

O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

GULISTON DAVLAT UNIVERSITETI



Ruyxatga olindi: № _____

**Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi
O'QUV DASTURI**

Bilim sohalari:	1000 000	– Xizmatlar
Ta'lim sohalari:	1010 000	– Xizmat ko'rsatish sohasi
Ta'lim yo'nalishlari:	61010300	– Sport faoliyati (faoliyat turlari bo'yicha)

GULISTON – 2023 yil

Fan / modul kodi 382JTSP1122	O`quv yili 2023-2024	Semestr 3	ECTS - Kreditlar 4
Fan / modul turi majburiy	Ta`lim tili O`zbek/rus		Haftadagi dars soatlari 4
Fanning nomi	Auditoriya mashg`ulotlari (soat)	Mustaqil ta`lim (soat)	Jami yuklama (soat)
Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi	30/30	60	120

Fanning mazmuni

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

«Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi» fanini o`zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba:

jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanining kelib chiqish tarixi; bugungi kunda pedagogik mahoratni amaliyotga tatbiq etish; pedagogik mahoratni rivojlantirish bo`yicha bilim, ko`nikma va bilimlarga ega bo`lishi kerak;

-jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fani bo`yicha tegishli bo`lgan nazariy va amaliy ma`lumotlarni o`rganish, har bir elementga e`tibor bergan holda, fan sirlarini to`liq o`zlashtirib olishlari, jamoa mehnatini tashkil etish va boshqarishdagi pedagogik qonuniyatlar, ijtimoiy muloqot va muomalaning sirlari; mehnatga to`g`ri motivatsiya munosabatini shakllantirish omillari to`g`risidagi tasavvurlarga ega bo`lish;shaxsning individual, jinsiy va yoshga bog`liq xususiyatlari, yetuklik davrida shaxs taraqqiyotining pedagogik qonuniyatlari; e`tiqod va sog`lom dunyoqarashni shakllantirish omillari, har bir ijtimoiy vaziyatda fuqarolik ongi va mas`uliyatini shakllantirish vositalarini aniqlay olish ko`nikmalariga ega bo`lishi;

- fanning mazmunidan kelib chiqqan holda har bir mavzuga tegishli bo`lgan mustaqil ravishda kerakli adabiyotlardan foydalanishlari dokladlar referatlar tayyorlashlari kunlik seminarlarda kerakli ma`lumotlarni yig`ishlari noan`anviy usullarni takomillashtirilgan variantlarini ishlab chiqishda ishtirok etishlari o`z ustida mustaqil va ijodiy ishlash ko`nikmalari;o`zgalar mehnati va ijodiy faoliyatini xolis va ob`ektiv baholash, texnologik xaritanani tuzishi; muammoli vaziyatlarni yaratish;

- aniqlashtirilgan maqsadlarni ishlab chiqishi;turli darajadagi testlarni ishlab chiqa olishi, o`quv jarayonini loyihalashtirish, differensial dasturni tuzish bo`yicha malakalariga ega bo`lishi kerak.

II. Asosiy nazariy qism. (ma`ruza mashg`ulotlari)

II.I. Fan tarkibiga quyidagilar kiradi.

1-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining umumiy asoslari

Maqsad va vazifalari. Asosiy tushunchalari

Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining predmeti. Sport pedagogikasini paydo bo'lishi va rivojlanish tarixi. Shaxsni shakllantirish jarayonida sport pedagogikasining ahamiyati. Sport pedagogikasini fanining metodologiyasi. Jismoniy tarbiya maqsadi, vazifalari va tamoyillari. Jismoniy rivojlanish. Jismoniy tarbiya jarayonida sportchi shaxsning shakllanishi.

2-mavzu. Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati

Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sportning o'ziga xos ahamiyati. Jismoniy tarbiya va sportning shaxs shakllanishiga ta'siri. Rivojlanish tushunchasi, odamning rivojlanishi, jismoniy va psixik rivojlantirish, ularning birligi va xususiyatlari. Tarbiya jarayonida yosh xususiyatlarini hisobga olish. Rivojlanishning individual xususiyatlari va uni jismoniy tarbiya hamda sport faoliyatida hisobga olish. Yosh sportsmenlarning tarbiyalash shakllari: individual, guruhiy va jamoaviy.

