

MUSTAQIL ISH TOPSHIRIQLARI

1. Talaba mustaqil ta'limni tayyorlashda muayan fanning xususiyatlari hisobga olgan holda quydagi shakllardan foydalanish tavsiya etiladi.
 - darslik va o'quv qo'llanmalar bo'yicha fan boblari va mavzularini o'rganish;
 - tarqatma materiallar ma'ruzalar qismini o'zlashtirish;
 - maxsus adabiyotlar bo'yicha mavzular ustida ishlash;
 - talabani o'quv, ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fanlar bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;
 - faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;
 - masofaviy ta'lim.
2. Tavsiya etiladigan mustaqil ta'limning mavzulari:
3. Jismoniy tarbiya nazariyasiga kirish.
4. Jismoniy madaniyat tushunchalari, maqsadi va vazifalari.
5. Jismoniy tarbiya vositalari.
6. Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi asosiy funktsiyasi va shakllari.
7. Jismoniy madaniyat tizimining vujudga kelishi, uning tarkib topishi.
8. Jismoniy tarbiya vositalari texnikasiga tavsif.
9. Harakatga o'rgatish jarayonining asoslari.
10. Harakatlarga o'rgatish bosqichlarining tuzilish asoslari.
11. O'rgatish bosqichlarining asosiy yo'nalishi va xususiyati.
12. Harakat malakalarining tashkil topish qonuniyatlari.
13. Jismoniy tarbiyani o'qitish printsiplari.
14. Jismoniy tarbiyani o'qitish metodlari.
15. Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi.
16. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida jismoniy tarbiyaning majburiy kurs ekanligi.
17. 1-4 sinflarda dars o'tkazish uslubiyoti.
18. 5-7 sinflarda dars o'tkazish uslubiyati.
19. 8-9 sinflarda dars o'tkazish uslubiyati.
20. Jismoniy tarbiya darsida o'quvchilar faoliyatini tashkil etish usullari.
21. Sinfdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya tadbirlariga tavsif.
22. Jismoniy tarbiya bo'yicha maktab darslarini tahlil qilish.
23. Jismoniy tarbiyaning dastur bo'limlari, o'quv vaqtlari hamda o'quv materiallarini har dars va choraklarga taqsimlash yillik o'quv reja jadvali.
24. Jismoniy tarbiya darslarida pedagogik tahlil; xronometraj; pulsometriya o'tkazish usuliyati.
25. Dars konspektini tuzish uslubiyati.
26. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlarda jismoniy tarbiya darsi.
27. Maktab o'quvchilari jismoniy tarbiya jarayonining zamonaviy tuzilishi.
28. Maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasida pedagogik texnologiyalar. Harakat qobiliyatlarini rivojlantirishga yo'naltirilgan maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya texnologiyasi.
29. Rekerativ-sport yo'nalishi bilan maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiya texnologiyasi.
30. O'quvchilarning harakat kun tartibini shakllantirishga yo'naltirilgan jismoniy tarbiya texnologiyasi.
31. Jismoniy tarbiya o'qituvchisining innovatsion va pedagogik faoliyati.
32. Kuch qobiliyatini tarbiyalash.
33. Tezkorlik qobiliyatini tarbiyalash.
34. Koordinatsion qobiliyatlar va egiluvchanlikni tarbiyalash.
35. Chidamlilikni tarbiyalash.
36. Chaqqonlikni tarbiyalash metodikasi.
37. Sportning nazariy asoslari.
38. Sport trenirovkasini tamoyillari.
39. Sport bayramlarini va musobaqalarini tashkil qilish hamda o'tkazish metodikasi.
40. Sport trenirovkasining vositalari va metodlari.
41. Sportchini tayyorlash tizimi.
42. Sportchini jismoniy, texnik va taktik tayyorgarligi.
43. Sport trenirovkasini davrlash faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari.