

**O'zbekiston respublikasi oliy va o'rta maxsus ta'lim
vazirligi.
Guliston davlat universiteti
Jismoniy madaniyat fakulteti
Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi
kafedrasi**

**“Tasdiqlayman”
Gul.D.U.O'.I.prorektori
_____F.Sharipov..
_____2020 y.**

**Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi
Fani bo'yicha**

Bilim sohasi 100000- gumanitar
Ta'lim sohasi 110000-pedagogika
Ta'lim yo'nalishi: 5112000-Jismoniy madaniyat.

7-semestr.

ISHCHI O'QUV DASTURI

Umumiy o'quv soati - 73
Shu jumladan:
Ma'ruza - 14
Amaliy mashg'ulot - 30
Seminar mashg'uloti - 14
Mustaqil ta'lim sohasi - 15

Guliston – 2020 y

Ishchi dastur 5112000-Jismoniy madaniyat yo'nalishi uchun Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligi tomonidan ishlab chiqilgan va 2018 yil 28. 06 da ro'yxatga olingan (BD 5112000-2.07) na'munaviy o'quv dasturi va o'quv rejasiga muvofiq tayyorlandi.

“Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi”(Voleybol)fanining ishchi dasturi Guliston D.U. o'quv – metodik Kengashining 2020 yil « » 08. 1- sonli majlisida muhokama etildi va ma'qullandi

Tuzuvchi: A.Bolbekov – GulDU “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” kafedrasida o'qituvchisi _____ (imzo)

Taqrizchi: Saribaev.Sh.T.– P.F.N. _____ (imzo)

Fanning ishchi o'quv dasturi “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi” kafedrasining 2020 yil “ ____ ” _____ dagi ____ - sonli majlisida ko'rib chiqilib, fakultet Ilmiy-uslubiy Kengashida ko'rib chiqish uchun tavsiya qilindi.

Kafedra mudiri:

Saribaev Sh.T.

Fanning ishchi o'quv dasturi “Jismoniy madaniyat” fakulteti Ilmiy-uslubiy Kengashining 2020 yil “ ____ ” _____ dagi “ ____ ” - sonli majlisida tasdiqlandi.

**Fakultet Ilmiy-uslubiy
Kengashi raisi:**

dots. Qarshibaev J.H.

KIRISH

Ushbu dastur jismoniy tarbiya darslarida voleybol o'yinlarni kelib chiqish tarixi, rivojlanish bosqichlari, turkumlari, tasnifi, o'yinlarning tahlili, ularni tashkil qilish va o'tkazish metodlari, uning estetik jihatlari, o'yinlar orkali sog'lom turmush tarzini tag'ib toptirish haqida ma'lumot berish, talabalarni quvnoq startlar, estafetali o'yinlar va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish, sport o'yinlarini tashkil qilish, sport o'yinlari texnikasi va taktikasi bilan tanishtirish, ularni sport o'yinlari va musobaqalar o'tkazish, hakamlik qilishga oid amaliy ko'nikma va malakalar bilan qurollantirishdan iborat.

O'quv fanining maqsadi va vazifalari

Fanni o'qitishdan maqsad - fan bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir. Ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida o'qitishning faol uslublaridan foydalangan holda nazariy bilim beriladi, amaliy mashg'ulotlarda esa ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida egallangan bilimlarni amalda bajarib, ko'nikma va malakalari shakllantiriladi.

Fanning vazifasi -voleybol o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislarga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarini tashkil qilish, tahlil qilish, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.

- voleybol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; voleybol o'yinida to'g'ri yiqilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni yuqoridan uzatish va qabul

qilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni pastdan uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni *haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak*.

- voleybol o'yinida to'pni o'yinga kiritish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida sakrab to'pga zarba berish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; voleybol o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; voleybol o'yinida libero o'yinchisining vazifalarini o'rgatish *malakalariga ega bo'lishi kerak*.

Fanning o'quv rejasidagi boshqa fanlar bilan o'zaro bog'liqligi va uslubiy jihatdan uzviyligi

Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi fani umumkasbiy fan hisoblanib 7 semestrlarda o'qitiladi. Dasturni amalga oshirish o'quv rejasida rejalashtirilgan umumiy psixologiya, umumiy pedagogika, jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, gimnastika va uni o'qitish metodikasi, engil atletika va uni o'qitish metodikasi, kurash turlari va uni o'qitish metodikasi, suzish va uni o'qitish metodikasi, jismoniy tarbiya gigienasi va sportning tibbiy-fiziologik asoslari, jismoniy madaniyatni o'qitish texnologiyalari va loyihalashtirish kabi fanlardan etarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlikni talab etadi.

Fanning ta'limdagi o'rni

Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda harakatli o'yinlar va sport o'yinlari asosiy vosita hisoblanib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, fanning nazariy hamda amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Fanni o'qitishda zamonaviy axborot va pedagogik texnologiyalar

Talabalarining **Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi** fanini o'zlashtirishlari uchun o'qitishning ilg'or va zamonaviy usullardan foydalanish, yangi innovatsion - pedagogik texnologiyalarni tadbiq qilish muhim ahamiyatga egadir. Fanni o'zlashtirishda darslik, o'quv va uslubiy qo'llanmalar, ma'ruza matnlari, tarqatma materiallar, elektron materiallar, virtual stendlardan va sport jihozlaridan foydalaniladi. Ma'ruza, amaliy va seminar mashg'ulotlariga mos ravishdagi ilg'or pedagogik texnologiyalardan foydalaniladi.

**Fandan o'tiladigan mavzular va ular bo'yicha mashg'ulot turlariga
ajratilgan soatlarning taqsimoti (7-semestr)**

Ma'ruza mashg'ulotlari

T/r	Fanning bo'limi va mavzusi, ma'ruza mazmuni	Soatlar
1	Voleybol o'yinida tayyorgarlik turlari va o'rni .	4
2	Voleybol o'yinida shug'ullanuvchilarning texnikasini takomillashtirish va mahoratini oshirish.	4
3	Voleybol o'yin mashqlari texnika va taktika usullarini o'rgatishni takomillashtirish hamda mahoratini oshirish.	6
	Jami:	14

Seminar mashg'ulotlari

T/r	Fanning bo'limi va mavzusi, ma'ruza mazmuni	Soatlar
1	Voleybol o'yinida tayyorgarlik turlari va o'rni .	4
2	Voleybol o'yinida shug'ullanuvchilarning texnikasini takomillashtirish va mahoratini oshirish.	4
3	Voleybol o'yin mashqlari texnika va taktika usullarini o'rgatishni takomillashtirish hamda mahoratini oshirish.	6
	Jami:	14

Amaliy mashg'ulotlari

T/r	Fanning bo'limi va mavzusi, ma'ruza mazmuni	Soatlar
1	Voleybolchilarning maxsus mashqlari.	2
2	To'pni yuqoridan to'g'ri, yon tomondan , pastdan to'g'ri o'yinga kiritish texnikasi	2
3	O'yinga kiritilgan to'pni qabul qilish texnikasiga o'rgatish.	2
4	Harakat paytida to'pni uzatish va qabul qilish.	2
5	Ikki kishi to'pni joyda turib bir-biriga har xil holatda uzatish va qabul qilish	2
6	To'pni sakrab uzatish va qabul qilish.texnikasiga o'rgatish.	2

7	To'psiz sakrab ,hujum zarbi berish, hujum zarbiga to'siq (blok) qo'yish texnikasiga o'rgatish mashqlari	2
8	To'pni pastdan ikki qo'llab qabul qilish texnikasi	2
9	Yuqoridan va pastdan kelgan kelgan to'pni qabul qilish va sherigiga uzatish texnikasiga o'rgatish	2
10	To'pni bir-biriga tashlab,to'rdan o'tkazish texnikasiga o'rgatish	2
11	Hujum zarbi berish va hujum zarbiga to'siq qo'yish texnikasiga o'rgatish	2
12	Hujum zarbiga 2-3 kishi bo'lib ,to'siq (blok) qo'yish texnikasiga o'rgatish	2
13	Himoya taktikasiga o'rgatish	2
14	Hujum taktikasiga o'rgatish	2
15	Nazorat talablarini qabul qilish	2
	JAMI	30 soat

2. O'quv materiallari mazmuni

2.1. Ma'ruza mashg'ulotlari mazmuni.

2.1.1. Voleybol o'y/nida tayyorgarlik turlari va o'rni. (4 soat)

Voleybol o'yinida tayyorgarlik turlari.

Birinchi o'yin qoidalarini va dunyoga tarqalishi.

O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi.

[A1. (9-19),A2 (6-23),A3 (10-44).

[A2 23-55,A3 44 -53].

2.1.2.Voleybol o'yonida shug'ullanuvchilarning texnikasini takomillashtirish va mahoratini oshirish. (4 soat)

O'yinchilarning maydonda joylashish.

To'pni o'yinga kiritish qoidalarini.

Umumiy qonun qoidalarini haqida ma'lumot.

Maydon va to'plarni o'lchamlari,

Hakamlarning vazifalari.

[A1. (9-19),A2 (6-23),A3 (10-44).

[A2 23-55,A3 44 -53].

2.1.3.Voleybol o'yin mashqlari texnika va taktika usullarini o'rgatishni takomillashtirish hamda maxoratini oshirish.(6 soat)

Himoya va hujum texnikasi,himoya va hujum taktikalari.

[A1.20-31, A2 .55-71 , A3. 53 -67].

2.2.SEMINAR MASHG'ULOTLARI MAZMUNI:

2.1.1. Voleybol o'yonida tayyorgarlik turlari va o'rni. (4 soat)

Voleybol Voleybol o'yonida tayyorgarlik turlari Birinchi o'yin qoidolari va dunyoga tarqalishi haqidagi bilimlarni takomillashtirish va mustahkamlash.

O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi haqidagi bilimlarni takomillashtirish

[A1. (9-19),A2 (6-23),A3 (10-44).

[A2 23-55,A3 44 -53].

2.1.2.Voleybol o'yonida shug'ullanuvchilarning texnikasini takomillashtirish va mahoratini oshirish. (4 soat)

O'yinchilarning maydonda joylashish to'g'risida bilimga ega bo'lish.

To'pni o'yinga kiritish qoidolari to'g'risida nazariy ma'lumotga ega bo'lish.

Umumiy qonun qoidolari haqida ma'lumotni takomillashtirish.

Maydon va to'plarni o'lchamlari haqidagi bilimlarni takomillashtirish.

Hakamlarning vazifalari haqidagi bilimlarni takomillashtirish.

[A1. (9-19),A2 (6-23),A3 (10-44).

[A2 23-55,A3 44 -53].

2.1.3.Voleybol o'yin mashqlari texnika va taktika usullarini o'rgatishni takomillashtirish hamda maxoratini oshirish.(6 soat)

Himoya va hujum texnikasi,himoya va hujum taktikalari haqidagi bilimlarni mustahkamlash.

[A1.20-31, A2 .55-71 , A3. 53 -67].

2.3.AMALIY MASHG'ULOTLAR MAZMUNI:

2.3.1.Voleybolchilarning maxsus mashqlari. (2 soat).

Sakrash mashqlari.

Egiluvchanlik mashqlari.

Akrobatik mashqlar.

[A2 4-9,A3 16 -19].

2.3.2.To'pni yuqoridan to'g'ri, yon tomondan to'g'ri,pastdan to'g'ri o'yinga kiritish texnikasi . (2 soat).

To'pni yuqoridan o'yinga kiritish texnikasi.

To'pni pastdan o'yinga kiritish texnikasi.

Chiziqni chap va o'ng tomonidan o'yinga kiritish.

Sakrab zarb bilan o'yinga kiritish.

[A2 12-19,A3 66 -71].

2.3.3.O'yinga kiritilgan to'pni qabul qilish texnikasiga o'rgatish.

(2 soat).

Orqa zonadan pastdan qabul qilish.

Oldingi zonada qabul qilib, sherigiga uzatish.

Pasddan kelgan to'pni yiqilyotib bir qo'llab qabul qilish.

[A2 12-19,A3 66 -71].

2.3.4.Harakat paytida to'pni uzatish va qabul qilish.(2 soat)

Oldinga yurib to'pni qabul qilish va uzatish.

Orqaga yuib to'pni qabul qilish va uzatish.

Yon tomonga yurib to'pni qabul qilish va uzatish.

[A2 12-19,A3 66 -71].

2.3.5.Ikki kishi to'pni joyda turib bir-biriga har xil holatda uzatish va qabul qilish . (2 soat)

Bir biriga yaqin turib to'pni uzatish va qabul qilish.

Har xil uzoqlikda to'pni uzatish va qabul qilish.

To'pni sakrab uzatish va qabul qilish.

[A2 41-49,A3 93 -98].

2.3.6.To'psiz sakrab hujum zarbi berish, hujum zarbiga to'siq qo'yish texnikasiga o'rgatish. (2 soat)

Joydan sakrab hujum zarbi berishga taqlid qilash.

2-3 qadamlab kelib , hujum zarbi berish mashqlari.

Himoya zonasidan sakrab hujum zarbi berishga taqlid qilish.

Yakka holda to'siq (blok) qo'yish.

Ikki kishi bo'lib to'siq (bolk) qo'yish.

Uch kishi bo'lib to'siq (blok) qo'yish.

[A2 61-65,A3 112 -117].

2.3.7.To'pni pastdan ikki qo'llab qabul qilish texnikasi. (2 soat)

Tizzalarni bukib , oldinga engashib,ikki qo'llab to'pni qabul qilish.

Chap va o'ng oyoqqa o'tirayotib, ikki qo'llab to'pni qabul qilish.

Chap va o'ng tomonga burilib to'pni qabul qilish.

[A2 75-81,A3 131 -136].

2.3.8.To'pni chap va o'ng yon tomondan qabul qilish tex-kasi . (2 soat)

Chap va o'ng oyoqqa o'tirayotib, ikki qo'llab yon tomondan to'pni qabul qilish.

Chap va o'ng tomonga burilib, to'pni qabul qilish.

[A2 84-91,A3 138 -141].

2.3.9.Yuqoridan va pastdan kelgan kelgan to'pni qabul qilish va sherigiga uzatish texnikasiga o'rgatish. (2 soat)

Yuqoridan kelgan to'pni pastdan ikki qo'llab qabul qilish va sherigiga yuqoridan uzatish.

Yuqoridan kelgan to'pni ko'krakda ikki qo'llab qabul qilish va sherigiga yuqoridan uzatish.

Yuqoridan kelgan to'pni tepada ikki qo'llab qabul qilish va sherigiga yuqoridan uzatish.

Pastlab kelgan to'pni tizzalarni bukib qabul qilish va sherigiga uzatish.

Pastlab kelgan to'pni engashib , kaftni orqa tomoni bilan qabul qilish.

Pastlab kelgan to'pni polga sakrab uzala yotib (otro'v) bir qo'llab qabul qilish.

[A2 93-97,A3 142-148].

**2.3.10.To'pni bir-biriga tashlab,to'rdan o'tkazish texnikasiga o'rgatish.
(2 soat)**

- 1- zonadan to'pni bir-biriga uzatib, to'rdan o'tkazish.
 - 2- zonadan to'pni bir-biriga uzatib to'rdan o'tkazish.
- [A2 107-11,A3 154 -158].**

2.3.11.Hujum zarbi berish va hujum zarbiga to'siq qo'yish texnikasiga o'rgatish.(2 soat)

- Chap tomondan hujum zarbi berish.
 - O'ng tomondan hujum zarbi berish.
 - O'rtadan hujum zarbi berish.
 - Himoya zonasidan hujum zarbi berish.
 - Yakka holda to'siq (blok) qo'yish.
 - Ikki kishi bo'lib to'siq qo'yish.
 - Uch kishi bo'lib to'siq qo'yish.
 - To'siq qo'yganda orqadagilar sherigini “straxovka” qilish.
- [A2 123-135,A3 161 -163].**

2.3.12.Hujum zarbiga 2-3 kishi bo'lib ,to'siq (blok) qo'yish texnikasiga o'rgatish.(2 soat)

- Ikki kishi bo'lib to'siq qo'yish.
 - Uch kishi bo'lib to'siq qo'yish.
 - To'siq qo'yganda orqadagilar sherigini “straxovka” qilish.
- [A2 142-145,A4 23 -28].**

2.3.13. Himoya taktikasiga o'rgatish . (4 soat).

- Yakka holda himoyalaniish.
 - Guruh bo'lib himoyalaniish.
 - Jamoaviy himoyalaniish.
- [A2 148-151,A4 31 -36].**

2.3.14. Hujum taktikasiga o'rgatish. (4 soat)

- O'yinchilar joylarini almashib, hujum qilish.
 - Har xil aldatchi harakatlar bilan maydonni ochiq joyiga to'pni tushirish.
- [A2 154-159,A4 39 -42].**

2.3.15.Nazorat talablarini qabul qilish .(4 soat).

- To'pni o'yinga kiritish.(Aytilgan zonaga tushirish)
- To'rdan hujum zarbi berib, raqib maydoniga tushirish.
- Hujum zarbiga to'siq qo'yish.

3.Mustaqil ta'limni tashkil etishning shakli va mazmuni.

Talabalarning ma'ruza, amaliy va seminar mashg'ulotlariga tayyorlanib kelishi va o'tilgan materiallarni mustaqil o'zlashtirishlari uchun kafedra o'qituvchilari tomonidan ma'ruza matnlari, amaliy mashg'ulotlarni tashkil etishga oid ko'rsatmalar ishlab chiqilgan, har bir talabaga ushbu materiallardan foydalanish tavsiya etiladi.

Talabanning fanni mustaqil tarzda qanday o'zlashtirganligi joriy, oraliq va yakuniy nazoratda o'z aksini topadi. Shu sababli baholash tizimida mustaqil ishlarga alohida baho ajratilmaydi, ular ON va YaN lar tarkibiga kiritilgan.

Mustaqil ishlar uchun fan bo'yicha jami 50 soat ajratilgan.

Ushbu soatlar taxminan quyidagi tartibda taqsimlanadi:

- ma'ruza konspektini o'qib tayyorlanish – 4 soat.
- amaliy mashg'ulotlarda harakat malakalarini egallash – 30 soat.
- seminar mashg'ulotlariga tayyorgarlik ko'rish – 4 soat.

Amaliy mashg'ulotlarda nazariy bilimlar o'rganilgan turga xos harakat malakalarini egallash orqali mustahkamlanadi Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanini chuqur o'zlashtirish uchun talaba fanning har bir bo'limini mustaqil o'rganishi va harakatlarni amalda bajara olishi orqali mustahkamlashi zarur.

Seminar mashg'ulotlari nazariya va amaliyotni bog'lovchi asosiy bo'g'in bo'lib hisoblanadi. Bunda talabalarning bilimlarini mustahkamlashda texnika asosi va texnikaga o'rgatish metodikasining nazariy bilimlarini chuqur o'rganib, bilimlarni egallashi muhim rol o'ynaydi.

Qoldirilgan darslarni topshirish uchun talaba dars materialini tayyorlab kelishi va o'qituvchining og'zaki suhbatidan o'tishi zarur. Qoldirilgan ON va YaN lar belgilangan tartib bo'yicha topshiriladi.

Talabalar mustaqil ishi mazmuni

tg'r	Mavzular va topshiriqlar mazmuni	Ajratilgan vaqt (soat)	<i>Bajarilish muddati</i>
1	Voleybol o'yinining paydo bo'lish tarixi.	2	1-2- hafta
2	Voleybol o'yini texnikasiga tavsif.	2	3-4- hafta
3	Voleybol o'yini taktikasiga tavsif.	2	5-6- hafta
4	Voleybolchilarning jismoniy sifatlariga tavsif.	2	7-8- hafta
5	Voleybolda xujum taktikasiga tavsif	2	9-10- hafta

6	Voleybolda ximoya taktikasiga tavsif	2	11-14- hafta
7	Musobaqa nizomini tayyorlash va o'yin jadvalini tuzish	2	15-16- hafta
8	Hakamlilik qilish uslublari	1	17-18- hafta
	Jami	15 soat	

4. Reyting baholash tizimi

4.1. Reyting nazorati jadvali

Baho	5	4	3	2
Reyting	86-100	71-85	55-70	< 55
Fanni o'zlashtirish ko'rsatkichlari	86-100	71-85	55-70	< 55

Eslatma: 7 semestrda o'qitiladigan “**Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi**” fanining o'quv hajmi 73 soatni tashkil etib, fan koeffitsenti 7.3 bo'ladi. Fan bo'yicha o'zlashtirishni aniqlashda talaba to'plagan bali fan koeffitsentiga ko'paytiriladi va butungacha yaxlitlab olinadi.

