ilmiy kengashining 2025-yil 31-yanvardagi 6-Kengash qarori bilan tasdiqlangan

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari dasturi O'zbekiston Respublikasi Vazir Mahkamasining 13.12.2024 yildagi "Oliy va kasbiy ta'lim tashkilotlari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasini tashkil etish chora-tadbirlari to'g'risida" gi 836-sonli qarori bilan tasdiqlangan "Oliy ta'lim tashkilotlari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasini o'tkazish tartibi to'g'risida" gi Nizom asosida ishlab chiqilgan.

Muqaddima

I. Umumiy qoidalar

II. Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari

III. Yakuniy davlat attestatsiya komissiyalari tarkibi

IV. Yakuniy davlat attestatsiyasini o'tkazish tartibi

V. Yakuniy qoidalar

Mazkur Nizom O'zbekiston Respublikasining "Ta'lim to'g'risida"gi qonuni va Oliy ta'limning Davlat ta'lim standartiga muvofiq oliy ta'lim muassasalari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasini o'tkazish tartibini belgilaydi.

I. UMUMIY QOIDALAR

1. Oliy ta'lim muassasalari bitiruvchilarining yakuniy davlat attestatsiyasi bakalavriat yo'nalishlari va magistratura mutaxassisliklari o'quv jarayoni jadvaliga muvofiq o'tkaziladi.

2. Yakuniy davlat attestatsiyasi oliy ta'lim muassasasidagi har bir ta'lim yo'nalishi (mutaxassisligi) bo'yicha tashkil etiladigan yakuniy davlat attestatsiya komissiyalari tomonidan amalga oshiriladi.

3. Yakuniy davlat attestatsiyasi komissiyalarining asosiy vazifalari quyidagilardan iborat: bitiruvchining bilim, malaka va ko'nikma darajasining davlat ta'lim standartlari talablariga muvofiq kelishini kompleks baholash;

yakuniy davlat attestatsiyasi natijalari bo'yicha bitiruvchilarga bakalavr (magistr) akademik darajasini berish masalasini hal qilish;

komissiya faoliyati natijalarini tahlil qilish va ular asosida oliy ma'lumotli kadrlar tayyorlashni takomillashtirish bo'yicha takliflar ishlab chiqish.

4. Yakuniy davlat attestatsiyasi komissiyalari o'z faoliyatlarini mazkur Nizom hamda bakalavriat ta'lim yo'nalishlari va magistratura mutaxassisliklari bo'yicha bitiruvchilarning tayyorgarlik darajasi va ta'lim mazmuniga qo'yilgan Davlat ta'lim standartlari talablarini bajarishga yo'naltirilgan boshqa hujjatlarga tayangan holda olib boradilar.

II. YAKUNIY DAVLAT ATTESTATSIYASI SINOVLARI

5. Yakuniy davlat attestatsiyasi ta'lim yo'nalishi (mutaxassisligi) o'quv rejalariga muvofiq quyidagi turlardagi attestatsiya sinovlaridan iborat:

xorijiy til bo'yicha yakuniy davlat attestatsiya sinovi (oliy ta'lim muassasasi Kengashi qaroriga asosan o'tkazilishi mumkin);

ta'lim yo'nalishi bo'yicha fanlararo (majburiy fanlar) yakuniy davlat attestatsiya sinovi: diplom loyihasi himoyasi;

bitiruv malakaviy ish (magistrlik dissertatsiyasi) himoyasi.

6. Xorijiy til bo'yicha yakuniy davlat attestatsiyasi sinovi mazkur fanning davlat ta'lim standartida belgilangan zaruriy mazmunidan kelib chiqqan holda o'quv dasturida nazarda tutilgan materiallarni talaba tomonidan o'zlashtirilganlik darajasini aniqlashga yo'naltirilgan bo'lishi kerak.

7. Ta'lim yo'nalishi (mutaxassisligi) bo'yicha fanlararo yakuniy davlat attestatsiya sinovi fanlar mazmuniga qo'yiladigan talablar bilan bir qatorda, talaba tayyorgarligining mazkur ta'lim yo'nalishi (mutaxassislik) bo'yicha malaka talablarida bitiruvchiga nisbatan nazarda tutilgan umumiy talablarga ham javob bera olish darajasini aniqlashga yo'naltirilgan bo'lishi kerak.

8. Yakuniy davlat attestastiyasini majburiy fanlardan (fanlararo) yakuniy davlat attestastiya sinovi yoki diplom loyihasi himoyasi yoxud bitiruv malakaviy ishi (magistrlik dissertastiyasi) himoyasi shaklida o'tkazilishi bitiruvchilarning iqtidori, xohishi va ta'lim xususiyatidan kelib chiqqan holda oliy ta'lim muassasasi Kengashi qarori bilan belgilanadi.

Yakuniy davlat attestastiyasiga oliy ta'lim muassasasi Kengashi qaroriga asosan xorijiy til bo'yicha yakuniy davlat attestastiya sinovi qo'shimcha sifatida kiritilishi mumkin.

Oliy ta'lim muassasasi Kengashining qarori bilan bitiruvchi uchun belgilangan yakuniy davlat attestastiyasining shakli bir o'quv yili davomida o'zgartirilishiga yo'l qo'yilmaydi.

Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari o'quv jarayoni jadvalida ko'rsatilgan muddatlarda fakultet dekani yoki o'quv-uslubiy bo'lim (boshqarma) tomonidan tayyorlangan, oliy ta'lim muassasasi o'quv ishlari bo'yicha prorektori tomonidan tasdiqlangan Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari jadvali asosida o'tkaziladi.

9. Oliy ta'lim muassasalari tomonidan tajribali professor-o'qituvchilarni jalb etgan holda yakuniy davlat attestastiyasi sinovlarining dasturlari va baholash mezonlari ishlab chiqiladi hamda oliy ta'lim muassasasi Kengashi tomonidan tasdiqlanadi va yakuniy davlat attestastiyasi boshlanishidan kamida uch oy oldin talabalar e'tiboriga yetkaziladi.

III. YAKUNIY DAVLAT ATTESTASTIYA KOMISSIYALARI TARKIBI

10. Yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalari raisligiga nomzodlar kafedra mudiri tomonidan tasdiqlash uchun oliy ta'lim muassasasi rektoriga (filial direktoriga) taqdim etiladi.

11. Yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasi raislari oliy ta'lim muassasasining idoraviy mansubligidan qat'i nazar, ushbu ta'lim muassasasida faoliyat yuritmayotgan olimlar, ishlab chiqarishning tajribali mutaxassislaridan tegishli oliy ta'lim muassasasi rektorining (filial direktorining) buyrug'i bilan bir yil (kalendar yil) muddatga tasdiqlanadi. Bir kishi ketma-ket bir oliy ta'lim muassasasida tegishli yo'nalish (mutaxassislik) bo'yicha ikki martadan ortiq yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasining raisi bo'lishi mumkin emas.

12. Yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasi raislari rahbarligida oliy ta'lim muassasasi rektori (filial direktori) bilan birgalikda xorijiy til bo'yicha yakuniy davlat attestastiya sinovi (oliy ta'lim muassasasi Kengashi qaroriga asosan) va (yoki) ta'lim yo'nalishi (mutaxassislik) bo'yicha fanlararo yakuniy davlat attestastiya sinovi va diplom loyihasi yoki bitiruv malakaviy ishi (magistrlik dissertastiyasi) himoyasi yoki majburiy fanlardan yakuniy davlat attestastiya sinovini o'tkazish bo'yicha yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalari tarkibi shakllantiriladi.

13. Yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalari tarkibi mutaxassis tayyorlovchi oliy ta'lim muassasasining ilmiy-pedagogik kadrlari (attestastiya komissiyasi umumiy tarkibining 50 foizigacha), shuningdek mazkur soha kadrlarining iste'molchilari bo'lgan korxonalar, tashkilot va muassasalarning yuqori malakali mutaxassislari, turdosh oliy ta'lim muassasalarining etakchi professor-o'qituvchi va ilmiy xodimlari, O'zbekiston Respublikasi Fanlar akademiyasi tizimidagi tegishli soha olimlaridan iborat bo'ladi.

14. Yakuniy davlat attestastiya komissiyalari tarkibi kamida 5 nafar professor-o'qituvchi va mutaxassislardan shakllantiriladi. Yakuniy davlat attestastiyasida vasiylik kengashi va fuqarolarning o'zini o'zi boshqarish organlari vakillari, bitiruvchilarning ota-onalari yoki ularning qonuniy vakillari hamda kadrlar buyurtmachilari jamoatchilik asosida kuzatuvchi sifatida qatnashishi mumkin.

Yakuniy davlat attestastiya sinovlari jarayoni onlayn rejimda ovozli videotranslyastiya qilinadi hamda ushbu video tasvirlar 1 yil davomida mutaxassislik kafedrasida saqlanadi.

15. Yakuniy davlat attestastiya sinovlari bo'yicha yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalarining tarkibi oliy ta'lim muassasasi rektori (filial direktori) tomonidan bitiruv semestri boshlanishidan bir oy oldin tasdiqlanadi.

Zaruriyat bo'lganda attestastiya sinovlarining biri bo'yicha bitta rais rahbarligida bir nechta yakuniy davlat attestastiya komissiyalari tuzilishi mumkin.

Yakuniy davlat attestastiyasi jarayonida O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Ta'lim sifatini nazorat qilish Davlat inspeksiyasi vakillari ishtirok etishlari mumkin.

Oliy ta'lim muassasalarining davlat attestastiyasidan o'tmagan yo'nalish va mutaxassislik bitiruvchilarining yakuniy davlat attestastiyasi ushbu oliy ta'lim muassasasining yuqori turuvchi vazirlik (idora) tomonidan tashkil etiladigan davlat attestastiya komissiyasi tomonidan o'tkaziladi.

IV. YAKUNIY DAVLAT ATTESTASTIYASINI O'TKAZISH TARTIBI

16. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari boshlanishidan oldin yakuniy davlat attestastiya komissiyasi raislari bilan oliy ta'lim muassasasi rektori (filial direktori) shaxsan yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalarining tayyorgarlik darajasi, komissiya raislari va a'zolarining vazifalari, bitiruvchilarga qo'yilayotgan talablar, tartib-intizom to'g'risida yig'ilish o'tkaziladi.

17. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari yozma, test yoki og'zaki usulda tashkil etiladi va ushbu tartib oliy ta'lim muassasasi Kengashi qarori asosida ta'lim muassasasi rektori (filial direktori) tomonidan belgilanadi hamda yakuniy davlat attestastiyasi boshlanishidan uch oy oldin talabalar e'tiboriga yetkaziladi. Talabalar sinov o'tkaziladigan fanlar dasturlari bilan ta'minlanadilar, ularga tayyorgarlik ko'rish va maslahatlar berish uchun zarur sharoitlar yaratiladi.

18. Yakuniy davlat attestastiyasiga tegishli o'quv reja va fan dasturlarini to'liq tugatgan va o'quv rejasida nazarda tutilgan barcha sinovlardan muvaffaqiyatli o'tgan talabalar qo'yiladi. O'zbekiston Respublikasi oliy ta'lim muassasalari bitiruvchilari tegishli ta'lim dasturlarini to'liq o'zlashtirgandan keyin yakuniy davlat attestastiyasidan o'tishlari majburiydir.

19. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari va diplom loyihasi yoki bitiruv malakaviy ish (magistrlik dissertastiyasi) himoyasi yoxud majburiy fanlardan yakuniy davlat attestastiya sinovi yakuniy davlat attestastiya komissiyalarining ochiq majlislarida, a'zolarining kamida uchdan ikki qismi ishtirok etgan holda, rais ishtirok etmagan taqdirda rais o'rinbosari raisligida o'tkaziladi. Diplom loyihasi yoki bitiruv malakaviy ish (magistrlik dissertastiyasi) himoyasi yoxud majburiy fanlardan yakuniy davlat attestastiya sinovi ishlab chiqarish bazasida tashkil etilgan kafedra filiallarida sohaning etakchi mutaxassislarini jalb etgan holda o'tkazilishi mumkin.

Yakuniy davlat attestastiyasiga kiritilgan barcha turdagi attestastiya sinovlari bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichi talabalar bilimni nazorat qilish va baholashning reyting tizimiga muvofiq aniqlanadi hamda yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasining majlis bayoni rasmiylashtirilgandan so'ng shu kunning o'zida e'lon qilinadi.

Yakuniy davlat attestastiyasiga kiritilgan barcha turdagi attestastiya sinovlarida mualliflikni o'zlashtirishga (plagiatga) yo'l qo'yilmaydi. Bunday holat aniqlanganda davlat attestastiya komissiyasi tomonidan bitiruvchiga tegishli attestastiya sinovidan qoniqarsiz baho qo'yiladi yoki qo'yilgan ijobiy baho bekor qilinadi.

20. Yakuniy davlat attestastiya komissiyasi bitiruvchilarning yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari natijalari asosida ularga ta'lim yo'nalishi (mutaxassisligi) bo'yicha bakalavr (magistr) darajasi berish haqida qaror qabul qiladi.

Yakuniy davlat attestastiya komissiyalarining qarorlari ochiq ovoz berish yo'li bilan majlisda ishtirok etuvchilarning ko'pchilik ovozi bilan qabul qilinadi. Ovozlar teng bo'lgan holda, raisning ovozi hal qiluvchi hisoblanadi.

21. Oliy ta'lim muassasasi bitiruvchisi yakuniy davlat attestastiyasi tarkibiga kiritilgan yakuniy davlat attestastiya sinovidan muvaffaqiyatli o'tgandan so'ng unga muvofiq darajadagi oliy ma'lumot to'g'risidagi diplom va uning ilovasi beriladi.

22. Fanlar dasturlarini o'zlashtirishda katta yutuqlarga erishgan va o'quv rejasidagi barcha fanlarning kamida 3/4 qismi bo'yicha 86 ball va undan yuqori (5 baholik tizimda 5 baho (a'lo) o'zlashtirish ko'rsatkichlariga erishgan, (boshqa fanlar bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichi 71 o'zlashtirish ko'rsatkichi 4 bahodan (yaxshi) kam bo'lmagan). ballardan (5 baholik tizimda o'zlashtirish ko'rsatkichi 4 bahodan (yaxshi) kam bo'lmagan). shuningdek, yakuniy davlat attestastiyasi sinovlari bo'yicha kamida 86 ball (5 baholik tizimda 5

baho (a'lo) o'zlashtirish ko'rsatkichlariga ega bo'lgan bakalavriat bitiruvchisiga «imtiyozli» diplom beriladi.

23. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovidan o'ta olmagan shaxs o'qish muddati tugagandan so'ng, arizasiga muvofiq yakuniy davlat attestastiyasi sinovini keyingi 3 yil davomida qayta topshirish huquqiga ega.

Yakuniy davlat attestastiyasi sinovidan o'ta olmagan shaxs keyingi o'quv yili boshlanganidan keyin Yakuniy davlat attestastiyasi sinovini qayta topshirishga ruxsat berishni so'rab oliy ta'lim muassasasi yakuniy davlat attestastiyasi sinovini qayta topshirishga ruxsat berishni so'rab oliy ta'lim muassasasi rektori (filial direktori) nomiga ariza bilan murojaat qilishi mumkin. Bunda, shaxsga yakuniy davlat attestastiyasi sinovini keyingi har bir o'quv yilida (3 yil davomida) 2 martadan ortiq qayta topshirishga yo'l qo'yilmaydi.

Yakuniy davlat attestastiyasi sinovini qayta topshirishga ruxsat berish oliy ta'lim muassasasi rektorining (filial rektorining) buyrug'i bilan rasmiylashtiriladi.

24. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovidan keyingi 3 yil davomida qayta o'ta olmagan talabaga akademik ma'lumotnoma beriladi va u o'rnatilgan tartibda, to'lov-kontrakt asosida tegishli bitiruv kursiga o'qish uchun qayta tiklanishi mumkin.

26. Uzrli sabab bilan yakuniy davlat attestastiyasi sinovlariga kelmagan talabalar rektorining buyrug'i bilan yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasining ishi yakunlanishiga qadar boshqa muddatlarda o'tkaziladigan yakuniy davlat attestastiyasi sinovlariga kiritilishi mumkin.

27. Yakuniy davlat attestastiyasi sinovlarida olgan bahosiga e'tiroz bildirgan bitiruvchilarning arizalarini ko'rib chiqish uchun oliy ta'lim muassasasi rektorining (filial rektorining) buyrug'i bilan apellyastiyasi komissiyasi tuziladi.

Apellyastiyasi komissiyasi oliy ta'lim muassasasining ilmiy-pedagogik kadrlari (apellyastiyasi komissiyasi umumiy tarkibining 40 foizigacha), shuningdek tegishli sohaning malakali mutaxassislari, turdosh oliy ta'lim muassasalarining tajribali professor-o'qituvchi va ilmiy xodimlari orasidan kamida 5 kishidan iborat tarkibda shakllantiriladi.

Apellyastiyasi komissiyasi tarkibiga joriy yilda yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasi ishida ishtirok etgan shaxslarning kiritilishi taqiqlanadi.

28. Yakuniy davlat attestastiyasi jarayonida qo'yilgan bahodan norozi bo'lgan bitiruvchilar yakuniy davlat attestastiyasi baholari e'lon qilingan kundan e'tiboran uch kun muddat ichida apellyastiyasi komissiyasiga murojaat qilish huquqiga egadirlar.

29. Apellyastiyasi komissiyasi o'z xulosasini bitiruvchiga bir kun muddat ichida ma'lum qilishi lozim.

30. Yakuniy davlat attestastiyasi komissiyasining ishi bo'yicha yillik hisobot oliy ta'lim muassasasi ilmiy kengashida ko'rib chiqiladi. Mazkur ilmiy kengashga yakuniy davlat attestastiyasi komissiyalari raislari taklif qilinadi.

V. YAKUNIY QOIDALAR

31. Mazkur Nizomda belgilangan qoidalar bo'yicha nizolar qonun hujjatlariga muvofiq hal qilinadi.

32. Ushbu Nizom O'zbekiston aloqa va axborotlashtirish agentligi, "O'zbekiston temir yo'llari" DAK, Davlat soliq qo'mitasi, Badiiy akademiya, Navoiy kon-metallurgiya kombinati, Xalq ta'limi vazirligi, Sog'liqni saqlash vazirligi, Qishloq va suv xo'jaligi vazirligi, Madaniyat va sport ishlari vazirligi, Tashqi ishlar vazirligi va O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasi huzuridagi Davlat test markazi bilan kelishilgan.

"O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami", 2009 yil, 23-son, 267-modda.

60310900 – Psixologiya (sport psixologiyasi) ta'lim yo'nalishi bitiruvchilari uchun umukasbiy, ixtisoslik fanlaridan Yakuniy davlat attestastiyasi sinovi yozma ishtarini BAHOLASH MEZONILARI

Yozma ish uchun 4 tadan savol tuziladi va har bir savolga "0" ball dan "25" ball gacha baholanadi.	20-25-ball	Talaba berilgan yozma ishdagi 4 ta savolning har birini mohiyatini tushunishi, bilishi, tasavvurga ega bo'lishi lozim. Uni ilmiy asoslagan holda ijodiy fikrlab, mustaqil mushohada yuritib, imloviy xatosiz yoritib berishi hamda shu savollarda berilgan ma'lumotlarni taqqoslay olishi, xulosa va qarorlar chiqargan holda, amalda qo'llay biling kerak. Talaba 4 ta savolga ham shu mezon asosida javob bergan bo'lsa, yozma ishga maksimal 100 ball (4x25 ball) qo'yiladi. Talabaning fan bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichini nazorat qilishda quyidagi namunaviy mezonlar tavsiya etiladi (har bir savol uchun): 20-25 ball uchun talabaning bilim darajasi qo'yidagilarga javob berishi lozim: xulosa va qaror qabul qilish; ijodiy fikrlay olish; mustaqil mushohada yurita olish; olgan bilimlarni amalda qo'llay olish; mohiyatini tushunish; bilish, aytib berish; tasavvurga ega bo'lish.	Umumiy ball - 100 ball
	15-20 ball	Talaba berilgan yozma ishdagi 4 ta savol to'g'risida bilim va tasavvurga ega bo'lishi lozim. Savolni mohiyatini tushungun holda mustaqil mushohada yuritib, savol mazmunini yoritib berishi kerak. Berilgan ilmiy ma'lumotlarni o'zaro taqqoslashga qiyinaladi, xulosalar yakuniga yetmagan. Talaba 4 ta savolga ham shu mezon asosida javob bergan bo'lsa, yozma ishga 20 ball (5x4 ball) qo'yiladi. 15-20-ball uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim: • mustaqil mushohada yurita olish, olgan bilimlarni amalda qo'llay olish; • mohiyatini tushunish; bilish, aytib berish; tasavvurga ega bulish.	86-100-ball A'lo. (86-100%)
	10-15 ball	Talaba yozma ishdagi 4 ta savolni mohiyatini tushunishi, tasavvurga ega bo'lishi, qisman bilishi hisobga olinadi. Ilmiy ma'lumotlar qisman yozilgan, bu ma'lumotlar asosida mustaqil fikr va xulosalar yurita olmaydi. Talaba 4 ta savolga ham shu mezon asosida javob bergan bo'lsa, yozma ishga 15 ball qo'yiladi. 10-15-ball uchun talabaning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim: • mohiyatini tushunish; bilish, aytib berish; tasavvurga ega bo'lish.	71-85-ball yaxshi (71-85%)
	5-10-ball	Talaba 4-ta savolning mohiyatini qisman tushunsa, ilmiy ma'lumotlarni yozishda xatoliklarga yo'l qo'ysa. Mustaqil fikr va xulosalar yoritilmagan bo'lsa, yozma ishga jami 10 ball qo'yiladi.	55-70-ball Qoniqarli. (55-70%)
	0-5 ball	Talaba 4-ta savolni mohiyatini tushunmasa, ilmiy ma'lumotlarni bayon etishda qo'pol xatoliklarga yo'l qo'yilsa, ma'lumotlar asosida mustaqil fikr yurita olmasa, yozma ishga jami 5 ball qo'yiladi.	0-54 ball. Qoniqsiz. (0-54%)

2.07. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati

I. Fanning mazmuni

Fanning o'qitish maqsadi - jismoniy tarbiya asoslarining chuqur nazariy anglanishini ta'minlash, jismoniy tarbiya va sport bo'yicha pedagogning kasbiy faoliyatidagi asosiy nazariy-usuliy qoidalarini amalga oshirish malakasini shakllantirishdan iborat.

Fanning vazifasi- jismoniy tarbiya va sport faoliyatining nazariy qoidalarini o'rganish, jismoniy tarbiya va sport nazariyasi va uslubiyatining tushunchalarini o'rganish, jismoniy tarbiya va sportning vosita va usullarini o'zlashtirish; jismoniy tarbiya va sportning tashkiliy shakllarini o'rganish, tayyorgarlik fanlari tizimida jismoniy tarbiya va sport nazariyasi hamda uslubiyatining integratsiyalovchi roli to'g'risida tasavvur hosil qilish; amalda harakat faoliyatlarini o'rganish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish, bilimlarni shakllantirish nazariyasi va uslubiyatini qo'llashga o'rgatish.

1-mavzu. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fanining predmeti. Maqsad va vazifalari. Asosiy tushunchalari

Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fani o'quv predmeti sifatida. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyatining asosiy tushunchalariga ta'rif: "Jismoniy madaniyat", "Jismoniy tarbiya", "Jismoniy rivojlanish", "Jismoniy tayyorgarlik", "Sport", "Jismoniy madaniyat tizimi". Jismoniy madaniyatning maqsadi va vazifalari. Jismoniy madaniyat nazariyasining oliy jismoniy ta'lim tizimidagi o'rni.

2-mavzu. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fanining rivojlanish tarixi hamda uning boshqa tarbiya turlari bilan aloqadorligi

Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati fani o'quv predmeti sifatida boshqa fanlar bilan o'zaro aloqasi. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati fanining vujudga kelishi va rivojlanish bosqichlari. Jismoniy tarbiya jarayonida aqliy tarbiya. Aqliy tarbiyaning vazifalari. Aqliy tarbiya vositalari. Aqliy tarbiya uslublari. Ahloqiy tarbiya. estetik tarbiya. estetik tarbiyaning mazmuni. Mehnat tarbiyasi. O'z-o'zini tarbiyalash.

3-mavzu. Jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi asosiy funktsiya va shakllari

Jismoniy tarbiyada milliy qadriyatlarning tutgan o'rni. Jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi umumiy funktsiyalari: estetik funktsiya, normativ funktsiyasi, axborot funktsiyasi. Jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi maxsus funktsiyalari: ta'lim va tarbiya funktsiyasi, amaliy funktsiya, sport funktsiyasi, rekreativ va sog'lomlashtirish-reabilitatsiya funktsiyasi. Jismoniy tarbiyaning jamiyatdagi asosiy komponentlari va shakllari. Jismoniy tarbiya bazasi. Sport. Kasb-amaliy jismoniy madaniyati. Sog'lomlashtirish qayta tiklash jismoniy madaniyati.

4-mavzu. Jismoniy tarbiyaning vositalariga tavsif

Jismoniy tarbiya vositalarining umumiy tavsifi. Jismoniy mashqlarning kelib chiqishi va mohiyati. Jismoniy mashqlarning ta'sirini belgilaydigan omillar. Jismoniy mashqlarning mazmuni va shakli. Texnika. Texnikaning asosi, zvenolari va detallari. Jismoniy mashqlarning turkumlanishi. Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari. Gigiyenik omillar.

5-mavzu. Jismoniy tarbiyaning umum pedagogik uslublari

Jismoniy tarbiyaning umum pedagogik vositalariga tavsif. Ta'limning uslublariga qo'yilgan

umumiy talablar So'z uslubi. Ko'rgazmalilik uslubi.

6-mavzu. Jismoniy tarbiyaning maxsus uslublari

Jismoniy tarbiyaning maxsus uslublariga umumiy tavsif. O'yin uslubi. Musobaqa uslubi. Qat'iy tartiblashtirilgan mashq uslubi. Harakatlarni o'rganish jarayonida qismlarga bo'lib bajariladigan mashq uslubi, yaxlit mashq uslubi. Harakat malakalarini takomillashtirish va jismoniy sifatlarni tarbiyalash jarayonida standart mashq uslubi va o'zgaruvchan mashq uslubi, kombinatsiyalashtirilgan mashq uslublari, uzluksiz mashq uslubi bo'yicha aylanma mashg'ulot, intervallimashq uslubi bo'yicha aylanma mashg'ulot.

7-mavzu. Jismoniy mashqlarni bajarishda yuklama va dam olishning o'zarobog'liqligi

Jismoniy yuklama. Yuklamani me'yoriylash. Yuklamaning hajmi, shiddati. Yuklama va dam olishni to'g'ri navbatlash. Jismoniy tarbiya jarayonida yuklama samarasining miqdor va sifat jihatdan dam olish shart sharoitlarga bog'liqligi. Faol va sust dam olish. Charchash va qayta tiklanish jarayoni. Topshiriqlarni murakkablashtirish shartlari va yuklamani oshirish shakllari. Yuklamaning to'g'ri chiziq bo'ylab oshib boruvchi, bosqichma-bosqich oshib boruvchi, to'liqinsimon shakllari.

8-mavzu. Jismoniy tarbiyaning umumiy va uslubiy tamoyillariga tavsif

Jismoniy tarbiyaning umumiy tamoyillariga tavsif. Shaxsni har tomonlama kamol toptirish tamoyili. Jismoniy tarbiyaning mehnat va harbiy amaliyot bilan aloqasi tamoyili. Jismoniy tarbiyaning sog'lomlashtirishga qaratilganlik tamoyili. Jismoniy tarbiyaning uslubiy tamoyillariga tavsif. Onglilik va faollilik, ko'rsatmalilik, bajara olish va individuallashtirish, muntazamlilik, taraqqiyot (talablarni asta-sekinlik bilan oshirib borish) tamoyillari.

9-mavzu. Harakat faoliyatini shakllantirishning qonuniyatlari

Harakatlarga o'rgatish jarayonining asoslari. Ko'nikma va malakani shakllantirish ta'lim jarayoni sifatida. Tushuncha va terminlar. Harakatni bajara olish. Harakat faoliyatini shakllantirish tizimi. Harakat malakasi dasturining shakllanishi. Harakat malakalarida dinamik stereotipning yuzaga kelish. Harakat malakasining shakllanishida ekstrapolyatsiyaning o'rni. Harakat malakalarining shakllanish fazalari. Malakaning ko'chishi. Malakaning ijobiy va salbiy ko'chishi. Harakatni oliy tartibda bajara olish.

10-mavzu. Harakatlarga o'rgatish jarayoni bosqichlarining xususiyatlari vatuzilishi

Harakat faoliyatiga o'rgatish jarayoniga tavsif. Dastlabki o'rganish. Chuqurroq o'rganish. Harakatlarni bajarish malakasini mustahkamlash va yanada takomillashtirish. O'rgatish jarayonlarining vazifalari. O'rgatish jarayonlarining uslub va tamoyillar bilan o'zaro aloqasi.

2-Modul. Jismoniy sifatlarning umumiy tavsifi va ularni rivojlantirish nazorat qilish

Jismoniy sifatlarga umumiy tavsif. Jismoniy sifatlarning ta'lim jarayonida tushuncha. Jismoniy qobiliyatlar rivojlanishining asosiy qonuniyatlari. Jismoniy qobiliyatlar rivojlanishining bosqichlilik. Qobiliyatlar rivojining notekis va geteroxronligi (turli vaqtga mansubligi). Jismoniy qobiliyatlarining ko'chishi. Jismoniy qobiliyatlarni rivojlantirishda yosh xususiyatlari. Jismoniy

qobiliyatlarni rivojlantirish tamoyillari

12-mavzu. Koordinatsion qobiliyatlarni tarbiyalash

Insonning muvofiqlik layoqatlariga tavsif. Chaqqonlikni tarbiyalash uslubiyatining asoslari. Chaqqonlik tushunchasiga ta'rif. Chaqqonlikni oshirishga qaratilgan yuklamalarning o'zgarishi. Chaqqonlikni tarbiyalash uslubiyati.

13-mavzu. Tezkorlik qobiliyatini tarbiyalash

Tezkorlik tushunchasiga ta'rif. Oddiy va murakkab reaksiya. Tezkorlikning fiziologik va bioximik asoslari. Oddiy reaksiya tezkorligini tarbiyalash. Analitik yondoshish uslubiyati. Sensomotor uslubiyati. Murakkab reaksiya tezkorligini tarbiyalash. Harakatdagi ob'ektga bo'ladigan reaksiya va tanlash reaksiyasi. Tezkorlikni tarbiyalashning vosita va usublari.

14-mavzu. Egiluvchanlik qobiliyatini tarbiyalash

Egiluvchanlik tushunchasiga ta'rif. Egiluvchanlikning namoyon bo'lishini muhitning tashqi temperaturasiga bog'liqligi egiluvchanlikni tarbiyalash uslubiyati. Faol va sust egiluvchanlik. Egiluvchanlikni rivojlantirish uchun beriladigan mashqlar.

15-mavzu. Jismoniy tarbiya jarayonida tana vazni va qaddi-qomatni shakllantirish

To'g'ri qaddi-qomatni shakllantirish. Jismoniy kamolotga erishishda to'g'ri qaddi-qomat shakllanish ahamiyati. To'g'ri qaddi-qomat holatiga ta'sir etuvchi omillar. To'g'ri qaddi-qomatning buzulishi. Jismoniy tarbiya vositalari yordamida qaddi-qomat buzilishining oldini olish. To'g'ri qaddi-qomat shakllanishining vazifalari, vositalari va usullari. Qaddi-qomat buzulishini tuzatishning asosiy usublari. Jismoniy tarbiya tizimida ko'p yillik va alohida darslarda qaddi-qomatni shakllantirishda jismoniy mashqlarni qo'llash.

Jismoniy tarbiya orqali tana vaznini barqaror ushlab. Tana vaznini ortish omillari. Tana vaznini boshqarishning asosiy usublari.

16-mavzu. Kuch qobiliyatini tarbiyalash

Kuch tushunchasiga ta'rif. Kuch namoyon bo'lishi sharoitlariga kuchning bog'liq ekanligi. Insonning jismoniy fazilati sifatidagi kuchning turlari. Portlovchi kuch. Muskul kuchi va sportchining vazni. Kuch mashqlarini bajarishdagi ba'zi talablar. Kuch mashqlarini bajarishda gavda holatining ahamiyati. Kuch qobiliyatini tarbiyalash uslubiyati.

17-mavzu. Chidamlilikni tarbiyalash

Tushunchaning ta'ri. Charchoq va chidamlilik. Chidamlilikning turlari. Nafas olish va chidamlilik. Turli intensivlikdagi siklik mashqlarda chidamlilikni tarbiyalash xususiyatlari. Yakkama-yakka bahslashuv va sport o'yinlarida chidamlilikni tarbiyalashning xususiyatlari. Chidamlilikni tarbiyalashning vositava usublari.

3-Modul. Ta'lim tizimida jismoniy tarbiya va sport

18-mavzu. Ilk va maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasi

Ma'ruzada ilk va maktab yoshidagi bolalarning jismoniy tarbiyasi, jismoniy tarbiyaning ijtimoiy pedagogik ahamiyati, vazifalari va me'yorchilik asoslari, jismoniy tarbiyaning majburiy kurs ekanligi, jismoniy tarbiya dasturida ko'rsatilgan vositalar tarkibi va yoshlik davrlariga qarab

ularning farqlanishi o'rgatish va bilan birga ilk va maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiya bo'yicha ish shakllarini, bolalar o'rtasida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya haqida ma'ruzalar va musobaqalar tizimini yoritib berish lozim.

19-mavzu. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi

Ma'ruzani yoritishda umumiy o'rta ta'lim maktab tizimida jismoniy tarbiya majburiy kurs ekanligi; Maktab o'quv rejasi bo'yicha jismoniy tarbiyaning umumiy kursi; Maktabda jismoniy tarbiya mashg'ulotining dastur mazmuniga ko'ra dars shakli, Maktab jismoniy tarbiya darslarining tuzilishi, dastur materiallari va o'quvchilarning yoshlik xususiyatlariga ko'ra darslarining turlarini o'rgatishdan tashqari, maktabda jismoniy tarbiya darslarining tuzilishi, dastur materiallari va o'quvchilarning yosh xususiyatlariga ko'ra darslarning turlarini va darslarda shug'ullanuvchilarning faoliyatini tashkil etish va boshqarish usulbarini ko'proq misollar orqali tushuntirish zarur.

20-mavzu. Jismoniy tarbiya darsi mashg'ulotlarning asosiy shakli sifatida, uning tuzilishi

Ma'ruzani talabalarga yoritib berishda jismoniy tarbiya darsi olib boriladigan mashg'ulotlar orasida asosiy ekanligini. Maktab o'quvchilarning jismoniy tarbiyasining vazifalari, mashg'ulotlarning asosiy shakllari va ularning tuzilishi. Jismoniy tarbiyaning vositalari, darsni tashkil qilish usullarini o'rgatish. Maktablarda jismoniy tarbiya darslarining tuzilishi va o'tkazish uslubiyatini talabalarga yoritib berish zarur.

21-mavzu. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish shakllari

Ma'ruzani yoritib berishda jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish va boshqarish, yuklamalarni me'yorchilik qoidalari; O'quv yilida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini rejalashtirishni o'rgatish; Jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish usullarini misollar bilan tushuntirish lozim bo'ladi.

22-mavzu. Sinfdan va maktabdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya tizimi

Ma'ruza davomida "Dars, darsdan tashqari shakllar" to'g'risida ko'rsatma berish umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiyaning darsdan va sinfdan tashqari shakllari. Mashg'ulotga kirish, gimnastika, harakatli daqiqalar (fizkultminutka), katta tanaffusdagi o'yinlar, kuni uzaytirilgan guruhlarda jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini tashkil etish va o'tkazish asoslarini o'rgatish kerak.

23-mavzu. Jismoniy tarbiya bo'yicha maktab dasturi va asosiy rejalashtirish hujjatlarining tavsifi

Ma'ruza davomida ko'proq davlat hujjatlariga, dastur bo'limlariga talabalarning e'tiborini qaratish, jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish va boshqarish, yuklamalarni me'yorchilik qoidalari. O'quv yilida jismoniy tarbiya mashg'ulotlarini rejalashtirishni o'rgatish kerak bo'ladi.

O'quv vaqtlari va dastur bo'limlarini choraklarga taqsimlash yillik jadvali. Yillik ish rejasi. O'quv materiallarini chorak soatlariga taqsimlash yillik jadvali. Chorak uchun ish rejalari tushuntirish kerak bo'ladi. Dastur bo'limlarini choraklarga taqsimlash yillik jadvalini doska yordamida tushuntirish, dastur bo'limlariga alohida tavsif berish lozim.

24-mavzu. Maktab jismoniy tarbiya kursining yillik reja-grafigini ishlabchiqish texnologiyasi asoslari

Ma'ruza davomida o'quv vaqtlari va dastur bo'limlarini choraklarga taqsimlash yillik jadvali. Yillik ish rejasini. O'quv materiallarini chorak soatlariga taqsimlash yillik jadvali. Chorak uchun ish rejalari tushuntirish kerak bo'ladi. Dastur bo'limlarini choraklarga taqsimlash yillik jadvalini doska yordamida tushuntirish, dastur bo'limlariga alohida tavsif berish lozim.

25-mavzu. Har bir darsning ishchi rejasini tuzish uslubi

Ma'ruza davomida yil davomida va har bitta chorak uchun dars oldiga vazifalar qo'yib, ish rejasini tuzish texnologiyasini tushuntirish bilan birga har-bir sinf uchun dars mashg'ulotlarini olib borishni tavsifiya etiladi.

26-mavzu. Jismoniy tarbiya bo'yicha dars konspektini tuzish uslubi

Ma'ruza davomida ko'proq dars konspektining to'g'ri yozilishiga va uning mazmuniga, dars oldiga qo'yiladigan vazifalarni aniq qo'yishga talabalarning e'tiborini qaratishi lozim.

27-mavzu. Jismoniy tarbiya darslarida pulsometriya olib borish uslubi

Ma'ruza davomida pulsometriya (jismoniy yuklamalarning organizmga ta'sirini aniqlash)ning qo'llanilishi, o'qituvchining tarbiyaviy ishlari, o'quvchilarning xulqi, darsni umumlashtirish haqida ma'lumotlar berish zarur.

28-mavzu. Jismoniy tarbiya darslarida xronometraj olib borish uslubi

Ma'ruza davomida xronometraj (darsning umumiy va motor zichligi)ning qo'llanilishi, o'qituvchining tarbiyaviy ishlari, o'quvchilarning xulqi, darsni umumlashtirish haqida ma'lumotlar berish zarur.

29-mavzu. Jismoniy tarbiya darsida pedagogik tahlil o'tkazish uslubi

Ma'ruza davomida jismoniy tarbiya darslarini pedagogik tahlil qilish uslublari; o'qituvchining darsga tayyorgarligi, darsni tashkil etish, o'rgatish uslublarning qo'llanilishi haqida ma'lumotlar berish, o'qituvchining tarbiyaviy ishlari, o'quvchilarning xulqi, darsni umumlashtirish va xulosalar chiqarish zarur.

30-mavzu. O'rta maxsus kasb-hunar va oliy ta'lim tizimlarida jismoniy tarbiya

Ma'ruza davomida akademik litsey va kasb-hunar kollejlari va oliy o'quv yurtlarida tahsil oluvchi yoshlarning jismoniy tarbiya darslarini rejalashtirish va shu orqali jismoniy tarbiya darslarini tashkil qilish uslublari haqida ma'lumot berish lozim.

4-Modul. Jismoniy tarbiya ko'p yillik tizim sifatida

31-mavzu. Kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlik tizimida jismoniy tarbiya

Kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlik tushunchasiga ta'rif. Kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlikning maqsadi va vazifalari. Kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlikning kasb-amaliy jismoniy tayyorgarlik bo'yicha mashg'ulot shakllari. Ba'zi bir kasb egalarining kasb-amaliy jismoniy tayyorgarligi.

32-mavzu. Mehnatni ratsional tashkil qilish tizimida jismoniy tarbiya

Mehnatni ilmiy tashkil qilish tizimida jismoniy tarbiyadan foydalanish. Ishlab chiqarish jarayonida mashg'ulot shakllari mazmuni vosita va uslublarning xususiyati. Jismoniy tarbiya

mehnatkashlarning kundalik turmush tarzini optimallashtiruvchi vosita sifatida.

33-mavzu. Keksa yoshdagilar jismoniy tarbiya

Keksa yoshdagilar organizmidagi o'zgarishlar Keksa yoshdagilar jismoniy tarbiyasining maqsadi, vazifalari, shakli, foydalanish uslubi va tuzulishi. Keksa yoshdagilarni jismoniy-sog'lomlashtirish tizimida pedagogik, tibbiy va o'zini-ozini nazorat qilish.

34-mavzu. Sog'lomlashtirish jismoniy tarbiyaning nazariy-uslubiy asoslari.

Sog'lomlashtirish mashg'uloti tuzulishining asoslari. Maxsus sog'lomlashtirish vositalarining yo'naltirish xususiyatlari. Jismoniy-sog'lomlashtirish xususiyatining tizimi va uslubi. Sog'lomlashtiruvchi jismoniy tarbiya bilan shug'ullanuvchilarning jismoniy tayyorgarlik va salomatlik darajasini baholash.

Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbaalari. Asosiy adabiyotlar

1. Salamov R.S. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubi. 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 uslubi. Darslik. T.,- 2005. 300 b.
7. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. Darslik. T.,- 2005. 180 b.

Qo'shimcha adabiyotlar

8. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik - har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2016 yil yakunlari va 2017 yil istiqbollari haqida boshqaruv majlisidagi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining nutqi. // Xalq so'zi gazetasi. 2017 yil 16 yanvar, №11.
9. Oliy o'quv yurtlarida jismoniy tarbiya fanidan dastur (bakalavr yo'nalishi uchun). I. 2003.
10. Raxmatova D.N., Xolmurodov L.Z. Jismoniy tarbiyaning didaktik tamoyillari. Uslubiy qo'llanma. T., 2016.
11. Salomov R.S. Jismoniy madaniyat nazariyasiga kirish. O'quv qo'llanma. T.,-1991.
12. Гелецкий В.М. Теория физической культуры и спорта. Учебное пособие - Красноярск: ИПК СФУ, 2008.
13. Наскалов В. М. Теория и методика физического воспитания - Новополюк ПГУ, 2008.
14. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая

теория и ее практические приложения. — К.: Олимпийская литература, 2004.

15. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. — 3-е изд., стер. — М.: Академия, 2007. — 368с.
16. Фурманов А.Г., Круталевич М.М. Теория и методика физической культуры: Учеб. Пособие. — Минск, 2014
17. Холодов, Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — 10-е изд., испр.— М.: Академия, 2012. — 480 с.
18. Юнусова Ю.М. Физическая культура общеобразовательной школе. Учебная пособия. Т.,-2004 200 с.
19. Юнусова Ю.М. Основы спортивной тренировки. Учебная пособия. Т.,- 2009. 220 с.

Internet saytlari

20. www.gov.uz — O'zbekiston Respublikasi hukumat portali.
21. www.lex.uz — O'zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari ma'lumotlarimilliy bazasi.
22. <http://www.zivonet.uz> — O'zbekiston Respublikasi axborot ta'lim tarmog

3.01. Psixologiya (sport) fani dasturining nazariy qismi

I.Fanning mazmuni

Fanni o'qitishdan maqsad — 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 jihatdantayyorlash.

Fanning vazifasi — fanlar tizimiga sport psixologiyasining integratsiyalashuvi 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 sifatini 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 4 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.

1-modul. Sport psixologiyasining umumiy muammolari

1-mavzu. Sport psixologiyasining predmeti, maqsad va vazifalari

Sport psixologiyasi — psixologiya fanining maxsus amaliy sohasi ekanligi. Sport psixologiyasining umumiy psixologiya, psixologiya fanining boshqa tarmoqlari, sportning nazariya va amaliyoti bilan bog'liqligi. Sport psixologiyasining predmeti. Sport psixologiyasining hozirgi xolati, uning asosiy vazifalari va ilmiy tekshirish muammolari.

2-mavzu. Sport psixologiyasining paydo bo'lishi va rivojlanishi

Sport psixologiyasining vujudga kelishi va tarixiy taraqqiyoti. Sport psixologiyasining paydo bo'lishi va rivojlanishi. Sport psixologiyasining asoschisi. Olimlarning sport psixologiya fani bo'yicha olib borgan ilmiy ishlari. Xalqaro sport psixologiyasi qo'mitasining tashkil etilishi. Sport psixologiyasi rivojlanishi bo'yicha chaqirilgan va tashkil etilgan ilmiy kongresslar.

3-mavzu. Sport psixologiyasining o'zbekistonda rivojlanishi.

O'zbekiston respublikasida sport psixologiyasining paydo bo'lishi. O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya institutining sport psixologiyasi rivojlanishiga qo'shgan xissasi. Sport psixologiyasi bo'yicha dastlabki ilmiy maqolalar va ilmiy ishlar mualliflari. Sport psixologiyasini rivojlantirish. Sport psixologiyasi bo'yicha tashkil etilgan laboratoriya.

4-mavzu. Sport faoliyatida psixologiyaning ahamiyati

Psixika va ong to'g'risida umumiy tushuncha. Psixologiyaning sportdagi o'rni. Oliy nerv faoliyati haqida umumiy tushuncha. Psixikaning nerv fiziologik asoslari. Markaziy nerv sistemasi. Bosh miya va psixik funksiyalar. Periferiya nerv sistemasi. Vegetativ nerv sistemasi. Reflekslar. Yuksak nerv faoliyatining asosiy qonuniyatlari.

5-mavzu. Psixik jarayonlar va ularning tavsifi

Psixik jarayonlar to'g'risida umumiy tushuncha. Bilish jarayonlari to'g'risida tushuncha. Emotsional soha (xissiyot sohasi) to'g'risida umumiy tushuncha. Iroda sohasi to'g'risida umumiy tushuncha. Psixik funksiyalar.

6-mavzu. Har xil sport turlarida sezgilarning roli
Sezgilar haqida umumiy tushuncha. Sezgi turlari. Ko'rish sezgilari. Eshitish sezgilari. Taktil sezgilari. Muskul-xarakat sezgilari. Muvozanat sezgilari. Xarorat sezgilari. Organik sezgilari. Og'riq sezgilari. Xid bilish sezgilari. Ta'm bilish sezgilari. Sezgi sohasidagi ba'zi qonuniyatlar. Sezgilarning sportdagi ahamiyati.

7-mavzu. Idrok va uning sport faoliyatidagi roli
Idroklar to'g'risida umumiy tushuncha. Idrokning murakkabligi. Fazoni idrok qilish. Vaqtni idrok qilish. Harakatni idrok qilish. Illyuzalar. Har xil sport turlarida ixtisoslashtirilgan idroklar.

8-mavzu. Tasavvur va uning sportchi mashg'ulotidagi ahamiyati
Tasavvur to'g'risida umumiy tushuncha. Tasavvurning turlari. Tasavvurning nerv fiziologik asoslari. Ideomotor aktlar to'g'risida umumiy tushuncha. Ideomotor mashg'ulotlar.

9-mavzu. Hayol – zarur sharoitlardi sport natijalarini oshirish sifatida
Hayol haqida umumiy tushuncha. Hayol qilish jarayoni. Hayol turlari. Hayol kengligi va mazmunligi. Ijodiy hayolning sportdagi ahamiyati. Hayol –sport natijalarini oshirish sifatida.

10-mavzu. Texnik- taktik tayyorgarlik va musobaqa faoliyatida tafakkurning ahamiyati va uning tavsifi
Tafakkur haqida umumiy tushuncha. Fikr yuritish operatsiyalari. Hukum va xulosa chiqarish. Tushuncha. Tafakkurning turlari. Tafakkurning o'sishi. Texnik-taktik tayyorgarlikda tafakkurning o'rni. Musobaqa faoliyatida tafakkurning ahamiyati. Sport faoliyatini rivojlantirishda intellekt va uning ahamiyati.

11-mavzu. Nutq – muloqot, o'rgatish va sport bilimlarini egallash sifatida
Nutq to'g'risida umumiy tushuncha. Nutqning xususiy funksiyalari. Nutq-ifodalash vositasi. Nutqning anatomik-fiziologik asoslari. Nutq va tafakkur. Nutq turlari. Nutq –o'rgatish va sport bilimlarini egallash sifatida.

12-mavzu. Xotira va uning sportdagi ahamiyati
Xotira to'g'risida umumiy tushuncha. Xotira jarayonlari. Esda olib qolish. Esga tushurish va uning xillari. Esda saqlash va unutish. Xotiraning ahamiyati. Xotiraning o'sishi. Sportdagi bilim ko'nikma va malakalarni egallashda xotiraning o'rni.

13-mavzu. Diqqatning sport faoliyatidagi xususiyatlari barqarorligi, xajmi, taqsimlanishi, ko'chishi va ularning ahamiyati
Diqqat to'g'risida umumiy tushuncha. Diqqatning fiziologik asoslari. Diqqatning turlari. Diqqatning xususiyatlari. Diqqatning ko'chuvchanligi, diqqatning taqsimlanishi, diqqatning hajmi, diqqatning kuchi va barqarorligi. Sport faoliyatida diqqat xususiyatlarining ahamiyati.

14-mavzu. Sport faoliyatidagi emotsional holatlarning ahamiyati
Emotsiya (hissiyot) to'g'risida umumiy tushuncha. Hissiyotning fiziologik asoslari. Hissiyotning tashqi ifodalanishi. Emotsional holatlar va ularning turlari. Sport faoliyatidagi emotsional holatlarning tavsifi.

15-mavzu. Iroda va uning sportdagi ahamiyati
Ixtiyoriy va ixtiyorsiz faollik to'g'risida umumiy tushuncha. Irodaviy harakatlarning asosiy bosqichlari. Irodaviy harakatlarning sifatleri. Irodaviy harakatlarning nerv –fiziologik asoslari. Sport turlarini egallashda irodaning o'rni.

16-mavzu. Sport psixologiyasida ilmiy tadqiqot usullari

Sport psixologiyasida ilmiy tekshirishlarning vazifalari va ahamiyati. Ilmiy va amaliy tekshirishlar. Sport psixologiyasida ilmiy tekshirish usullarini tavsifi. Kuzatish. Eksperiment (tabiiy va laboratoriya). Suhbat usuli. Anketa usuli. Testlar usuli. Loyihalashtirilgan testlar. Psixomotor testlar. Psixodiagnostika. Ilmiy tekshirishni uyushtirish. Sport psixologiyasida ilmiy tekshirish usullarining klassifikatsiyasi. Psixik, sensoriy va psixomotor jarayonlar va funksiyalarni tekshirish usullari. Sportchini psixik xolotlarini tekshirish usullari. Sport kollektivi, komanda va shaxslararo munosabatlarni tekshirish usullari.

17-mavzu. Sportda psixodiagnostika usullari

Psixodiagnostika haqida tushuncha. Psixodiagnostika prinsiplari: ob'ektivlik prinsipi, dinamiklik prinsipi, analiz-sintez o'rganish prinsipi. Psixodiagnostika usullariga talablar. Kuchga ega bo'lganligi, barqarorligi, prognostik (oldindan 7 aytib berish, baxolash) qiymati, farqlash kuchi. Spetsifik, yarim spetsifik, nospetsifik testlar tavsifi.

18-mavzu. Psixik xolatlarni diagnostikasi

Psixik xolat diagnostika bo'yicha usulbar. Psixik jarayon xususiyatlarini tekshirish usullari. Shaxs xususiyatlarini diagnostika qilishda qo'llaniladigan usulbar. Sotsiometriya - bu ijtimoiy psixologik tekshirish usullaridir. Psixodiagnostika usullaridan foydalanish: "PSI-10", "Sinxro", "Psixologiya", kabi kompyuter o'quv dasturlaridan va "SPORK" sportchilarni portlovchi harakat qobiliyatini o'lchash va rivojlantirish moslamasidan foydalaniladi.

19-mavzu. Aniq sport turlariga psixologik tavsif

Sport to'g'risida umumiy ma'lumotlar: vazifasi, ob'ektiv sharoitlari, ish hajmi, sportchilar o'rtasidagi munosabatga tavsif, harakat va malakalarga tavsif. Sezgi, ixtisoslashtirilgan idroklar, diqqatni turlari va xossalari, idrok va tafakkurni tezligi, harakat malakalarining shakllanishida harakat tasavvurlarining rivojlantirishga qo'yiladigan talablar. Ayni sport turidagi ob'ektiv va sub'ektiv qiyinchiliklar, irodaviy zo'r berish va irodaviy sifatlarini rivojlantirish.

20-mavzu. Sportda ta'lim- tarbiyani o'rgatish va takomillashtirish psixologiyasi

Sportda tarbiyalash, o'qitish va mashg'ulotlarning umumiy psixologik tavsifi. O'qitish va sportda takomillashtirish - sportchi shaxsini maxsus bilimlarga o'rgatish, maxsus harakat malakalarini shakllantirish, psixik funksiyalarini rivojlantirish va ijodiy xususiyatlarini tarbiyalash pedagogik jarayon sifatida.

21-mavzu. Sport faoliyatining psixologik tavsifi

Sport faoliyati to'g'risida umumiy tushuncha. Sport faoliyatidagi irodaviy zo'r berish va uning ahamiyati. Sportdagi xissey emosional kechinmalarining xususiyatlari. Muskul zo'rliq bilan bog'liq bo'lgan irodaviy zo'r berishlar, diqqat bilan bog'liq bo'lgan irodaviy zo'rliq. Xoldan toyish va kuchdan qolish bilan bog'liq irodaviy zo'r berishlar, kun tartibi bilan bog'liq irodaviy zo'r berishlar. Xavf - xatar va tavakkalchiliklarni cho'zilishi bilan bog'liq irodaviy zo'r berishlar.

22-mavzu. Sport ekstremal faoliyat sifatida

Ekstremal faoliyat to'g'risida umumiy tushuncha. Real va ramziy xavflar to'g'risida tushuncha. Har bir sport turlaridagi ekstremal faoliyatlarining ahamiyati.

23-mavzu. Sport faoliyatidagi motivlar

Motiv to'g'risida umumiy tushuncha. Sportdagi motivlarning rivojlanish dinamikasi. Sport bilan shug'ullanishning dastlabki bosqichi. Ixtisoslashgan va tanlangan sport turlari bosqichi. Sport mahorati bosqichi. Sportdagi motivlarning individual xususiyatlarini. Individualistik motivlar, kollektivistik motivlar, jarayonli motivlar, natijaviy motivlar.

24-mavzu. Sport musobaqasining psixologiyasi

Sport musobaqasining psixologik xususiyatlari haqida umumiy tushuncha. Startoldi holatlarining psixologik xususiyatlari. Startoldi lixoradkasi, startoldi apatiyasi, xotirjamlik xolati, jangovarlik xolati. Sport kurashlari jarayonida paydo bo'ladigan his -tuyg'ularning tavsifi. Musobaqalashuvdan keyingi psixik holatlar.

25-mavzu. Sportda shaxs psixologiyasi

Shaxs sportda shakllanishining psixologik jihatlari. Yuqori malakali sportchishaxsining o'ziga xos jihatlari. Yuqori sport mahoratiga erishgan sportchilar shaxsi motivasiyasining hususiyatlari. Sportchi shaxs faoliyatiga temperament va nerv tizimi xususiyatlarining ta'siri. Sportda individual faoliyat uslubi. Chempion sportchining shaxsiy sifatleri.

26-mavzu. Qobiliyatning sportdagi ahamiyati

Qobiliyat to'g'risida umumiy tushuncha. Qobiliyat va uning turlari to'g'risida umumiy tushuncha. Sport turlarini egallashda qobiliyatning ahamiyati. Qobiliyat ko'nikma malakalami egallashda tutgan o'rni.

27-mavzu. Sportchining texnik-taktik malakalarni egallashda qobiliyatning ahamiyati

Sport faoliyatidagi qobiliyatlari to'g'risida umumiy tushuncha. Texnik malakalarni egallashda qobiliyatning ahamiyati. Taktik ko'nikma va malakalarni egallashda qobiliyatning roli. Qobiliyatni rivojlantirishning ahamiyati.

28-mavzu. Tezkor - kuch sport turlarida portlash qobiliyati va uning ahamiyati

Tezkor-kuch sport turlarida portlash qobiliyatning o'rni. Portlash qobiliyatini o'lchash va rivojlantirishning muhimligi. Portlash qobiliyatning rivojlantirishning musobaqa natijalariga ijobiy ta'siri.

29-mavzu. Sportchining portlash qobiliyatining rivojlantirishda trenajyor moslamani o'rni

Sportchilarni portlash qobiliyatini rivojlantirishda sport trenajyorlarining ahamiyati. Portlash qobiliyatini rivojlantirishning shaxsiy omillarga ta'siri. SPORK moslami haqida tushuncha.

30-mavzu. SPORK moslamasi yordamida sportchining portlash qobiliyatini rivojlantirish

SPORK moslamasining tuzilishi va funksiyasi. Portlash qobiliyatning rivojlanish darajasini o'lchashda SPORK moslamasining ahamiyati. Portlash qobiliyatini o'lchash va rivojlantirishda kam kuch, vaqt va energiyani tejagan xolda yuqori darajaga erishish.

31-mavzu. Shaxsning intilish darajasi va uning sportdagi ahamiyati

Shaxs haqida umumiy tushuncha. Individ, odam, shaxs tushunchalariga tavsif. Sportchi shaxsining yo'nalishi. Shaxsning dunyoqarashi (qiziqish, motivatsiya, ehtiyoj).

32-mavzu. Murabbiy shaxsi va faoliyatining psixologik tavsifi

Murabbiy faoliyatining psixologik xususiyatlari. Murabbiy faoliyatiga qoyilgan talablar. Murabbiy faoliyatining tuzilishi. Pedagogik taktning psixologik asoslari. Murabbiy obro'si, psixologik tayyorgarlikda murabbiyning boshqarish uslubi va uning ahamiyati. Murabbiy-sportchi o'zaro munosabatlarining xususiyatlari. Murabbiy faoliyatini baxolashda asosiy mezonlar.

33-mavzu. Trener shaxsi va faoliyatining psixologik xarakteristikasi

Trenerni ayrim sport turi bo'yicha pedagog sifatida umumiy psixologik xususiyatlari. Trenerni boshliq sifatida asosiy funksiyalari: informasion, o'rgatuvchi, tarbiyaviy, boshqaruvchi,

administrativ va ularning har birining trener faoliyatida ahamiyati.

34-mavzu. Murabbiy faoliyatining boshqaruv uslublari

Trener faoliyatining uslubi. Jamoani boshqarish uslubi. Jamoani boshqarish avtoritar (markazdan boshqarish), demokratik (kengash) va liberal uslublarining xususiyatlari. U yoki bu boshqarish uslublarida sportchi-trener munosabatlarining harakteri. Jamoani boshqarishda individual uslub xaqida tushuncha. Boshqarish uslubi va jamoani sport faoliyatidagi muvaffaqiyati. Trener shaxsining individual psixologik xususiyatlari ma'naviy sifatlarining xususiyatlari.

35-mavzu. Sport mashg'ulotlarining psixologiyasi

Mashg'ulot jarayonining psixologik xususiyatlari. Psixik zo'rliqish va o'ta zo'rliqishning sport faoliyatiga ta'siri. Mashg'ulot jarayonining psixologik xususiyatlari. Psixik zo'rliqish va o'ta zo'rliqishning sport faoliyatiga ta'siri. Mashg'ulot jarayonidagi psixik o'ta zo'rliqlarning belgilari. Mashg'ulot jarayonida trenerga tavsiyalar. Mashg'ulot jarayonida sportchi motivasiyasining shakllanishi. Natija motivasiyasi va mashg'ulotlar motivasiyasining almashishi. Mashg'ulot jarayonida sportchida psixologik barqarorlik, psixik mustaxkamlik, yuqori darajadagi sport formasini shakllantirish.

36-mavzu. Sportda psixologik stresslar

Sport va psixik stress. Musobaqa va psixik stress. Sportchi temperamenti va stress. Sportchishaxsini intilish darajasi va stres. Stress va komandada oyin munosabatlari. Sportchi muvaffaqiyatlarining darajasi. Musobaqa stressogen omillariga psixikaning adaptatsiyasi.

37-mavzu. Mashg'ulot jarayonida sportchida psixologik barqarorlik, psixologik ishonchlilik va mashqlangan xolati cho'qqisini shakllantirish

Psixologik tayyorgarlikning optimal darajasi. Psixologik barqarorlik. Musobaqalashuv sharoitlarida sportchilarning psixik ishonchliliğini shakllantirish. Sportchini mashqlangan xolatini cho'qqisiga olib chiqish.

38-mavzu. Sportchini jismoniy jihatdan tarbiyalashning psixologik asoslari

Sportchini jismoniy jihatdan tayyorlashning psixologik asoslari xaqida tushuncha. Tezlik, kuch, chidamlilik, chaqqonlik jismoniy sifatlarining psixologik tavsifi. Jismoniy sifatlarini anglash xususiyatlari va ularni boshqarish. Jismoniy sifatlarining maxsus idrok qilish va ularning harakat malakalari bilan bog'lanishi. Jismoniy sifatlarini rivojlantirish, ularning har bir sport turi spesifikasi bilan bog'liqligi.

39-mavzu. Sportda texnik jihatdan tayyorlashning psixologik asoslari

Sportchilarning texnik tayyorgarligi va psixologik xususiyatlarini rivojlantirish haqida umumiy tushuncha. O'rgatish jarayonida jismoniy mashqlarni tushunish va egallash texnikasi. Harakat malakalari texnik tayyorgarlikning asosi sifatida. Harakat malakalarida ongning roli. Harakat malakalarining shakllanish jarayoni. Harakat malakalarining shakllanish bosqichlari. Harakat malakalarini egallashda tasavvurning roli.

40-mavzu. Sportdagi ixtisoslashtirilgan idroklar

Sportda harakat malakalari va ixtisoslashtirilgan idrok. Sportda ixtisoslashtirilgan idroklar tavsifi. Ularni jismoniy, texnik, taktik, irodaviy tayyorlash bilan bog'liqligi. Ixtisoslashtirilgan idroklarning fiziologik asoslari. Ixtisoslashtirilgan idroklarning shakllanishining psixologik mexanizmlari va ularni aniq sport turlarida rivojlantirish yo'llari. Har xil sport turlarida ixtisoslashtirilgan idroklarni aniqlash uslublari.

41-mavzu. Reaksiyalar va ularning sportchini texnik tayyorlashdagi ahamiyati
Reaksiyalar to'g'risida umumiy tushuncha. Oddiy reaksiya va uning tuzilishi. Murakkab reaksiya va uning tuzilishi. Oddiy va murakkab reaksiya davrlari va lahzalari reaksiyalarning sensor, neytral va motor tiplari.

42-mavzu. Sportchini taktik jixatdan tayyorlashning psixologik asoslari
Sport taktikasini psixologik aspektlari va sportchini taktik jixatdan tayyorlash haqida tushuncha. Sport taktikasi - psixikani yuksak darajadagi harakatlarini boshqarish faoliyati ekanligi. Turli sport turlaridagi taktik tayyorgarlikning umumiy muammolari. Taktik rejani tuzish va uning sportchi harakati jarayonida amalga oshirishning psixologik xususiyatlari.

43-mavzu. Turli xildagi harakatlarning psixologik xususiyatlari
Taktik harakatlarda muvaffaqiyatga erishishning psixologik omillari va ularning tavsifi. Sport taktik tafakkurining psixologik xususiyatlari, uning mazmuni va sport harakatlarini bajarishda ahamiyati. Sportchining taktik tafakkurida nutqning roli. Taktik harakatlarni takomillashtirish usullari.

2-modul. Sportchini psixologik jihatdan tayyorlash

44-mavzu. Sportchini psixologik tayyorlash asoslari
Musobaqa va sport mashg'ulotlarini psixologik ta'minlash haqida. Psixologik tayyorlash haqida umumiy tushuncha. Psixologik tayyorgarlikning maqsadi. Psixologik tayyorgarlik turlari va ularning asosiy vazifalari.

45-mavzu. Sportchini psixologik tayyorlashning asosiy vosita va usullari
Psixologik tayyorlashning prinsiplari. Psixologik tayyorlash vositalari. Psixologik tayyorlashda individual yondoshuv. Sportchilarni musobaqaga psixologik tayyorlashni rejalashtirish asoslari.

46-mavzu. Sportchini irodaviy tayyorlash.
Sportchini irodaviy tayyorlash haqida umumiy tushuncha. Irodaviy sifatning tavsifi. Irodaviy sifatning tarbiyalashda irodaviy zo'r berish va uning ahamiyati. Sport faoliyatidagi qiyinchiliklarning tavsifi. Sportchining irodasini rivojlantirish. O'z-o'zini irodasini tarbiyalash.

47-mavzu. Sportchilarni konkret musobaqaga maxsus psixologik tayyorlash
Sportchini musobaqaga umumiy psixologik tayyorgarligi. Sport harakterining spetsifik xususiyatlari: tinchlik xolati (sovuqqonlik), o'ziga ishonish, jangovarlik xolat. Sportchini umumiy psixologik tayyorlashning tarbiya jarayonidagi tuzilishi. Sportchiga ta'sir ko'rsatishni asosiy usullari. Sportchini psixologik tayyorlashda o'z-o'zini tarbiyalash jarayonidagi tuzilishi. Konkret musobaqaga maxsus psixologik tayyorgarlik. Musobaqaga psixologik tayyor bo'lish xolatini belgilari. Konkret musobaqaga psixologik tayyorgarlikni zvenolar tizimi. Sportchining musobaqa oldi xolati va uni vaziyatga qarab boshqarish.

48-mavzu. Sport faoliyatining ijtimoiy-psixologik asoslari guruh va jamoa dinamikasi

Jamoa va gurux haqida tushuncha. Kichik gurux xayotiy faoliyati va ularning rivojlanish bosqichlari. Sport komandasining kollektiv sifatidagi maxsus psixologik tuzilishi. Sport komandasining formal yoki rasmiy tuzilishi va uning ichidagi rollarni taqsimlanishi.

49-mavzu. Sport jamoasida sotsiometriya usullari

Sport jamoasidagi sotsiometriya usullari to'g'risida umumiy tushuncha. Shaxs shakllanishida kollektivning ta'siri. Sport jamoasidagi psixologik iqlim va shaxslararo munosabatlari.

50-mavzu. Sport jamoasidagi liderlik
Lider va liderlik qilish, rahbarlik. Sport komandasida liderlik. Lider va unga ergashuvchilarning shaxsiy xususiyatlari. Liderlik uslubi. Jamoa ichidagi o'zaro munosabatni harakteri. Sport komandasining noformal tuzilishi haqida tushuncha. Formal va noformal strukturali sport komandalarning o'zaro munosabatlari. Jamoandagi jipslik va nizolar. Guruh qoidalarning barpo etilishi.

51-mavzu. Psixik xolatlarni boshqarish va o'z-o'zini boshqarish usullari
Psixogeziya, psixoprofilaktika va psixoterapiya haqida tushuncha. O'z-o'zini boshqarish va psixik xolatlarni boshqarish haqida tushuncha. Psixik boshqarishning vazifalari. Emosional xolatni boshqarish mexanizmlari. O'z-o'zini boshqarish va psixik xolatlarni boshqarish usuli, vosita va usullarini klassifikatsiyasi va ularning tavsifi.

Foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati Asosiy adabiyotlar

1. Гаппаров З.Г. Спортивная психология. Учебник. Для студ. ин-та физкультуры. Ташкент, ООО " Mexridaryo", 2009-312 с.
2. Гаппаров З.Г. Спорт psixologiyasi jismoniy tarbiya instituti talabalari uchun darslik / O'z.Res oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi. - Toshkent.: " Mexridaryo", 2011-345 b.
3. Гаппаров З.Г. Психологическая подготовка единосборцев. Ташкент, ООО "Mexridaryo"-2010 й.
4. Nicholas T.Gallucci. Sport psychology: Performance Enhancement, Performance Inhibition Individuals and Teams. Paperback. USA 2013.
5. Ishtayev J.M. tezkor - kuch sport turlarida portlovchi harakat qobiliyatni rivojlanishiga yangich metodologik yondashish. Monografiya. "Tafakkur nashriyoti"-T.: O'zDJTI, 2017. 224 bet.

Qo'shimcha adabiyotlar

6. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob halqimiz bilan birga quramiz / - Sh.M.Mirziyoyev. Toshkent: "O'zbekiston" NMIU. 2017. - 48 b.
7. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash yurt taraqqiyoti va halq faravonligining garovi. O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi qabul qilinganining 24 yilligiga bag'ishlangan tantanali marosimdagii ma'ruza. 2016 yil 7 dekabr /Sh.M. Mirziyoyev. - Toshkent: "O'zbekiston" NMIU, 2017.- 48 b.
8. Tanqidiy tahlili, 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 21 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.
9. 2017-2021 yillarda Ўзбекистон республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналишлари бўйича харакатлар 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. Сингер Р. Совершенствование двигательных навыков в спортивной гимнастике //

спортивная психология в трудах зарубежных специалистов. Хрестоматия. М. «Советский спорт» 2005г.

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

Internet saytlari

- 17. www.ziynet.uz.
- 18. www.childpsy.ru
- 19. www.edu.uz
- 20. www.pedagog.uz

2.04. Umumiy psixologiya

1-Mavzu. Psixologiya fanining predmeti va rivojlanish tarixi

Umumiy psixologiyaning predmeti, vazifalari. Psixologiya tabiiy va ijtimoiy ilmiy fan sifatida. Psixologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotining asosiy bosqichlari. Psixologiyaning falsafa doirasidagi taraqqiyoti. Psixologiya va ilmiy-texnik taraqqiyot. Psixologiyaning asosiy muammolari. Pedagog faoliyatida psixologiyaning yetakchi ahamiyatga ega ekanligi. Psixologiyasining tuzilishi, psixologiya sohalari psixologiyaning fanlar tizimida tutgan o'rni. Psixologiya fanining taraqqiyoti tarixi. Psixologik bilimlarning rivojlanish bosqichlari. Psixologiya fanining yirik ilmiy yo'nalishlari va maktablari (biologik, evolyusion, genetik, bixeviorizm, kognitiv, ijtimoiy-madaniy). O'zbekistonda psixologiya fanining rivojlanish tarixi. Zamonaviy psixologik tadqiqotlarning ustuvor yo'nalishlari, ularda to'plangan bilimlarning amaliyotda qo'llanishi.