3-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport mutaxassislari faoliyatining pedagogik jihatlari

Jismoniy tarbiya o'qituvchisi va sport pedagogi faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari. Sport pedagogiga qo'yiladigan talablar. Jismoniy tarbiya va sport sohasi pedagogining kommunikativ va tashkilotchlik qobiliyati. Jismoniy tarbiya va sport sohasi pedagogining tolerantligi va uni faoliyat olib borishidagi ahamiyati. Sportga oid o'zaro munosabatlarda nizolar tushunchasi, sport faoliyatida yuzaga keladigan nizolar tasnifi, sabablari, shart – sharoitlari hamda ularni oldini olish va bartaraf etish yo'llari.

4-mavzu . Didaktika – pedagogik ta'lim nazariyasi sifatida.

Didaktika haqida tushuncha. Didaktikaning asosiy kategoriyalari. Ta'lim jarayonida bilish faoliyatining bosqichlari

5-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida ta'lim tamoyillari

Sport faoliyatida ta'lim tamoyillari. Jismoniy tarbiya va sport faoliyatiga oid mashg'ulotlarni o'tkazishda o'qitish tamoyillarining nazariy va amaliy ahamiyati. Ta'limning o'quvchilarni yoshiga ongiga mos bo'lishi. Bilim, ko'nikma, malakalarni egallashning ahamiyati va didaktik qonuniyatlarning o'zaro bog'liqligi. Kundalik mashg'ulotlarda tarbiyalanuvchining yosh va individual xususiyatlarni hisobga olish.

6-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan ta'lim metodlari
Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan ta'lim metodlari. O'qitish nazariyasida metod va metodik usul tushunchasi va uning jismoniy tarbiya va sport faoliyatiga doir mashqlarni bajarishdagi ahamiyati. O'qitish metodlarining klassifikatsiyasi. Jismoniy tarbiya darslarini tashkillashtirishda yordamchi va zaruriy vositalar.

7-mavzu. Ta'limni tashkil etish turlari va shakllari

O'qitish jarayonining shakllari va klassifikatsiyasi. O'qitish shakllarining klassifikatsiyasi. O'qitish shakllarining funksiyalari. O'qitish jarayonining qonuniyatlari. O'qitish turlari.

Jismoniy tarbiya asoslari

8-mavzu. Tarbiya mazmuni va uning jismoniy tarbiya va sportdagi ahamiyati
Tarbiyaning sportchi shaxsni rivojlanishi bilan birligi va bog'liqligi, faoliyat va munosabatni namoyon bo'lishi sportchining fazilatlarini shakllantirishning negizi va asosi, tarbiyalanuvchilarning o'zaro tarbiyaviy ta'siri, o'zaro munosabatlar hamda faol faoliyat o'rtasidagi bog'lanish. Yosh sportchilarni tarbiyalash, qayta tarbiyalash va o'z-o'zini tarbiyalash. Jismoniy tarbiya va sport faoliyatida tarbiya jarayonining xususiyatlari, sportchilarni g'oyaviy, axloqiy jihatdan tarbiyalash, sportchini irodaviy sifatlarini shakllantirishda tarbiyaning o'rni.

9-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan tarbiya metodlari

Sport faoliyatida tarbiya jarayonini tashkillashtirishning shakllari va vositalari. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan tarbiya metodlari. Tarbiya metodlari haqida tushuncha va ularning klassifikatsiyasi. Sport faoliyatida tarbiya tamoyillari. Jismoniy faoliyatni tashkil etish va ijtimoiy xulq-atvor normalarini shakllantirish, pedagogik talab, o'rgatish, mashq qilish faoliyati, tarbiyalovchi vaziyatlar hamda kun tartibi asosida mashq qilish.

Axloq normasini tashkil qilishda ijtimoiy tarbiya va sportning ahamiyati. Jismoniy tarbiya va sport sohasida tarbiya jarayonini tashkil etishga qo'yiladigan talablar. Sport faoliyatida tarbiya vositalari.

10-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport ta'limini loyihalashtirish va boshqarish

Jismoniy tarbiya va sport ta'limini loyihalashtirish, jismoniy tarbiya va sportning dolzarb muammolarini hal etishda dasturiy – loyihaviy yondashuvning imkoniyatlari hamda loyihalashtirishning metodologik jihatlari.

Sport faoliyatini boshqarishning funksiyalari va tarkibiy qismlari: gnostik, loyihalashtiruvchi, kommunikativ, tashkiliy. Boshqaruv funksiyalari: rahbarlik, rejalashtirish, nazorat, korreksiya, axborot xizmat ko'rsatish, tashkillashtirish, motivasiya.

Jismoniy tarbiya darslarini tashkil etishni loyihalashtirishning xususiy metodikasi.

11-mavzu. Sportchi shaxsni shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning o'ziga xos spesifik ahamiyati

Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sport faoliyat turlarining tutgan o'rni, jismoniy tarbiya va uning asosiy vazifalari. Shaxs rivojlanishida jismoniy tarbiya vositalarini qo'llanilishi. Shaxs shakllanishi va hayot faoliyatida sport spesifik (o'ziga xos) muhit sifatida. Sportning tuzilishi, mazmuni va shaxsni rivojlantiruvchi imkoniyatlari, sport faoliyati motivlarining pedagogik – psixologik tasnifi. Sport ekspremental faoliyat turi sifatida. Sport faoliyati motivlarining tasnifi, sport motivlarini tarbiya jarayonidagi ahamiyati. Turli sport turlarida shaxsga bo'lgan rivojlantiruvchi ta'sirlarning spesifikasi (o'ziga xosligi). “Trener – sportchi” munosabatlari tizimining psixologik-pedagogik tuzilishi va mazmuni.

12-mavzu. Shaxsni tarbiyalash va shakllanishiga sport jamoasining ta'siri

Jismoniy tarbiya va sport sohasidagi pedagogik faoliyatning asosiy omillari
Jamoah haqida umumiy tushuncha, jamoaning ko'rinishlari va turlari. Jamoani shakllanish bosqichlari. Shaxsni sport jamoasida tarbiyalash.

Sport jamoasining o'ziga xos xususiyatlari, boshlang'ich jamoaning xususiyatlari, sport jamoasiga ko'ngilli bo'lib kirish, sport jamoasining shakllanish dinamikasi, sportchida sportga xos spesifik xarakter xususiyatlarni shakllantirishning imkoniyatlari, sportchiga yuksak talablar qo'yish shartlari.

Sport jamoasini jipsligi va uyushqoqligi, sport jamoasining uyushtirishning asosiy vositalari va uslubiy asoslari. Sport jamoasi a'zolari o'rtasidagi o'zaro xarakatlarini va xamkorligini ananaviy shakllari. Jamoah hayotiga monand ijodiy an'analarni to'plash va rivojlantirish sport jamoasini shakllanishida muhim yo'nalish sifatida.

13-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida samarali pedagogik faoliyatning asosiy omillari va shartlari

Jismoniy tarbiya va sport sohasida samarali pedagogik faoliyatning asosiy omil va shartlari. Sport faoliyatga ta'sir etuvchi ichki va tashqi omillar. Sport faoliyatining samaradorligi shartlari. Jismoniy tarbiya va sport sohasida murabbiy faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari. Jismoniy tarbiya va sport sohasida murabbiy ishining o'ziga xos xususiyatlari. Jismoniy tarbiya va sport sohasida murabbiyning jismoniy imkoniyatlari va kreativligi.

14-mavzu. Sport sohasidagi kreativlik (ijodkorlik)

Ijodkorlik tushunchasi va uning sport faoliyatda o'rni. Jismoniy tarbiya va sport faoliyati bilan shug'ullanuvchilarning mahorati va ijodkorligi. Ijodkorlikni shakllantirish usullari. Ustoz-murabbiylarning kreativlik sifatleri. Sportchilarlarda kreativlik sifatlerini rivojlantirishning samarali yo'llari va shartlari. Kreativlikni rivojlantirishga to'sqinlik qiluvchi ijtimoiy omillar.

Kreativlikni ifodalovchi belgilar.

15-mavzu. Sportda huquqiy ta'lim.

Sportchining huquqiy ta'limi. Sportchining huquqiy tarbiyasi. Huquqiy rivojlanish. Sport faoliyatidagi qonunbuzarliklarning asosiy sabablari. Trenerning huquqiy ta'limi. Trenerlik faoliyatining asosiy maqsadi va vazifalari. Trenerlik faoliyatini amalga oshiruvchi shaxslarning majburiyatlari. Trenerlik faoliyatini tashkil etish.

III. Seminar mashg'uloti bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar

3.1. Seminar mashg'ulotiga quyidagi mavzular kiradi:

1-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasining umumiy asoslari

2-mavzu. Shaxs shakllanishida jismoniy tarbiya va sportning ahamiyati

3-mavzu. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi va sport pedagogi faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari. Sport pedagogiga qo'yiladigan talablar.

4-mavzu. Didaktika – pedagogik ta'lim nazariyasi sifatida.

5-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida ta'lim tamoyillari

6-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan ta'lim metodlari

7-mavzu. O'qitish jarayonining shakllari va klassifikatsiyasi.

8-mavzu. Tarbiya mazmuni va uning jismoniy tarbiya va sportdagi ahamiyati

9-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida qo'llaniladigan tarbiya metodlari

10-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport ta'limini loyihalashtirish, jismoniy tarbiya va sportning dolzarb muammolarini hal etishda dasturiy – loyihaviy yondashuvning imkoniyatlari hamda loyihalashtirishning metodologik jihatlari.

11-mavzu. Sportchi shaxsni shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning o'ziga xos spesifik ahamiyati

12-mavzu. Shaxsni tarbiyalash va shakllanishiga sport jamoasining ta'siri

13-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport sohasida samarali pedagogik faoliyatning asosiy omillari va shartlari

14-mavzu. Sport sohasidagi kreativlik (ijodkorlik)

15-mavzu. Sportda huquqiy ta'lim.

Seminar mashg'ulotlari davomida an'anaviy o'qitish (o'rgatish) uslublaridan tashqari, quyidagi innovatsion pedagogik texnologiyalardan keng foydalaniladi: muammoli savollar qo'yish va vaziyatli vazifalarni to'g'ri yechish yo'llarini topish; ekspress-intervyu; "aqliy-hujum"; "ekspress-test- savol va javob"; rollarini ijro etish o'yinlari; "keys-stadi" – muayyan vaziyatni tanlash va ushbu vaziyatdan chiqishga o'rgatish; o'quv videofilmlarini namoyish etish, seminar mashg'ulotlari mavzulari

IV. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

4.1. Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:

1-mavzu "Jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi" fanining mazmuni, asosiy kategoriyalari va metodologik asoslari

2-mavzu. Jismoniy tarbiya va sport ta'limining paydo bo'lishi va rivojlanish bosqichlari.

3-mavzu. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi va sport pedagogi faoliyatining o'ziga xos xususiyatlari. Sport pedagogiga qo'yiladigan talablar. O'quv-tarbiya jarayonini takomillashtirishning pedagogik shartlari

4-mavzu. Sport faoliyati jarayonida yosh xususiyatlarini hisobga olish va yoshni davrlarga bo'linishi: ilk bolalik davri, maktabgacha tarbiya yoshi, kichik maktab yoshi, o'smirlik, o'spirinlik davrlarini o'ziga xosligi.

5-mavzu. Jismoniy tarbiya o'qituvchisi faoliyatida nizo psixologo-pedagogik muammo sifatida

6-mavzu. Sport jamoasini jipsligi va uni uyushtirishning asosiy vositalari va uslubiy asoslari.

7-mavzu. Sport jamoasining o'ziga xosligi va sportchida sportga xos spesifik xarakter xususiyatlarni shakllantirishdagi o'rni.

8-mavzu. Sport faoliyatida yuzaga keladigan nizolar ularning tasnifi, kelib chiqish sabablari, shart – sharoitlari va ularni oldini olish pedagogik – psixologik yo'llari.

9-mavzu. Jamoa haqida tushuncha, uning turlari va shakllanish bosqichlari.

10-mavzu. Sport jamoasini jipsligi va uni uyushtirishning asosiy vositalari va uslubiy asoslari.