JNni baholash mezonlari

“Sport maxoratini oshirish va uni o’qitish metodikasi” fani bo’yicha joriy baholash talabani amaliy va laboratoriya mashg’ulotlaridagi o’zlashtirishini aniqlash uchun qo’llaniladi. JN har bir amaliy mashg’ulotlarida so’rov o’tkazish, savol va javob kabi shakllarda amalga oshiriladi. JN har bir laboratoriya mashg’ulotlarida so’rov ya’ni kollokvium o’tkazish, laboratoriya ishlarini bajarish, savol va javob, suhbat shakllarda amalga oshiriladi. Talabaga JN da butun ballar qo’yiladi.

KUZGI SEMESTR

№			Sentyabr				Oktyabr				Noyabr				Dekabr				Yanvar						
			2-7	9-14	16-21	23-28	30-5	7-12	14-19	21-26	28-2	4-9	11-16	18-23	25-30	2-7	9-14	16-21	23-28	30-4	6-11	13-18	20-25	27-1	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	19	20	21	22	23	
	J.N 40	Seminar.					2			2		2	2			2		2	2		3		2		19
		Amaliy Laborato- riya									4				4		4			4		5			21
2	ON 30 %	Yozma yoki test													7								7	14	
		Mustaqil ta’lim													8								8	16	
3	YaN – 30%																							30	
	Jami		12										29				29				30				
	Jami Gp bo’yicha		12										41				70				100				

Talabani laboratoriya mashg’ulotlarni o’zlashtirish darajasi quyidagi mezon asosida aniqlanadi

Baholash ko’rsatkichi	Baholash mezonlari	reyting bali
A’lo, 86-100%	Etarli nazariy bilimga ega. Topshiriqlarni mustaqil o’zlashtirgan. Berilgan savollarga to’liq javob beradi. Amaliy ish mohiyatini to’liq tushunadi. Topshiriqni mustaqil bajara oladi. O’quv tartib intizomiga to’liq rioya qiladi. Topshiriqlarni namunali rasmiylashtirgan.	3
Yaxshi, 71-85%	Etarli nazariy bilimga ega. Topshiriqlarni bajargan. Berilgan savollarga etarli javob beradi. Mavzuning mohiyatini tushunadi. O’quv tartib intizomiga to’liq rioya qiladi.	2
Qoniqarli, 55-70%	Topshiriqlarni bajarishga harakat qiladi. Berilgan savollarga javob berishga harakat qiladi. Masalaning mohiyatini chala tushungan. O’quv tartib intizomiga rioya qiladi.	1

Qoniqarsiz 0-54%	Talaba amaliy mashg'ulot darsi mavzusiga nazariy tayyorlanib kelmasa, mavzu bo'yicha savollariga javob bera olmasa, darsga sust qatnashsa bilim darajasi qoniqarsiz baholanadi.	0
------------------	---	---

**Talabani mustaqil ta'lim mashg'ulotlarini o'zlashtirish darajasi
quyidagi mezon asosida aniqlanadi**

Baholash ko'rsatkichi	Baholash mezonlari	reyting bali
A'lo 86-100%	Laboratoriya ishini mavzusining nazariy asoslari bo'yicha mukammal bilimga ega. Laboratoriya ishlarini ijodiy yondoshgan xolda tushuntiradi. Laboratoriya ishini mustaqil bajara oladi. Olgan natijalarni mustaqil tahlil qiladi. Hisobot to'liq rasmiylashtirilgan. Olingan natijalar to'g'ri va aniq tahlil qilingan.	4
Yaxshi, 71-85%	Laboratoriya ishini mavzusi nazariy asoslari bo'yicha etarli bilimga ega. Laboratoriya ishi mazmunini yaxshi tushunadi. Tajribalarni ko'rsatma bo'yicha o'tkazib, olgan natijalarni tushuntira oladi. Hisobot yaxshi rasmiylashtirilgan. Olingan natijalar tahlil qilingan va to'g'ri.	3
Qoniqarli, 55-70%	Laboratoriya ishini mavzusi nazariy asoslari bo'yicha bilimi kam. Laboratoriya ishlari mazmunini biladi. Tajribalarni laborant nazoratida o'tkazib, natija olgan. Olingan natijalar to'g'ri tahlil qilingan.	2
Qoniqarsiz 0-54%	Talaba laboratoriya mashg'uloti bo'yicha kolekvium topshira olmasa, tayyorlanmagan bo'lsa laboratoriya ishini bajarishga ruxsat berilmaydi, talabani bilim darajasi qoniqarsiz baholanadi.	0