2-Mavzu. Psixologiyaning tadqiqot metodlari va tarmoqlari

Psixologiya sohasida ilmiy-tekshirish olib borishning o'ziga xosligi. Psixologik tadqiqot metodlari: kuzatish, eksperiment, psixofiziologik metodlar, klinik metodlar, differensial metod, suhbat va so'rov, test, korrelyatsiya, modellashtirish, faoliyat natijasini o'rganish. Psixologiyada ilmiy tekshirish olib borishda zamonaviy kompyuter texnologiyalaridan foydalanish.

3-Mavzu. Xulq-atvorning psixofiziologik asosi

Xulq-atvorning psixofiziologik asosi (Nerv tizimi. Neyronlar. Akson. Dendrit. Miya. Endokrin tizim. Genetika.) Endokrin tizimning inson organizmi va xulq atvoridagi ahamiyati. Psixik xususiyat va holatlarning neyropsixologik asoslari. Egizaklar usuli, gen va atrof-muhit bir-biriga ta'siri. Irsiyat. Bixevioral genetika. Psixik faoliyatning jinsga oid xususiyatlari. Xulq-atvorning psixofiziologik asosi bo'yicha qisqacha xulosa va amaliy tavsiyalar.

4-Mavzu. Ong taraqqiyoti va ongsizlik

Filogenez va ontogenez haqida tushuncha. Psixikaning sensor, perseptiv bosqichlari. Instinktlar. Instinkt tushunchasining mazmuni. Instinktlarning klassifikatsiyasi. Hayvonlarning individual va intellektual xatti-harakat shakllari. Ongning paydo bo'lishi va uning taraqqiyoti. Onglilik va ongsizlik. Muhit psixik faoliyat va taraqqiyot omili sifatida. Anglanmagan psixik jarayonlar.

5-Mavzu. Diqqat

Diqqat haqida tushuncha. Diqqatning nerv-fiziologik asoslari. Diqqat turlari, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyoriydan so'nggi diqqat. Diqqatning xususiyatlari, diqqat kuchi va bo'linishi, diqqat ko'lam, diqqat taqsimlanishi, shaxsda diqqat rivojlanishi. Diqqatning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

6-Mavzu. Sezgi

Sezgilarning haqida umumiy tushuncha. Sezgilarning nerv-fiziologik asoslari. Sezgilarning tasnifi, sezgilarning turlari, sezgi sohasidagi qonuniyatlar. Sezgi va sezuvchanlikning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.

7-Mavzu. Idrok

Idrok haqida tushuncha. Idrokning nerv-fiziologik asoslari, xususiyatlari va qonuniyatlari. Idrokda ob'ekt va fon, appersepsiya, idrokning konstantligi. Idrokda illyuziya va gallyutsinatsiya. Vaqt, harakat va fazoni idrok qilish. Idrokning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

8-Mavzu. Xotira

Xotira haqida tushuncha. Xotiraning nerv-fiziologik asosi. Xotira nazariyalari. Xotira turlari, faoliyatga ko'ra xotira turlari, maqsadiga ko'ra xotira turlari, muddatiga ko'ra xotira turlari. Xotira jarayonlari, esda olib qolish, esga tushirish, esda saqlash, unutish. Xotirani o'rganish metodlari. Xotiraning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

9-Mavzu. Xayol

Xayol haqida tushuncha. Xayol jarayonlari. Xayol turlari, tasavvur xayoli, ijodiy xayol, ixtiyorsiz va ixtiyoriy xayol, orzu, tush ko'rish va shirin xayol. Xayol sifatlari, xayolning kengligi va torligi, xayolning chuqurligi va realligi, xayolning mazmundorligi va kuchi, fantaziya. Xayolning rivojlanishi. Xayol bo'yicha qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

10-Mavzu. Tafakkur

Tafakkur haqida tushuncha. Tafakkur va hissiy bilish. Tafakkur operatsiyalari, tafakkur shakllari, turlari. Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar. Muammoli vaziyat va uni hal qilish metodlari. Tafakkurning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

11-Mavzu. Intellekt va kreativlik

Intellekt va kreativlik haqida tushuncha. Intellekt va kreativlik nazariyalari. Intellekt sohasida psixologik differentsiatsiya – irsiyat, jins, madaniyat, muhit. Intellektni o'lchash metod va metodikalari. Intellekt sohasidagi buzilishlar. Intellekt va kreativlikning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

12-Mavzu. Faoliyat va motivatsiya

Faoliyat haqida tushuncha. Faoliyatning tuzilishi, turlari. Motiv va motivatsiya. Motivlarning turlari. Motivatsiya nazariyalari (A.Maslou, A.Adler, Z.Freyd). Motivatsion sohani tekshirish metodlari. Motivatsiyaning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

13-Mavzu. Muloqot

Muloqot va nutq haqida tushuncha, muloqot turlari. Muloqotning inson filogenetik va ontogenetik rivojlanishidagi ahamiyati. Muloqot vazifalari. Muloqotning verbal va noverbal vositalari, muloqot shaxslararo o'zaro ta'sir etish sifatida, muloqot insonlarning bir-birini tushunishi, muloqot texnikasi va usullari. Muloqotning ijtimoiy-psixologik jihatlar haqida tushuncha. Shaxslararo munosabatlar va ularda muloqotning o'rni. Muloqot tomonlari, muloqotning kommunikativ tomoni, muloqotning interaktiv tomoni, muloqotning perseptiv tomoni, emotsional va ijtimoiy intellekt, ijtimoiy psixologik trening haqida tasavvur hosil qilish. Muloqotning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

14-Mavzu. Hissiyot

Emotsiya haqida tushuncha. Hissiy holatlarning nerv-fiziologik asoslari. Insoniy emotsiyalar va hayvonlardagi emotsiyalar. Emotsiya nazariyalari (Djeyms- Lang, Kennon-Bard, S.Shaxter, D.Zinger) Qarama-qarshi emotsiyalar nazariyasi (R.Salomon bo'yicha). Hissiy holatlarning

ifodalanishi, hislarni kechirish shakllari. Yuksak hislar. Emotsiyalar va hissiyot haqida tushuncha. Emotsional holatlarning turlari. Hissiy holatlarning ifodalanishi, hislarni kechirish shakllari. Hissiy ton, affekt, stress. Yuksak hislar: praksik hislar, axloqiy hislar, estetik hislar, intellektual hislar. Ijtimoiy xulq-atvor xususiyatlari.

15-Mavzu. Iroda

Iroda haqida tushuncha. Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari. Iroda borasidagi nazariyalar. Irodaviy akt va uning tuzilishi. Irodaviy harakatlar va uni boshqarish. Shaxsning irodaviy sifatleri. Irodaning individual xususiyatlari. Irodani tarbiyalash. psixologik asosi haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar.

16-Mavzu. Shaxs

Shaxs haqida tushuncha. Shaxsning rivojlanishi. Shaxsning ximoyalani sh mexanizmlari. Ta'sir etuvchi omillar. Shaxs psixologik strukturasi. Shaxs nazariyalari (G.Ayzenk, Z.Freyd, K.Rodgers, A.Maslou). Xarakter haqida tushuncha. Shaxsning o'zini o'zi baholashi. Shaxsning o'zini o'zi nazorat qilishi va boshqarishi. Shaxsni o'rganish metodlari (kuzatish, proektiv texnikalar, so'rovnomalalar va amaliy testlar

17-Mavzu. Temperament va xarakter

Temperament haqida tushuncha, temperament tiplari, temperamentning klassik nazariyalari, temperament xususiyatlari, temperamentni tarbiyalash haqida ilmiy bilimlarni shakllantirish. Individuallik xususiyatlari differensial psixologiyaning predmeti sifatida. Inson shaxsi va individuallik xususiyatlari. Individuallik xususiyatlari klassifikatsiyasi va ularning shaxs xulq-atvori regulatsiyasidagi o'rni. Temperament. ONF tiplari xususida I.P.Pavlov nazariyasi, temperament haqida hozirgi zamon nazariyalari. Temperamentning evolyusion jarayonga moslashish imkoniyatlari. Xarakter haqida tushuncha, xarakter tuzilishi va xususiyatlari, xarakter tipologiyasi, xarakterning shakllanishi, xarakterning ifodali belgilari haqida tushuncha va ilmiy tasavvurlar hosil qilish. Xarakter shakllanishi. Xarakter aksentuatsiyasi. Jinsiy dimorfizm va individning psixologik tavsifi.

18-Mavzu. Qobiliyat

Qobiliyatlar haqida tushuncha, qobiliyatlarining sifat va miqdor tavsifi, qobiliyatlarining tuzilishi. Qobiliyat turlari, qobiliyat va irsiyat, qobiliyatlarining rivojlanishi haqi da ilmiy bilimlarni shakllantirish. Layoqat va qobiliyat. Qobiliyatlar tuzilishi, turlari. Talantning paydo bo'lishi va tuzilishi. Shaxs rivojlanishining individuallik xususiyatlari va ularning roli haqida qisqacha xulosa. Amaliy tavsiyalar

19-Mavzu. Yosh va pedagogik psixologiya fanining tadqiqot sohasi va muammolari

Yosh va pedagogik psixologiya fanining predmeti, maqsad va vazifalari. Yosh va pedagogik psixologiya faniga oid ilmiy bilimlarning vujudga kelish tarixi, fanning asosiy sohalari, yosh va pedagogik psixologiya fanining boshqa fanlar bilan aloqasi Yosh va pedagogik psixologiyaning o'qituvchi faoliyatida tutgan o'rni, yosh va pedagogik psixologiya fanining tadqiqot metodlari haqida tushuncha va ilmiy tasavvurlar hosil qilish. Psixik rivojlanish haqida tushuncha, uning o'ziga xos xususiyatlari. Rivojlanishni davrlashtirish muammosi psixik rivojlanish va ta'lim o'rtasidagi o'zaro munosabat. Turlari yosh davrlarda yetakchi faoliyat turlari.

20-Mavzu. Ontogenezning ilk bosqichlarida insonning psixik rivojlanishiga xos xususiyatlar

Perinatal davrining o'ziga hos xususiyatlari, chaqaloqlik davrida psixofiziologik rivojlanishga xos xususiyatlar haqida umumiy tushuncha, tug'ilish davri inqirozi, go'daklik davrining o'ziga hos psixologik xususiyatlari, ilk bolalik davrida psixik rivojlanish xususiyatlari,

ilk bolalik davrida o'z-o'zini anglashning rivojlanishi va 3 yoshlilar inqirozi haqidagi nazariy bilimlarni tarkib toptirish

21-Mavzu. Maktabgacha yosh davrida psixik rivojlanish xususiyatlari

Maktabgacha yosh davrida psixofiziologik taraqqiyotning umumiy tavsifi, o'ym - maktabgacha yoshdagi bolaning etakchi faoliyati sifatida, maktabgacha yosh davrida bilish jarayonlari va nutqning rivojlanishiga xos xususiyatlar, maktabgacha yosh davrida emotsional-irodaviy sifatlarining rivojlanish xususiyatlari. Yosh davrida motivatsion sohadagi o'zgarishlar, 7 yoshlilar inqirozi, uning sabablari va alomatleri, maktabga psixologik tayyorlik muammosi haqida tushuncha va ilmiy tasavvurlar hosil qilish.

22-Mavzu. Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanish xususiyatlari

Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanishning umumiy tavsifi, kichik maktab yoshidagi bolaning maktabga moslashishi muammosi, kichik maktab yoshi davrida motivatsion sohadagi rivojlanish xususiyatlari (o'quv faoliyati, shaxslararo munosabatlarning motivatsion asoslari), kichik maktab yoshi davrida bolaning o'zi haqidagi tasavvurlari va xulq-atvori, kichik maktab yoshida bola shaxsining rivojlanish xususiyatlari haqida ilmiy bilimlarni shakllantirish.

23-Mavzu. O'smirlik davrida psixik rivojlanish xususiyatlari

O'smirlik davridagi psixik rivojlanishning umumiy tavsifi, o'smirlik davri inqirozi va uning psixologik, psixofiziologik sabablari, bu davrda intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari, o'smirlik davrida motivatsion sohadagi rivojlanish xususiyatlari (tengdoshlar bilan muloqot qilish motivatsiyasi, o'quv faoliyati motivatsiyasi, jinoiy xulq-atvor motivatlari), o'smirlik davrida shaxsning rivojlanish xususiyatlari, o'smirlik davrida o'z-o'ziga baho berish tizimining rivojlanishi muammosi borasidagi tasavvurlarni hosil qilish.

24-Mavzu. Ilk o'spirinlik davrida psixik rivojlanish xususiyatlari

Ilk o'spirinlik davriga umumiy tavsif, ilk o'spirinlik davrida intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari, ilk o'spirinlik davrida do'stlashish muammosining psixologik xususiyatlari, ilk o'spirinlik davrida muhabbat, ilk o'spirinlik davrida o'zini o'zi anglashning rivojlanishi, ilk o'spirinlik davrida o'quvkasbiy faoliyatning etakchi faoliyatga aylanishi va kasb tanlash muammosi, ilk o'spirinlikda kasbga yo'naltirishning psixologik muammolari haqida ilmiy bilimlarni shakllantirish.

25-Mavzu. Oila psixologiyasi

Oila kichik guruh sifatida. Oiladagi shaxslararo munosabatlarning tizimiga xos umumiy xususiyatlar. Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorlik muammosi. Nikoh va oila haqidagi tasavvurlar. Oilaviy tarbiya uslublari. Oilaviy shaxslararo munosabatlarning muammolari, oilaviy nizolar.

26-Mavzu. Yoshlik, yetuklik va keksalik davrining psixologik xususiyatlari

Yoshlik davri va uning o'ziga xos xususiyatlari, o'z-o'zini anglash, kasbiy anglanganlik. Yetuklik davrining birinchi bosqichidagi shaxsning psixologik xususiyatlari, yetuklik davrining ikkinchi bosqichidagi shaxsning psixologik xususiyatlari. Yetuklik davrining qitimoiy-psixologik jihatlari. Gerontopsixologiya - keksalik psixologiyasi haqida umumiy tushuncha. Psixolog olimlarning keksayish davri haqidagi falsafiy fikrlari. Keksalik davrining o'ziga xos xususiyatlari. Biologik keksayish davridagi shaxs psixologiyasi. Keksalik davridagi shaxsning psixologik xususiyatlari. Uzoq umr ko'ruvchilarning psixologik xususiyatlari.

27-Mavzu. Ta'lim va tarbiyaning psixologik asoslari

Ta'limning yosh va pedagogik psixologiya fanida tutgan o'rni, talim va aqliy taraqqiyot, o'qish faoliyati va uning turlari, ta'lim va bilimlarni o'zlashtirishni boshqarish muammolari hamda imkoniyatlari, aqliy harakatlarni bosqichma-bosqich tarkib toptirishning mohiyati, muammoli ta'limning moyiyati, pedagogik bah ova uning turlari, ta'lim texnologiyalarining psixologik xususiyatlari haqida ilmiy bilimlarni shakllantirish. Tarbiya jarayonining psixologik mohiyati, tarbiya metodlari va turlari, bolalar jamoasi va uning tarbiyaviy imkoniyatlari, tarbiyasi "qiyin" va o'zlashtirmovchi o'quvchilar bilan ishlash metodlari, ilmiy dunyoqarash va barqaror e'tiqodni shakllantirish metodlari, ideal, jinsiy tarbiyalash, mehnatning tarbiyaviy ta'siri o'zo'zini tarbiyalashning metod va shakllari, tarbiyaning psixologik mexanizmlari, milliy ong va milliy g.,ururni tarbiyalashning psixologik asoslari muammosi yuzasidan tasavvurlarni shakllantirish.

28-Mavzu. O'qituvchi psixologiyasi

Pedagogik faoliyatning psixologik xususiyatlari, pedagogning o'z-o'ziga talab qo'yishi muammosi, o'qituvchining kasbiy moslashishi muammosi, jamiyatda o'qituvchining tutgan o'rni va uning vazifalari, o'qituvchi shaxsiga qo'yiladigan talablari, o'qituvchining kasbiga xos xislatlari, o'qituvchi o'quvchilarning hayoti va faoliyati tashkilotchisi ekanligi, o'qituvchi va o'quvchilar o'rtasidagi o'zaro munosabatlar, pedagogik muloqot va uning o'ziga xos xususiyatlari, pedagogik qobiliyatlarining turlari, pedagog o'z ilmiy, o'quv-uslubiy salohiyatini oshirishining psixologik muammolari haqida tushuncha va ilmiy tasavvurlar hosil qilish. Pedagogik qobiliyatlar haqida tushuncha, pedagogik qobiliyatlarining turlari: didaktik qobiliyatlar, akademik, perseptiv, kommunikativ, nutq qobiliyati, tashkilotchilik, avtoritar, pedagogik hayol, diqqatni taqsimlay olish qobiliyati, pedagog o'z ilmiy, o'quv-uslubiy salohiyatini oshirishining psixologik muammolari haqida fikr almashish.

Foydalaniladigan adabiyotlar ro'yxati:

Asosiy adabiyotlar.

1. Ivanov I., Zufarova M. "Umumiy psixologiya". O'z.FA., 2008.
1. Davletshin M.G., Mavlonov M.M., To'ychieva S.M. "Yosh va pedagogik psixologiya" T. TDPU, 2009.
2. Safayev N.S., Mirashirova N.A., Odilova N.G. "Umumiy psixologiya nazariyasi va amaliyoti": - T.: Nizomiy nomidagi TDPU, 2013.
3. Xaydarov F.I., Xalilova N. "Umumiy psixologiya". T.: "Fan va texnologiyalar" markazining bosmaxonasi : 2009.
4. Yugay A.X., Mirashirova N.A. «Obshaya psixologiya» T. TGPU, 2014.
5. G'oziev E.G. Psixologiya (Yosh davrlari psixologiyasi) T: O'qituvchi. 1994.

Qo'shimcha adabiyotlar.

1. Mirziyoev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. O'zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 2016 yil yakunlari va 2017 yil istiqbollarga bag'ishlangan majlisidagi O'zbekiston Respublikasi Prezidenti nutqi. // Xalq so'zi gazetasi, 2017.16 yanvar, №11 8. Mirziyoev Sh.M. 8. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga kuramiz. "O'zbekiston", 2017.
2. O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining PF49-47 sonli Farmoni. O'zbekiston Respublikasi qonun hujjatlari to'plami, 2017 yil, 7 fevral.
3. Mirziyoev Sh.M. Qonun ustuvorligi - inson manfaatlarini ta'minlash taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. "O'zbekiston", 2017.
4. Klimov Ye.A. «Obshaya psixologiya». – Cpb., Piter, 2001

5. David G. Myers. " Psychology" Michigan USA: Worth Publishers.: 2011.
6. Maxsudova M.A. Muloqot psixologiyasi. T., 2006
7. Nemov R.S. Psixologiya. M.: Vldos, 2003. 1-2-t.
8. Fridman L.M. Psixologiya vospitaniya. Kniga dlya tex, kto lyubit detey. - M.: TTS «Sfera», 1999.
9. Radugina A.A. Pedagogika i psixologiya. - M., 2007.
10. Rubinshteyn S.L. Osnovy obshoy psixologii. - Spb. Piter, 2007.
11. G'oziyev E.G. "Ontogenez psixologiyasi" - T.: Noshir. 2010

Elektron ta'lim resurslari.

www. tdpu. uz
 www. pedagog. uz
 www. Ziyonet. uz
 www. edu. uz
www.psychology.uz
 www. psychology.net.ru
 www. psycatalog.ru

3.03. Sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi

1. Fanning mazmuni

Mazkur fanni o'qitishdan maqsadi – talabalarda sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi bilimlarni nazariy asoslarini, hayotidagi psixologik hodisalar, holatlar va jarayonlarning mohiyatini, shaxsning kamoloti va unga ta'sir ko'rsatuvchi omillarni tadqiq etish ko'nikmasini hosil qilishdan iborat.

Ushbu maqsadga erishish uchun fanning vazifasi – sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi fanini o'qitish vazifalari quyidagilarni hal etishga qaratilgan:

- sport psixodiagnostikasi va psixokorreksiyasi muammolarini yechimini topishning asosiy yo'nalishlari haqida; psixologiyani vujudga kelish va rivojlanishi tarixi haqida, umumiy psixologiyaning tizimlari, tamoyillari, mexanizmlari, kategoriyalari haqidagi bilimlarga ega bo'lishi;

- hayot faoliyatida shaxs shakllanishining metodlari, funksiyalari, tamoyillari, insonlarning ish qobiliyatini oshirish va funksional holati optimallashtirishni bilishi va ulardan foydalana olishida har xil usullarini qo'llay olish ko'nikmalariga ega bo'lishi;

1-mavzu. Psixodiagnostikaga kirish.

Psixologik diagnostika tushunchasi psixologik tashxis qo'yish usullari va metodlarining ilmiy tizimi sifatida. Psixodiagnostikani qo'llanilish sohalari. Psixodiagnostik amaliyotni tashkil etish etikasi. Uning predmeti va vazifalari.

2-Mavzu. Psixodiagnostika predmeti va vazifalari.

Amaliy psixologiya va uning sohalari. Sport psixodiagnostikasi – professional faoliyatdagi maxsus soha sifatida. Psixodiagnostik faoliyat natijalaridan amaliy foydalanishda qo'llaniladigan sohalari.

3-Mavzu. Psixodiagnostikani fan sifatida shakllanishi va rivojlanishi tarixi.

Ekspirimental psixologiya. Psixologik testlashtirishning tarixiy uddizlari. A. Binening testlashtirishning vujudga kelishidagi xizmatlari.

4-Mavzu. Psixodiagnostikani fan sifatida rivojlanishi tarixi.

Stenford-Bine testi uchun statistik norma D. Kettellingning testlashtirishdagi faoliyati

F. Galtonning testlashtirishning vujudga kelishidagi xizmatlari.

5-Mavzu. Psixologik testlashtirishning zamonaviy holatlari.

D. Kettelning dastlabki "Intellekt test"i. Psixologik testlashtirishning zamonaviy holatlari.

6-Mavzu. Psixodiagnostik metodikalarning qo'llanilishi

Psixodiagnostik tajribalarga qo'yiladigan asosiy talablar. Psixodiagnostikaning asosiy metodlari. Diagnostik tadqiqotlarning asoslangan psixologik xulosalari.

7-Mavzu. Psixodiagnostik metodikalarga qo'yiladigan talablar.

Ishonchlilik. Psixodiagnostik metodning ishonchlilik darajasi. Psixodiagnostika natijalarini matematik statistik tahlili.

8-Mavzu. Psixodiagnostik metodikalar.

Tadqiqot natijalarining validligini ta'minlovchi omillar. Validlik. Sportda psixodiagnostik metodlardan foydalanishning asosiy yo'nalishlari.

9-Mavzu. Shaxsni psixodiagnostik baholash

Shaxs borasidagi asosiy qarashlar yunalishlari. Shaxsni o'rganish borasidagi asosiy o'rganish ob'ektlari. Shaxsni o'rganishda qullaniluvchi psixodiagnostik metodikalar.

10-mavzu. Xulq-atvor diagnostikasi.

R. Kettelning 16 faktorli shaxs so'rovnoma. Mayers-Briggsning K. Yung tipologiyasi. Shaxslarni klassifikatsiyalash uchun shaxs tipologik indikatorlari.

11-mavzu. Shaxsdagi aksentuatsiyalarni diagnostika qilish metodikalari (K. Leongard).

Aksentuatsiya tiplarini yoritish uchun Shmishek so'rovnoma (K. Leongard bo'yicha). A. E. Lichkoning o'spirinlardagi aksentuatsiya tiplarini tadqiq etish so'rovnoma.

12-Mavzu. Sportchilarda psixik jarayonlar

Sportchining diqqat ko'lamini o'lchash. Sport faoliyatida ko'rish idrokining geometrik illyuziyasi.

13-Mavzu. Sportchilarda psixik jarayonlar psixodiagnostikasi

Ustanovka illyuziyasi. Illyuziyani tushuntirish borasidagi nazariyalar. O'lcham illyuziyasi.

14-Mavzu. Psixodiagnostik metodikalar.

Tadqiqot natijalarining validligini ta'minlovchi omillar. Validlik. Sportda psixodiagnostik metodlardan foydalanishning asosiy yo'nalishlari.

15-Mavzu. Shaxsni psixodiagnostik baholash

Shaxs borasidagi asosiy qarashlar yunalishlari. Shaxsni o'rganish borasidagi asosiy o'rganish ob'ektlari. Shaxsni o'rganishda qullaniluvchi psixodiagnostik metodikalar.

16-mavzu. Xulq-atvor diagnostikasi.

R. Kettelning 16 faktorli shaxs so'rovnoma. Mayers-Briggsning K. Yung tipologiyasi. Shaxslarni klassifikatsiyalash uchun shaxs tipologik indikatorlari.

17-mavzu. Shaxsdagi aksentuatsiyalarni diagnostika qilish metodikalari (K. Leongard).

Aksentuatsiya tiplarini yoritish uchun Shmishek so'rovnoma (K. Leongard bo'yicha). A. E. Lichkoning o'spirinlardagi aksentuatsiya tiplarini tadqiq etish so'rovnoma.

18-Mavzu. Sportchilarda psixik jarayonlar

Sportchining diqqat ko'lamini o'lchash. Sport faoliyatida ko'rish idrokining geometrik illyuziyasi.

19-Mavzu. Sportchilarda psixik jarayonlar psixodiagnostikasi

Ustanovka illyuziyasi. Illyuziyani tushuntirish borasidagi nazariyalar. O'lcham illyuziyasi.

20-Mavzu. Sportchi tafakkurini eksperimental o'rganish.

Og'irlik-hajm illyuziyasi. Sportchi tafakkurini eksperimental o'rganish. Sportchining xotira jarayonini tadqiq etish.

21-mavzu: Sportchilarning emotsional holatlari psixodiagnostikasi

Emotsional holatlarni diagnostika qilish usullari. Xavotirlanish, depressiya, stress va frustratsiya holati diagnostikasi. Sportchi motivatsiyasi diagnostikasi.

22-mavzu: Psixodiagnostika predmeti va vazifalari.

Amaliy psixologiya va uning sohalari. Sport psixodiagnostikasi - professional faoliyatdagi maxsus soha sifatida. Psixodiagnostik faoliyat natijalaridan amaliy foydalanishda qo'llaniladigan sohalari.

23-Mavzu: Sport jamoalari va shaxslararo munosabat psixodiagnostikasi

Guruhdagi shaxslararo munosabatning tuzilishini o'rganish. Shaxslararo munosabat tizimida shaxsning holatini o'rganish. Guruhdagi jipslikni o'rganish. Hamkorlik va guruhdagi o'zlashtirganlik.

24-Mavzu: Projektiv metodikalar

Projektiv psixologiya tarixi. Insondagi proyeksiyalar xususida G. S. Frimen qarashlari. Projektiv metodikalarning klassifikatsiyasi. Konstitusional metodlar. Konstruktiv metodlar. Interpretasion metodlar. Katartistik metodlar.

25-Mavzu: Psixokorreksiyaning maqsadi va vazifalari

Psixokorreksiya haqida umumiy tushuncha. Psixokorreksiyaning maqsadi va qoidalari. Psixokorreksiya tamoyillari. Psixokorreksiya bosqichlari.

26-Mavzu: Psixonaliz

Psixoanalitik nazariyada shaxs psixikasi tuzilmalari. Psixoanalizda instinktlarning turlari. Freyd talqini bo'yicha shaxs psixologik nizolari asosi. E. Erikson ajratgan shaxs rivojlanishi bosqichlari.

27-Mavzu: Analitik psixoterapiya

Analitik psixologiyada shaxs psixik erengiyasi turlari. K. Yung ajratgan shaxs psixik tuzilmasining turlari. Psixologik tiplar. Ekstrovert va introvert shaxs tiplari. Shaxsiy ongsizlik. Komplekslar. Jamoaviy ongsizlik.

28-Mavzu: Individual psixoterapiya

Noto'kislik kompleksi va uning paydo bo'lishi. Noto'kislik kompleksini kompensatsiya qilish uchun A. Adler ajratgan usullari. Shaxs hayot shakli shakllanishi. Ijtimoiy qiziqishlar va uning ahamiyati.

29-Mavzu: Geshtalt terapiya
Geshtalt terapiyaning paydo bo'lishi. Geshtalt terapiyaning asosiy qoidalari. Geshtalt terapiyada qo'llaniladigan asosiy tushunchalar. Geshtalt terapiyada himoya funksiyalari.

30-Mavzu: Logoterapiya
Logoterapiyaning paydo bo'lishi. Frankl fikricha shaxs tug'ma motivatsiyasi namoyon bo'lishi. Frustratsiya holati paydo bo'lishi. Logoterapiyaning markaziy tushunchalari.

31-Mavzu: Transakt analiz
Zamonaviy transakt analiz nazariyalari. Shaxs tuzilmasida "ego-holat"ning ko'rinishlari. Ijtimoiy munosabatlar jarayonida transaktlar. Hayotiy ustanovkalar. Transakt analizda psixokorreksiya maqsadi.

32-Mavzu: Shaxs-markazlashgan terapiya
Shaxs-markazlashgan terapiyaning rivojlanishi. Psixologik taraqqiyotda shaxsning o'zini aktuallashtirish jarayoni. A. Maslouning ehtiyojlar ierarxiya modeli bosqichlari va xususiyatlari

33-Mavzu: Xulq-atvor terapiyasi
Psixokorreksiya amaliyotida xulq-atvor yondashuvi taraqqiyoti. Xulq-atvor yondashuvi taraqqiyotiga ta'sir ko'rsatgan olimlarning tadqiqotlari.
Operant shartlanish. Xulq-atvor terapiyasida qanday korreksion texnikalar.

34-Mavzu: Kognitiv xulq-atvor terapiyasi
Shaxs konstruktleri nazariyasi va uning asoschisi. Konstruktiv alternativizm. Kognitiv analitik yo'nalishning maqsadi. Ratsional emotiv terapiyasi (RET). Fiks rol terapiyasi. Shaxs irratsional ishonchi paydo bo'lishi va uning korreksiyasi

35-Mavzu: Psixodrama
Psixodrama va uning paydo bo'lishi. Psixodramaning maqadi. Psixodramada mavjud bo'lgan asosiy rollar. Psixodrama fazalari. Psixodramada qo'llaniluvchi texnikalar.

Asosiy adabiyotlar

1. Очилов М. Муаллим калб меъмор. - Т.: Ўқитувчи, 2001.
2. Хасанбоева О., Джамилова Н. Педагогик фанларни ўқитиш методикаси. - Т.: 2008.
3. Кукушин В.С. Теория и методика обучения. - Рогов-на-Дону.: Феникс, 2005.
4. Кукушин В.С. Теория и методика воспитания. — Рогов-на-Дону.: Феникс, 2006.
5. Толипов У., Усмонбоева М. Педагогик технологияларнинг тадбикий асослари. - Т.: 2005.

6. Хайдаров Ф.И. Халилова Н.И. Психология фанларини ўқитиш методикаси -Т. Фан ва технологиялар 2007

7. Карандашев В.Н. Методика преподавания психологии - М. СПб 2007

8. Бадмаев М.М. Методика преподавания психологии - М. СПб 2001

Qo'shimcha adabiyotlar

9. Мирзиёев Ш.М. Танкидий тахлил катъий тартиб интизом ва шахсий жавобгарлик ҳар бир раҳбар фаолиятини кундалик қондаси бўлиши керак Ўзбекистон Республикаси Вазирлар маҳкамасининг 2016 йил якунлари ва 2017 йил истикболларига бағишланган мажлисидаги Ўзбекистон Республикаси Президентининг нутқи //Халқ сўзи газетаси 2017 йил 16 январь №11.

10. Мирзиёев Ш.М. Эркин ва фаровон, демократик Ўзбекистон давлатини биргалликда барпо этишимиз. "Ўзбекистон" 2016.

11. Мирзиёев Ш.М. Буюк келажакимизни мард ва олийжаноб халқимиз билан бирга курашимиз. "Ўзбекистон" 2017

6031900-Психология (спорт психологияси) та'лим yo'nalishida ixtisoslik fanlardan yakuniy davlat attestatsiyasi savollari

2.07. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyati

1. Jismoniy tarbiya vositasilar haqida tushuncha.
2. Jismoniy tarbiya darslarining bog'liqlik tomonlari haqida tushuncha bering.
3. Jismoniy tarbiya darslari qaysi vazifalarni o'z ichiga oladi.
4. "Rejalashtirish" deganda nimani tushunasiz.
5. Rejalashtirishda qanaqa talablar qo'yiladi.
6. Sinfdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya.
7. Jismoniy tarbiya darsning mazmuni haqida tushuncha.
8. Jismoniy tarbiyaning asosiy vazifalar nima.
9. Jismoniy tarbiya darsi qaysi vazifalar o'z ichida oladi.
10. Dars turlari haqida tushincha bering.
11. Amaliy jismoniy tayyorgarlik darslar mazmuni haqida.
12. O'qituvchining jamiyatda tutgan o'rni haqida gapiring.
13. O'qituvchi shaxsiga qo'yiladigan asosiy talablar nimalardan iborat.
14. O'qituvchining kasbiy shakllanish jarayoni haqida.
15. Pulsometriya jismoniy tarbiya darsidagi ahamiyati.
16. Pedagogning tarbiyaviy ishlari haqida sizning fikringiz.
17. Xronometrajning darsdagi ahamiyati.
18. Darsning umumiy zichligi ta'riflab bering.
19. Darsning motor zichligi deganda nimani tushunasiz.
20. Harakat malakasini shakllanish fazalari.
21. Necha yo'nalishda darsni tahlil qilish mumkin.
22. Dars necha qismga bo'linadi va to'liq ma'lumot bering.
23. Akademik litsey va kasb-xunar kollejlarda jismoniy tarbiyaning maqsad va vazifalari.
24. Darslarni tashkil etishda uslublar haqida tushuncha.
25. Jismoniy tarbiya darsning maqsad va vazifalari.
26. Mehnatni me'yorlashtirish (bir tartibga solish) nima.
27. Ishlab chiqarishda jismoniy tarbiya qanday tashkil etiladi.
28. Ishlab chiqarish gimnastikasining qanday shakllari mavjud.
29. Jismoniy tarbiya, sport nazariyasi va uslubiyoti fanining maqsad va vazifalari.
30. Jismoniy mashqning o'ziga xos belgilari.
31. Qo'l muskullariga qaratilgan umumrivojlantiruvchi mashqlar majmuasini tuzing.
32. Jismoniy mashqlarning ta'sir o'tkazishini aniqlovchi omillar.
33. Jismoniy tarbiya metodlarining umumiy talablari.
34. So'zdan foydalanish metodi haqida.
35. Pedagogik kuzatish ilmiy tadqiqot metodi.
36. Jismoniy tarbiyaning mehnat va harbiy amaliyot bilan aloqadorlik tamoyili.
37. Shaxsni har tamonlama kamol toptirish tamoyili.
38. Jismoniy tarbiyaning umumiy tamoyillarga tavsif.
39. Harakat faoliyatini shakllantirishning qonuniyatlari.
40. Harakat malakasini shakllanish fazalari.
41. Malakaning ijobiy va salbiy ko'chishi.
42. Harakatlarga o'rgatish jarayoni bosqichlarining xususiyatlari.
43. Harakat bajarish malakasini mustahkamlash va yanada takomillashtirish.