4.3. ONni baholash

Oraliq nazorat "**Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi**" fanining bir necha mavzularini qamrab olgan bo'limi bo'yicha, tegishli nazariy va amaliy mashg'ulotlar o'tib bo'lingandan so'ng og'zaki ravishda amalga oshiriladi. Bundan maqsad talabalarning tegishli savollarni bilishi yoki muammolarni echish ko'nikmalari va malakalari aniqlanadi. ON nazorat ishlari og'zaki yoki yozma usulida o'tkazilishi nazarda tutilgan, savollar ishchi o'quv dastur asosida tayyorlanadi. ON ga kelmagan talabalarga qayta topshirish imkoniyati beriladi. ON kafedra mudiri rahbarligida tashkil etiladi va natijalar kafedrada o'quv yilining oxirigacha saqlanadi.

4.4. YaNni baholash

Yakuniy nazorat "**Sport maxoratini oshirish va uni o'qitish metodikasi**" fanining barcha mavzularini qamrab olgan bo'lib, nazariy va amaliy mashg'ulotlar o'tib bo'lingandan so'ng yozma ravishda amalga oshiriladi. Bundan maqsad talabalarning fan bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichlari, ya'ni bilim darajasi yoki muammolarni echish ko'nikmalari va malakalari aniqlanadi. YaN yozma usulda olinganda har bir variantda 3ta savol bo'lib, har bir savol 10 ballik tizimda baholanadi. YaN nazorat ishlari test usulida ham o'tkazilishi nazarda tutilgan, test savollari ishchi o'quv dasturi asosida tayyorlanadi. ON va JNlarga ajratilgan balldan 55% dan past ball to'plagan talaba o'zlashtirmagan hisoblanadi va YaNga kiritilmaydi. YaNni o'zlashtirmagan talabalarga qayta topshirish imkoniyati beriladi. YaN bo'yicha olinadigan yozma ish variantlari kafedra mudiri rahbarligida tuziladi va dekanatlarga topshiriladi.

5.INFORMATsION-USLUBIY TA'MINOT

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

Asosiy adabiyotlar

1. Usmonxo'jaev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma T.: O'qituvchi 1992 y.
2. Maxkamdjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
3. Xo'jaev P., Raximqulov K.D., Nigmanov B.B. Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi. (Harakatli o'yinlari) O'quv qo'llanma TDPU T.: 2008 y.
4. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
5. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.: 2012 y.
6. Arjan Egges, Arno Kamphuis, Mark Overmars "Motion in Games" First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s.
7. Jukov M.N. — M.: Podvijno'e igro': Ucheb.dlya stud. ped. vuzov. Izdatelskiy tsentr «Akademiya» 2000. - 160 s.
8. Nurimov R.I. "Futbol" darslik T, O'zDJTI 2005 y.
9. Ayropetyants L.R. "Voleybol" Uchebnik. T, UzGosIFK 2006 g.
10. Rasulov O.T. "Basketbol" Darslik. Toshkent 1998 y.
11. Pavlov SH., Abduraxmanov F., Akromov J. "Gandbol" darslik. T, O'zDJTI 2005 y.
12. Nigmanov B.B, Xo'jaev F, Raximqulov K.D "Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi" o'quv qo'llanma Ilm-Ziyo nashriyoti Toshkent 2011 y.

Qo'shimcha adabiyotlar

13. MirziyoevSh.M.
Buyukkelajagimiznimardvaoliyjanobxalkimizbilanbirgakuramiz.Toshkent "Uzbekistan" - 2017 y.
14. Sh.Mirziyoev Erkin va farovon demokratik Uzbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. "Uzbekiston" NMIU, 2016 y.
15. Sh.Mirziyoev ^onunustuvorligivainsonmanfaatlarinita'minlash - yurttarakkiyotivaxalkfaravonligininggarovi."Uzbekiston" NMIU,2016y.
16. 2017-2021 yillarda Uzbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yunalitti buyicha Xdrakatlar strategiyasi. Uzbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
17. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y.
18. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
19. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y.
20. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.
21. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y.
22. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" Cho'lpon nashriyoti T.: 2010 y.

23. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
24. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
25. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
26. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

Internet saytlari

27. www.tdpu.uz
28. www.pedagog.uz
29. www.edu.uz
30. www.nadlib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)
31. [http:G'G'ziyonet.uz](http://G'G'ziyonet.uz) — Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portali

Baholash nazoratlari grafigi

Fan bir o'quv yilida bir semestrda o'qitiladi. Elektron ta'lim tizimi talablaridan kelib chiqqan holda bitta blok-moduldan iborat va quyidagi reyting nazoratlari grafigi belgilandi:

Bahorgi semestr

№	Reyting nazorat shakli, maksimal ballari	1-ON	2-ON	YAN
1.	Maksimal baho	5	5	5
2.	Shakli: (test)	Test (30 ta savol, to'g'ri javobga 1 ball beriladi.)	Test (30 ta savol, to'g'ri javobga 1 ball beriladi.)	Amaliy (3 nazorat talabi, xar bittasi 5 baho)
3.	Muddati (haftalarda)	7	12	21

Baholash mezonlari:

1. Amaliy va seminar mashg'ulotlarini bajarishda olingan baholar oraliq nazoratda inobatga olinadi.

2. Oraliq nazorat test (30 ta savol, xar bittasi 1 balldan baholanadi) shaklda o'tkaziladi. 25-30 ta savolga to'g'ri javob bersa 5 baho, 21-24 ta savolga to'g'ri javob bersa 4 baho, 16-20 ta savolga to'g'ri javob bersa 3 baho, 15 ta va undan kam savolga javob bersa 2 baho bilan baholanadi.

3. Yakuniy nazorat variantlari amaliy mashg'ulotlari mavzularini qamrab olgan holda shakllantiriladi. 3 ta nazorat talabidan iborat. Nazorat amaliy o'tkazilib, har bir nazorat 5 baho bilan baholanadi va 3 ta nazorat bo'yicha o'rtacha chiqqan baho bilan baholanadi.

Talabalarni o'zlashtirishini baholash:

5 baho "a'lo"

- fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtira olish;
- fanga oid asosiy ko'rsatgichlarni bilish va baholash;
- berilgan savolarga batavsil javob berish va mazmunini to'la yoritish;
- fikrni ilmiy-nazariy adabiyotlar yordamida asoslash;
- barcha amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish;
- nazariy bilimlarni turli vaziyatda qo'llay olish;
- tizimli yondoshish, uzviylikka amal qilish.

4 baho "yaxshi"

- fanga oid asosiy ko'rsatgichlarni bilish va baholash;
- fanga oid asosiy ko'rsatgichlarni bilish va baholash;
- tizimli yondoshish, uzviylikka amal qilish;

- asosiy amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish;
- nazariy bilimlarni turli vaziyatda u yoki bu qo'llay olish darajada.

3 baho “qoniqarli”.

- fanga oid asosiy ko'rsatgichlarni bilish va baholash;
- fanda tizimli yondosha olmaslik;
- ayrim amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtirish;
- nazariy bilimlarni turli vaziyatda u yoki bu qo'llay olish darajada.

2 baho “qoniqarsiz”.

- O'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil fikr yurita olmaslik;
- fanda tizimli yondosha olmaslik;
- asosiy amaliy ko'nikma va malakalarni o'zlashtira olmaslik.

Ishchi o'quv dasturga o'zgartirish va qo'shimchalar kiritish to'g'risida

_____ o'quv yili uchun ishchi o'quv dasturiga qo'yidagi o'zgartirish va qo'shimchalar kiritilmoqda:

O'zgartirish va qo'shimchalarni kirituvchilar:

(professor-o'qituvchining I.F.O.)

(imzosi)

Ishchi o'quv dasturga kiritilgan o'zgartirish va qo'shimchalar "Jismoniy madaniyat" fakulteti Ilmiy-uslubiy Kengashida muhokama etildi va ma'qullandi (2019 yil " " avgustdagi - sonli bayonnoma).

Fakultet Ilmiy-uslubiy
Kengashi raisi:

dots.J.H.Qarshibaev.