44. Jismoniy sifatlarning umumiy tavsifi.
45. Jismoniy qobiliyatlarni rivojlantirishda yosh xususiyatlari.
46. Chaqqonlikni tarbiyalash uslubiyoti.
47. Chaqqonlikni oshirishga qaratilgan yuklamalarning o'zgarishi.
48. Tezkorlik qobiliyatini tarbiyalash.
49. Tezkorlikni tarbiyalashning vosita va uslublari.
50. Egiluvchanlikni rivojlantirish uchun beriladigan mashqlar.
51. Egiluvchanlikni rivojlantirish uchun beriladigan mashqlar.
52. Egiluvchanlikni tarbiyalash uslubiyoti.
53. Jismoniy tarbiya orqali tana vaznini barqaror ushlab.
54. Tana vaznini boshqarishning asosiy uslublari.
55. Kuch qobiliyatini tarbiyalash uslubiyoti.
56. Insonning jismoniy fazilati sifatidagi kuchning turlari.

60310900-Psixologiya (sport psixologiyasi) ta'lim yo'nalishida ixtisoslik fanlardan yakuniy davlat attestatsiyasi savollari

3.01. Sport psixologiyasi fani

1. Sport psixologiyasining predmeti, vazifasi va ilmiy izlanish yo'nalishlari.
2. Sport psixologiyasining paydo bo'lishi va rivojlanishi.
3. O'zbekistonda sport psixologiyasining kirib kelishi va ravnaq topishi.
4. Sport turlariga psixologikarakteristika.
5. Sport faoliyatida psixologiyaning ahamiyati.
6. Psixika va ong to'g'risida tushuncha.
7. Psixik jarayonlar va ularning tavsifi.
8. Har xil sport turlarida sezgilarning roli.
9. Idrok va uning sport faoliyatidagi roli.
10. Tasavvur va uning sportchi mashg'ulotidagi ahamiyati.
11. Hayol – zarur sharoitlardi sport natijalarini oshirish sifatida.
12. Texnik-taktik tayyorgarlik va musobaqa faoliyatida tafakkurning ahamiyati va uning tavsifi.
13. Sport faoliyatini rivojlantirishda intellekt va uning ahamiyati.
14. Nutq – muloqot, o'rgatish va sport bilimlarini egallash sifatida.
15. Xotira va uning sportdagi ahamiyati.
16. Diqqatning sport faoliyatidagi xususiyatlari barqarorligi, xajmi, taqsimlanishi, ko'chishi, jadalligi va ularning ahamiyati.
17. Sport faoliyatidagi emotsional xolatlarining ahamiyati.
18. Iroda va uning sportdagi ahamiyati.
19. Sport psixologiyasida ilmiy-tadqiqot usullari haqida umumiy tushuncha.
20. Kuzatish va eksperiment usullari amaliyotdagi ahamiyati.
21. Suxbat va faoliyat maxsulotlarini o'rganish usullarini ahamiyati.
22. Sportda psixodiagnostika usullari.
23. Psixik jarayonlarning tadqiqot usullari.
24. Psixotashxis testlari.
25. Psixik xolatlarni tashxis usullari.
26. Sport jamoalarining psixotashxisi.
27. Sport faoliyati haqida umumiy tushuncha hamda sport faoliyatidagi irodaviy zo'riqishlar va ularning ahamiyati.
28. Sport ekstremal faoliyat sifatida.
29. Sportdagi xissiy kuyunishlarinig xususiyatlari.
30. Sport faoliyatining motivlari.

31. Sport motivlarining rivojlanish dinamikasi.
32. Sport motivlarining individual xususiyatlari.
33. Sport musobaqasining psixologik xususiyatlari.
34. Startoldi xolatlarining psixologik xususiyatlari.
35. Sport kurashlaridagi xissiyotlarinig tavsifi.
36. Musobaqadan keyingi psixik xolatlar.
37. Shaxs sportda shakllanishining psixologiyasi jabxalari.
38. Qobiliyatning sportdagi ahamiyati.
39. Qobiliyat to'g'risida tushuncha.
40. Sportchining texnik-taktik malakalarni egallashda qobiliyatning ahamiyati.
41. Tezkor-kuch sport turlarida portlash qobiliyati va uning ahamiyati.
42. Sportchining portlash qobiliyatining rivojlantirishda trenajyor moslamaning o'rnini.
43. SPORK moslamasi yordamida sportchining portlash qobiliyatini rivojlantirish.
44. Yuqori malakali sportchi shaxsining xususiyatlari.
45. Sportchi faoliyatiga temperament va nerv tizimi xususiyatlarining ta'siri.
46. Chempion sportchining shaxsiy sifatleri.
47. Murabbiy faoliyatining psixologik xususiyatlari.
48. Murabbiy faoliyatiga qoyilgan talablar.
49. Murabbiy faoliyatining tuzilishi.
50. Murabbiy obro'si, pedagogik taktning psixologik asoslari.
51. Psixologik tayyorgarlikda trenerning boshqarish uslubi va uning ahamiyati.
52. Murabbiy faoliyatining baholashdagi asosiy mezonlar.
53. Jismoniy tayyorgarlikning xususiyatlariga psixologik tavsifi.
54. Jismoniy sifatlarni tushunish xususiyatlari.
55. Sportda texnik jihatdan tayorlashning psixologik asoslari.
56. O'rgatish jarayonida jismoniy mashqlarni tushunish va egallash texnikasi.
57. Harakat malakalari texnik tayyorgarlikning asosi sifatida. Harakat malakalarida ongning roli.
58. Harakat malakalarining shakllanish jarayoni. Harakat malakalarining shakllanish bosqichlari.
59. Harakat malakalarini egallashda tasavvurning roli.
60. Sportdagi ixtisoslashtirilgan idroklar.
61. Sportda harakat malakalari va ixtisoslashtirilgan idrok. Sportda ixtisoslashtirilgan idroklar tavsifi.
62. Ularni jismoniy, texnik, taktik, irodaviy tayyorlash bilan bog'liqligi.
63. Har xil sport turlarida ixtisoslashtirilgan idroklarni aniqlash uslublari.
64. Ixtisoslashtirilgan idroklarning fiziologik asoslari. Ixtisoslashtirilgan idroklarning shakllanishining psixologik mexanizmlari va ularni aniq sport turlarida rivojlantirish yo'llari.
65. Sportchini taktik jixatdan tayyorlashning psixologik asoslari.
66. Sport taktikasini psixologik aspektlari va sportchini taktik jixatdan tayyorlash.
67. Sport taktikasi - psixikani yuksak darajadagi harakatlarini boshqarish faoliyati.
68. Turli sport turlaridagi taktik tayyorgarlikning umumiy muammolari.
69. Taktik rejani tuzish va uning sportchi harakati jarayonida amalga oshirishning psixologik xususiyatlari.
70. Taktik harakatlarda muvaffaqiyatga erishishning psixologik omillari va ularning tavsifi.
71. Sport taktik tafakkurining psixologik xususiyatlari, uning mazmuni va sport harakatlarini bajarishda ahamiyati.
72. Sportchining taktik tafakkurida nutqning roli.
73. Sport mashg'ulotlarining psixologiyasi.
74. Psixik zo'riqish va o'ta zo'riqishning sport faoliyatiga ta'siri.

75. Mashg'ulot jarayonidagi psixik o' ta zo'riqishlarning belgilari. Mashg'ulot jarayonida trenerga tavsiyalar.

76. Mashg'ulot jarayonida sportchi motivasiyasining shakllanishi. Natija motivasiyasi va mashg'ulotlar motivasiyasining almashishi.

77. Sportda psixik stresslar. Sportchi faoliyatiga stressing ta'siri.

78. Mashg'ulot jarayonida sportchida psixologik barqarorlik, psixik mustaxkamlik, yuqori darajadagi sport formasini shakllantirish.

79. Musobaqa va sport mashg'ulotlarini psixologik ta'minlash haqida. Psixologik tayyorlash.

80. Psixologik tayyorgarlikning maqsadi. Psixologik tayyorgarlik turlari va ularning asosiy vazifalari. Psixologik tayyorlashning prinsiplari.

81. Psixologik tayyorlash vositalari. Psixologik tayyorlashda individual yondoshuv. Sportchilarni musobaqaga psixologik tayyorlashni rejalashtirish.

82. Sportchini irodaviy tayyorlash.

83. Irodaviy sifatlarning tavsifi. Irodaviy sifatlarni tarbiyalashda irodaviy zo'r berish.

84. Sport faoliyatidagi qiyinchiliklarning tavsifi. Sportchining irodasini rivojlantirish.

O'zini-o'zi irodasini tarbiyalash.

85. Sportchilarni konkret musobaqaga maxsus psixologik tayyorlash.

86. Sportchini musobaqaga umumiy psixologik tayyorgarligi. Sport harakterining spesifik xususiyatlari: tinchlik xolati (sovuqqonlik), o'ziga ishonish, jangovar xolat.

87. Sportchiga tasir ko'rsatishni asosiy usullari. Sportchini psixologik tayyorlashda o'z-o'zini tarbiyalash jarayonidagi tuzilishi. Konkret musobaqaga maxsus psixologik tayyorgarlik.

88. Musobaqaga psixologik tayyor bo'lish xolatini belgilari. Konkret musobaqaga psixologik tayyorgarlikni zvenolar tizimi. Sportchining musobaqa oldi xolati va uni vaziyatga qarab boshqarish.

89. Sport faoliyatining ijtimoiy psixologik omillari.

90. Sport jamoasi kichik ijtimoiy gurux sifati va uning belgilari hamda rivojlanish darajalari

91. Referent guruhlar. Sport jamoasining tuzilishi.

92. Komandadagi sotsiometriya usuli

93. Sportchishaxsining shakllanishida kollektivning ta'siri.

94. Komandadagi shaxsiy munosabatlar va psixologik iqlim

95. Komanda jipslashganligiga ta'sir etuvchi omillar.

96. Sport komandasining yetakchisi. Yetakchilik turlari.

97. Yetakchilar nomzodlarini ko'rsatish mexanizmi.

98. Psixogegiyena, psixoprofilaktika va psixoterapiy.

99. O'z-o'zini boshqarish va psixik xolatlarni boshqarish.

100. Psixik boshqarishning vazifalari. Emosional xolatni boshqarish mexanizmlari.

101. O'z-o'zini boshqarish va psixik xolatlarni boshqarish usuli, vosita va usullarini klassifikatsiyasi va ularning tavsifi

Amaliy mashg'ulotlarni tashkil etish bo'yicha kafedra professor o'qituvchilari tomonidan ko'rsatma va tavsiyalar ishlab chiqildi. Unda talabalar asosiy ma'ruzalarda olingan bilimlarni mustahkamlash, bilimlarni amaliy qo'llash ko'nikma va malakalarni shakllantirish, sport va pedagogik faoliyatda psixologik tekshirish usularini egallashdan iborat.

Shuningdek, darslik va o'quv qo'llanmalar asosida talabalar bilimlarni mustahkamlashga erishish, tarqatma materiallardan foydalanish, sport musobaqalarida qatnashish, kurs loyihasi, o'yinlarni tashkil qilish, hakamlik qilish, ilmiy maqolalar va tezislarni chop etish orqali talabalarning bilimini oshirish, mavzular bo'yicha ko'rgazmali qurollar tayyorlash va boshqalar tavsiya etiladi.

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

60310900-Psixologiya (sport psixologiyasi) ta'lim yo'nalishida ixtisoslik fanlardan yakuniy davlat attestatsiyasi savollari

2.04. Umumiy psixologiya fani

Psixologiya tabiiy va ijtimoiy ilmiy fan sifatida.

Psixologiya fanining predmeti haqidagi tasavvurlar taraqqiyotning asosiy bosqichlari.

Psixologiyaning falsafa doirasidagi taraqqiyoti.

Psixologiya va ilmiy-texnik taraqqiyot

Psixologiyaning asosiy muammolari.

Pedagog faoliyatida psixologiyaning yetakchi ahamiyatga ega ekanligi.

Psixologiyasining tuzilishi, psixologiya sohalari psixologiyaning fanlar tizimida tutgan

o'rni.

Psixologiya fanining taraqqiyoti tarixi.

Psixologik bilimlarning rivojlanish bosqichlari.

Psixologiya fanining yirik ilmiy yo'nalishlari va maktablari (biologik, evolyusion, genetik, bixeviorizm, kognitiv, ijtimoiy-madaniy).

O'zbekistonda psixologiya fanining rivojlanish tarixi.

Zamonaviy psixologik tadqiqotlarning ustuvor yo'nalishlari, ularda to'plangan bilimlarning amaliyotda qo'llanishi.

Psixologiyaning tadqiqot metodlari va tarmoqlari

Psixologiya sohasida ilmiy-tekshirish olib borishning o'ziga xosligi.

Psixologik tadqiqot metodlari

Psixologiyada ilmiy tekshirish olib borishda zamonaviy kompyuter texnologiyalaridan foydalanish.

Xulq-atvorning psixofiziologik asosi

Xulq-atvorning psixofiziologik asosi

Endokrin tizimning inson organizmi va xulq atvoridagi ahamiyati.

Psixik xususiyat va holatlarning neyropsixologik asoslari.

Egizaklar usuli, gen va atrof-muhit bir-biriga ta'siri.

Irsiyat. Bixevioral genetika.

Psixik faoliyatning jinsga oid xususiyatlari.

Xulq-atvorning psixofiziologik asosi bo'yicha qisqacha xulosa va amaliy tavsiyalar.

Ong taraqqiyoti va ongsizlik

Filogenez va ontogenez haqida tushuncha.

Psixikaning sensor, perseptiv bosqichlari.

Instinkt tushunchasining mazmuni.

Instinktlarning klassifikatsiyasi.

Hayvonlarning individual va intellektual xatti-harakat shakllari.

Ongning paydo bo'lishi va uning taraqqiyoti.

Onglilik va ongsizlik.

Muhit psixik faoliyat va taraqqiyot omili sifatida. Anglanmagan psixik jarayonlar

Diqqat haqida tushuncha.

Diqqatning nerv-fiziologik asoslari.

Diqqat turlari, ixtiyorsiz diqqat, ixtiyoriy diqqat, ixtiyoriydan so'nggi diqqat.

Diqqatning xususiyatlari, diqqat kuchi va bo'linishi, diqqat ko'lami, diqqat taqsimlanishi.

shaxsda diqqat rivojlanishi.

Diqqatning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.

Sezgililar haqida umumiy tushuncha.

Sezgililarning nerv-fiziologik asoslari.

Sezgililarning tasnifi, sezgililarning turlari, sezgi sohasidagi qonuniyatlar

Sezgi va sezuvchanlikning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.

Idrok haqida tushuncha.
Idrokning nerv-fiziologik asoslari, xususiyatlari va qonuniyatlari.
Idrokda ob'yekt va fon, appersepsiya, idrokning konstantligi.
Idrokda illyuziya va gallyutsinatsiya.
Idrokda illyuziya va gallyutsinatsiya.
Vaqt, harakat va fazoni idrok qilish.
Idrokning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.
Xotira haqida tushuncha.
Xotiraning nerv-fiziologik asosi.
Xotira nazariyalari.
Xotira turlari, faoliyatga ko'ra xotira turlari, maqsadiga ko'ra xotira turlari, muddatiga ko'ra xotira turlari.
Xotira jarayonlari, esda olib qolish, esga tushirish, esda saqlash, unutish.
Xotirani o'rganish metodlari.
Xotiraning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.
Xayol haqida tushuncha.
Xayol jarayonlari.
Xayol turlari, tasavvur xayoli, ijodiy xayol, ixtiyorsiz va ixtiyoriy xayol, orzu, tush ko'rish va shirin xayol.
Xayol sifatleri, xayolning kengligi va torligi, xayolning chuqurligi va realligi, xayolning mazmundorligi va kuchi, fantaziya.
Xayolning rivojlanishi.
Xayol bo'yicha qisqacha xulosa.
Tafakkur haqida tushuncha.
Tafakkur va hissiy bilish.
Tafakkur operatsiyalari, tafakkur shakllari, turlari. Tafakkur borasidagi psixologik nazariyalar.
Muammoli vaziyat va uni hal qilish metodlari.
Tafakkurning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.
Intellekt va kreativlik haqida tushuncha.
Intellekt va kreativlik nazariyalari.
Intellekt sohasida psixologik differentsiatsiya – irsiyat, jins, madaniyat, muhit. Intellektni o'lchash metod va metodikalari.
Intellekt sohasidagi buzilishlar.
Intellekt va kreativlikning psixologik asosi haqida qisqacha xulosa.
Faoliyat haqida tushuncha.
Faoliyatning tuzilishi, turlari.
Motiv va motivatsiya. Motivlarning turlari.
Motivatsiya nazariyalari (A.Maslou, A.Adler, Z.Freyd). Motivasion sohani tekshirish metodlari.
Muloqot va nutq haqida tushuncha, muloqot turlari.
Muloqotning inson filogenetik va ontogenetik rivojlanishidagi ahamiyati.
Muloqotning ijtimoiy-psixologik jihatlari haqida tushuncha.
Shaxslararo munosabatlarda va ularda muloqotning o'rni.
Emosiya haqida tushuncha.
Hissiy holatlarning nerv-fiziologik asoslari.
Insoniy emosiyalar va hayvonlardagi emosiyalar.
Hissiy holatlarning ifodalanishi, hislarni kechirish shakllari.
Hissiy ton, affekt, stress.
Iroda haqida tushuncha.
Irodaviy faoliyatning umumiy xususiyatlari. Iroda borasidagi nazariyalar.
Irodaviy akt va uning tuzilishi.

Shaxs haqida tushuncha.
Shaxsning rivojlanishi.
Shaxsning ximoyalaniish mexanizmlari. Ta'sir etuvchi omillar
Shaxs psixologik strukturasi. Shaxs nazariyalari (G Ayzenk, Z.Freyd, K.Rodgers, A Maslou).
Xarakter haqida tushuncha.
Shaxsning o'zini o'zi baholashi.
Shaxsning o'zini o'zi nazorat qilishi va boshqarishi.
Shaxsni o'rganish metodlari (kuzatish, proyektiv texnikalar, so'rovnomalarda va amaliy testlar
Temperament haqida tushuncha
Individuallik xususiyatlari differensial psixologiyaning predmeti sifatida.
Inson shaxsi va individuallik xususiyatlari.
Xarakter shakllanishi.
Qobiliyatlar haqida tushuncha, qobiliyatlarning sifat va miqdor tavsifi, qobiliyatlarining tuzilishi.
Layoqat va qobiliyat.
Qobiliyatlar tuzilishi, turlari. Talantning paydo bo'lishi va tuzilishi.
Yosh va pedagogik psixologiya fanining tadqiqot sohasi va muammolari
Yosh va pedagogik psixologiya fanining predmeti, maqsad va vazifalari.
Psixik rivojlanish haqida tushuncha, uning o'ziga xos xususiyatlari.
Rivojlanishni davrlashtirish muammosi psixik rivojlanish va ta'lim o'rtasidagi o'zaro munosabat.
Turli yosh davrlarda yetakchi faoliyat turlari.
Ontogenezning ilk bosqichlarida insonning psixik rivojlanishiga xos xususiyatlar
Maktabgacha yosh davrida psixik rivojlanish xususiyatlari
Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanish xususiyatlari
O'smirlik davrida psixik rivojlanish xususiyatlari
Ilk o'spirinlik davrida psixik rivojlanish xususiyatlari
Oila kichik guruh sifatida.
Oiladagi shaxslararo munosabatlarning tizimiga xos umumiy xususiyatlar
Yoshlarning oilaviy hayotga tayyorlik muammosi. Nikoh va oila haqidagi tasavvurlar.
Oilaviy tarbiya uslublari. Oilaviy shaxslararo munosabatlarning muammolari, oilaviy nizolar.
Yoshlik, yetuklik va keksalik davrining psixologik xususiyatlari
Ta'lim va tarbiyaning psixologik asoslari
Tarbiya jarayonining psixologik mohiyati, tarbiya metodlari va turlari.
Pedagogik faoliyatning psixologik xususiyatlari, pedagogning o'z-o'ziga talab qo'yishi muammosi
O'qituvchining kasbiy moslashishi muammosi
Jamiyatda o'qituvchining tutgan o'rni va uning vazifalari
O'qituvchi shaxsiga qo'yiladigan talablar, o'qituvchining kasbiga xos xislatlari
Pedagogik qobiliyatlar haqida tushuncha
Pedagogik qobiliyatlarning turlari
Yosh davrlari psixologiyasi fanining predmeti, maqsad va vazifalari.
Yosh davrlari psixologiyasi fanining asosiy muammolari.
Yosh davrlari psixologiyasi faniga oid ilmiy bilimlarning vujudga kelish tarixi.
Yosh davrlari psixologiyasi fanining tadqiqot metodlari.
Yosh davrlari psixologiyasi fanining asosiy sohalar.
Yosh davrlari psixologiyasi fanining boshqa fanlar bilan aloqasi
Psixik rivojlanish va uni davrlashtirish muammosi.

Psixik rivojlanish haqida tushuncha, uning o'ziga xos xususiyatlari.
 Psixik rivojlanishning asosiy qonuniyatlari.
 Psixik rivojlanishning asosiy omillari.
 Yosh tushunchasi.
 Psixik rivojlanishni davrlashtirish muammosi (qadimiy va zamonaviy tasniflar).
 Ontogenezning ilk bosqichlarida insonning psixik rivojlanishiga xos xususiyatlar
 Perinatal va chaqaloqlik davrida psixofiziologik rivojlanishga xos xususiyatlar haqida umumiy tushuncha.
 Tug'ilish davri inqirozi. «Tirilish kompleksi» haqida.
 Go'daklik davrida psixik rivojlanishda kattalar bilan emotsional muloqotning ahamiyati (yemotsional deprivatsiyaning salbiy oqibatlarini).
 Maktabgacha yosh davrida psixik rivojlanish
 Maktabgacha yosh davrida psixofiziologik taraqqiyotning umumiy tavsifi.
 O'yin maktabgacha yoshdagi bolaning etakchi faoliyati sifatida
 Maktabgacha yosh davrida bilish jarayonlari va nutqning rivojlanishiga xos xususiyatlar.
 J.Piaje fenomenlari haqida tushuncha.
 Maktabgacha yosh davrida emotsional-irodaviy sifatlarning rivojlanish xususiyatlari.
 Maktabgacha yosh davrida motivatsion sohadagi o'zgarishlar va shaxsning «birinchi tug'ilishi» (A.N.Leontev).
 7 yosh inqirozi. uning sabablari va alomatlari.
 Maktabga psixologik tayyorlik muammosi yuzasidan nazariy hamda amaliy bilimlarni shakllantirish.
 Maktabgacha yosh davrining ijtimoiy-psixologik muammolari.
 Maktabgacha yosh davrida ota-ona va yaqinlar bilan o'zaro munosabat xususiyatlari.
 Maktabgacha yosh davrida tengdoshlar bilan o'zaro munosabat xususiyatlari.
 Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning psixologik xususiyatlari
 Kichik maktab yoshi davrida psixik rivojlanishning umumiy tavsifi.
 Kichik maktab yoshidagi bolaning maktabga moslashishi muammosi.
 Kichik maktab yoshi davrida kognitiv - affektiv sohalaridagi rivojlanish xususiyatlari.
 Kichik maktab yoshi davrida motivatsion sohadagi rivojlanish xususiyatlari (o'quv faoliyati, shaxslararo munosabatlarning motivatsion asoslari).
 Kichik maktab yoshi davrining ijtimoiy-psixologik muammolari.
 Kichik maktab davrida ota-ona va yaqinlar bilan munosabat xususiyatlari.
 Kichik maktab yoshi davrida o'qituvchi-o'quvchi munosabatlariga xos xususiyatlari.
 Kichik maktab yoshi davrida tengdoshlari bilan munosabat xususiyatlari.
 O'smirlilik davrida psixik rivojlanish
 O'smirlilik davridagi psixik rivojlanishning umumiy tavsifi (o'smirlilikda jismoniy o'sish xususiyatlari, jinsiy etilish jarayoni, uning psixik rivojlanishga ta'siri haqida umumiy tushuncha).
 O'smirlilik davri inqirozi va uning psixologik, psixofiziologik sabablari.
 O'smirlilik davrida intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari.
 O'smirlilik davrida motivatsion sohadagi rivojlanish xususiyatlari (tengdoshlar bilan muloqot qilish motivatsiyasi, o'quv faoliyati motivatsiyasi, jinoiy xulq-atvor motivlari).
 O'smirlilik davrida shaxsning rivojlanish xususiyatlari (shaxs tug'ilishining 2-davri – A.N.Leontev).
 O'smirlilik davrida o'z-o'ziga baho berish tizimining rivojlanish xususiyatlari. O'smirlilik davrida xarakter aksentuatsiyasi muammosi borasidagi tasavvurlarni hosil qilish.
 O'smirlilik davrining ijtimoiy-psixologik muammolari.
 O'smirlilik davrida ota-ona bilan munosabat xususiyatlari.
 O'smirlarning pedagoglar bilan munosabatlari uchun xos xususiyatlar.
 O'smirlilik davrida tengdoshlar bilan o'zaro munosabat muammosi.
 Ilk o'spirinlik Yashning psixologik xususiyatlari
 Ilk o'spirinlik davri psixologiyasiga umumiy tavsif

Ilk o'spirinlik davrida intellektual va emotsional rivojlanish xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida do'stlashish muammosining psixologik xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida muhabbat.
 Ilk o'spirinlik davrida o'zini-o'zi anglashning rivojlanishi (o'zini-o'zi baholash, hurmat qilish, shaxsiy va ijtimoiy identifikatsiya muammolari).
 Ilk o'spirinlik davrida o'quv-kasbiy faoliyatning etakchi faoliyatga aylanishi va kasb tanlash muammosi.
 Ilk o'spirinlikda kasbga yo'naltirishning psixologik muammolari yuzasidan nazariy bilimlarni mustaxkamlab, amaliyotga yo'naltirish.
 Ilk o'spirinlik davrining ijtimoiy-psixologik muammolari.
 Shaxslararo munosabatlar.
 Ilk o'spirinlikda ota-ona bilan munosabat xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida o'quvchi-pedagog munosabatlari xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida tengdoshlar bilan munosabat muammosi.
 O'spirinlarni oilaviy hayotga psixologik tayyorlash
 Oilaviy hayotga psixologik tayyorlik tushunchasi.
 Oilaviy hayotga tayyorlashning turli jihatlari.
 Yoshlarni oilaviy hayotga tayyorlashda psixologik bilimlarning ahamiyati.
 Oilaviy hayotga psixologik tayyorlikning me'zonlari va ko'rsatkichlari.
 Yoshlarni oilaviy hayotga psixologik tayyorlash sohasidagi amaliy ishning samaradorligini oshirish omillari.
 Guruh rahbari va fan o'qituvchisining oilaviy hayotga psixologik tayyorlashdagi faoliyati mazmunini anglab etish va ulardan o'z hayoti va pedagogik faoliyatida foydalanish ko'nikma malakalarini shakllantirish.
 Ilk o'spirinlik davrining ijtimoiy-psixologik muammolari
 Ilk o'spirinlikda ota-ona bilan munosabat xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida talaba-pedagog munosabatlari xususiyatlari.
 Ilk o'spirinlik davrida tengdoshlar bilan munosabat muammosi.
 Yoshlarning psixologik xususiyatlari
 Yoshlik davri psixologiyasiga umumiy tavsif (psixofiziologik rivojlanish xususiyatlari).

60310900-Psixologiya (sport psixologiyasi) ta'lim yo'nalishida ixtisoslik fanlardan yakuniy davlat attestatsiyasi savollari

3.03. Sport psixodiagnostika va psixokorreksiya fani

Shaxsning emotsional sohasi diagnostikasi.
 Shaxsning emotsional sohasini diagnostika qilish metodlari.
 Empatiya darajasi diagnostikasi.
 Emotsional ekspressiya va emotsional intellekt diagnostikasi.
 Emotsional holatlarning psixofiziologik metodikalari.
 Bezovatalik, depressiya va emotsional buzilishlar, stress diagnostikasi.
 Nevrotik holatlarni diagnostika metodikalari.
 Frustratsiya diagnostikasi
 Motivatsiya va intilish darajasi diagnostikasi.
 Motivlar, ehtiyojlar va motivatsiya psixodiagnostikasi.
 Nikohdan subyektiv qoniqish.
 Oila va gender sotsiologiyasining predmeti va vazifalari.
 Inson xulq-atvorida asab tizimi xususiyatlarini namoyon bo'lishi
 Asab tizimi xususiyatlarini diagnostikasining apparaturali metodlari.
 Motivlarni kognitiv baho yordamida diagnostika qilish
 Tafakkur turlari, operatsiyalari va xususiyatlari psixodiagnostikasi

R.Plutchikning fikricha 16 ta muhofaza mexanizmining tahlillari
Shaxsning emotsional sohasi diagnostikasi.
Emotsional ekspressiya va emotsional intellekt diagnostikasi..
Frustratsiya diagnostikasi.
Psixologik muhofaza mexanizmlarning shakllanishi
Stress kutilmagan va keskin vaziyatlar
Frustratsiya nima
Frustratsiya oqibatida insonda paydo bo'ladigan reaksiya tiplari
Ijobiy emotsiyalarning foydali tomonlari (Barbara L.Fredrikson)
Salbiy emotsiyalarning foydali tomonlari (Djerald L.Klor)
Umumiy emotsional yo'nalganlik (B.I.Dodonov)
Agressiya va Egressiya
A.Bass va I.Darkining "Agressiya shakllari va uning ko'rsatkichlarini diagnostika qilish metodikasi".
Banduraning ijtimoiy o'zlashtirish nazariyasi
Berkovis bo'yicha agressiv xulqning hosil bo'lishi
Olueyzu bo'yicha agressiv xulqning vujudga kelish modeli
Emotsional xulq psixodiagnostikasi
Hissiyot va emotsiyaning tuzilishi
Emotsiyaning asosiy funksiyalari.
Emotsiya haqida tushuncha
Emotsiya to'g'risidagi yondashuvlar
Shaxs his-tug'ularini kechish klassifikatsiyasi
Emotsiya haqidagi nazariyalar
Emotsiya nazaryalari (Jeyms-Lang,Kennon Bard, S.Shaxtyor,D.Zinger).Qarqmq qrshi
emotsiyalar nazaryasi(R.Salamon bo'yicha).
Emotsiyaning axborot nazariyasi
Emotsiyalarning nerv-fiziologik asoslari
Emotsiyalar va oliy asab faoliyat.
Emotsional holatlarni diagnostika qilish usullari.
Xavotirlanish, depressiya, stress va frustratsiya holati diagnostikasi.
Sportchi motivatsiyasi diagnostikasi.
Guruhdagi shaxslararo munosabatning tuzilishini o'rganish.
Psixoanalitik nazariyada shaxs psixikasi tuzilmalari.
Psixokorreksiyaning maqsadi va vazifalari
Kognitiv xulq-atvor terapiyasi
Geshtalt terapiya
Psixologik trening, psixoterapiya, psixologik korreksiya, diagnostika kabi turli
ko'rinishdagi psixologik yordamni qiyosiy tahlil qilish
Xavotirlangan patsientlar konsultatsiyasi.
Fobiya va qo'rquv holati konsultatsiyasi.
Rolli o'yinlar. Diagnostikaga o'rgatuvchi eksperiment.
Psixodiagnostika metodlari tasnifi
Shaxsning o'rganishda proektiv metodikalarning nazariy asoslari
Psixik taraqqiyot diagnostikasi:
Sport jamoalari va shaxslararo munosabat psixodiagnostikasi
Logoterapiya, Transakt analiz
Shaxsdagi aksentuatsiyalarni diagnostika qilish metodikalari (K.Leongard).
Psixologik konsultatsiyaning maxsus muammolari
Sportchilarning emotsional holatlari psixodiagnostikasi
Sportchilarning individual xususiyatlari

Shaxsning emotsional sohasi diagnostikasi.
Psixologik konsultatsiyaning asosiy tushunchalari va predmeti
Sportchi tafakkurini eksperimental o'rganish.
Sportchilarning individual xususiyatlari
Kognitiv xulq-atvor terapiyasi
Psixokorreksiyaning maqsadi va vazifalari .
Psixodiagnostikani fan sifatida rivojlanishi tarixi.
Psixodiagnostik tekshiruv va tadqiqotlar
Motivatsiya va intilish darajasi diagnostikasi.
Proektiv metodikalar
Xavotirlanish, depressiya, stress va frustratsiya holati diagnostikasi
Xulq-atvor terapiyasi
Psixodiagnostik metodikalarga qo'yiladigan talablar.
Xulq-atvor diagnostikasi
Sportchilarda psixik jarayonlar
Psixodiagnostikani fan sifatida rivojlanishi tarixi.
Diqqat va sencomotor reaksiyalar psixodiagnostikasi.
Psixodiagnostika predmeti va vazifalari.
Emotsiya nazaryalari (Jeyms-Lang,Kennon Bard, S.Shaxtyor,D.Zinger).Qarqmq qrshi
emotsiyalar nazaryasi(R.Salamon bo'yicha).
Shaxsni psixodiagnostik baholash
Diqqat (attensiya) xususiyatlari diagnostikasi: diqqatning barqarorligi, konsentratsiyasi,
taqsimlanishi, ko'chishi, tanlovchanligi.
Emotsiya nazaryalari (Jeyms-Lang,Kennon Bard, S.Shaxtyor,D.Zinger).Qarqmq qrshi
emotsiyalar nazaryasi(R.Salamon bo'yicha).
Psixologik konsultatsiyaning asosiy tushunchalari va predmeti
Psixodiagnostik metodikalarga qo'yiladigan talablar.
Xotira va mnemik faoliyat diagnostikasi.
Shaxsning tadqiq etishning asosiy yo'nalishlari.
Shaxsning psixodiagnostik baholash va psixologik testlashdosh sohalari
Shaxsning tadqiq etishning asosiy yo'nalishlari.
Qisqa, uzoq va operativ xotira diagnostikasi.
Temperament va asab tizimi xususiyatlari diagnostikasi
Intellekt diagnostikasi. Intellekt va aqliy taraqqiyot
Intellektni o'lchash, iqtidor va kreativlik diagnostikasi
Tafakkur diagnostikasi.
Kasbiy motivatsiya diagnostikasi.
Guruhdagi jipslikni o'rganish. Hamkorlik va guruhdagi o'zlashtirganlik. Sotsiometriya
Umumiy va maxsus qobliyatlar tushunchasi
Tafakkur turlari, operatsiyalari va xususiyatlari psixodiagnostikasi.
Motivlarni kognitiv baho yordamida diagnostika qilish.
Erisganlik motivatsiyalari o'rganish uchun metodikalar
O'quv motivatsiyalari va o'quvchilarning o'qishga emotsional munosabatlarni o'rganish
Reproduktiv va produktiv tafakkur
Guruhdagi shaxslararo munosabatning tuzilishini o'rganish
Maktab psixologik xizmatida psixodiagnostikaning o'ziga xosligi
Fobiya va qo'rquv holati konsultatsiyasi
Predmetli, simvulli, belgisi va obrazli tafakkur diagnostikasi
Umumiy va maxsus qobliyatlar tushunchasi
Proektiv metodikalarning turlari. Proektiv metodikalar