11-mavzu. Sportchi shaxsini shakllanishiga tarbiya metodlarining ta'siri.

12-mavzu. Sportchi shaxsni shakllantirishda jismoniy tarbiya va sportning o'ziga xos spesifik ahamiyat

13-mavzu. Tarbiya usullaridan foydalanishda sportchilarning yosh va individual sifatlarini xisobga olish.

14-mavzu. Shaxs shakllanishi va hayot faoliyatida sport spesifik (o'ziga xos) muhit sifatida.

15-mavzu. Jismoniy mashqlarga o'rgatishda pedagogik – psixologik jihatlarini hisobga olish.

V.Ta'lim natijalari / kasbiy kompetensiyalar V. Fan o'qitilishining natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar)

5.1. Talaba bilishi kerak:

- jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fanining kelib chiqish tarixi; bugungi kunda pedagogik mahoratni amaliyotga tatbiq etish; pedagogik mahoratni rivojlantirish bo'yicha bilim, ko'nikma va ***bilimlarga ega bo'lishi kerak;***
-jismoniy tarbiya va sport pedagogikasi fani bo'yicha tegishli bo'lgan nazariy va amaliy ma'lumotlarni o'rganish, har bir elementga e'tibor bergan holda, fan sirlarini to'liq o'zlashtirib olishlari, jamoa mehnatini tashkil etish va boshqarishdagi pedagogik qonuniyatlar, ijtimoiy muloqot va muomalaning sirlari; mehnatga to'g'ri motivatsiya munosabatini shakllantirish omillari to'g'risidagi tasavvurlarga ega bo'lish;shaxsning individual, jinsiy va yoshga bog'liq xususiyatlari, yetuklik davrida shaxs taraqqiyotining pedagogik qonuniyatlari; e'tiqod va sog'lom dunyoqarashni shakllantirish omillari, har bir ijtimoiy vaziyatda fuqarolik ongi va mas'uliyatini shakllantirish vositalarini aniqlay olish

ko'nikmalariga ega bo'lishi;

- fanning mazmunidan kelib chiqqan holda har bir mavzuga tegishli bo'lgan mustaqil ravishda kerakli adabiyotlardan foydalanishlari dokladlar referatlar tayyorlashlari kunlik seminarlarda kerakli ma'lumotlarni yig'ishlari noan'anviy usullarni takomillashtirilgan variantlarini ishlab chiqishda ishtirok etishlari o'z ustida mustaqil va ijodiy ishlash ko'nikmalari;o'zgarar mehnati va ijodiy faoliyatini xolis va ob'ektiv baholash, texnologik xaritani tuzishi; muammoli vaziyatlarni yaratish;

- aniqlashtirilgan maqsadlarni ishlab chiqishi;turli darajadagi testlarni ishlab chiqa olishi, o'quv jarayonini loyihalashtirish, differensial dasturni tuzish bo'yicha ***malakalariga ega bo'lishi kerak.***

6. Холиқов А. Педагогик маҳорат. Ўқув қўлланма. Т.: «IQTISODMOLIYA» нашриёти, 2010 йил -312 бет
7. Bolalar rivojlanishida jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi; Тошкент: “Turon zamin ziyo” нашриёти, 2014. -228 б
8. Axmedova Malohat Ergashevna Pedagogika nazariyasi va tarixi (Pedagogika tarixi),. 0 ‘zR oliy va o ‘rta m axsus ta ‘lim vazirligi. -Т.: « TAFAKK U R-BO`STON 1». 2011. 128 bet.

Axborot manbaalari

1. www.lex.uz O‘zbekiston Respublikasi Qonun hujjatlari ma’lumotlari milliy bazasi.
2. www.ziyonet.uz O‘zbekiston Respublikasi ta’lim partali.
3. [http: // fizkult-ura.ru/fk.-jismoniy tarbiya va sportga doir](http://fizkult-ura.ru/fk.-jismoniy%20tarbiya%20va%20sportga%20doir) ma’lumotlar bazasi.
4. www.natlib.uz.-A.Navoiy O‘zbekiston milliy kutubxonasi bazasi.

O‘quv dasturi Guliston davlat universiteti O‘quv-uslubiy kengashida ko‘rib chiqilgan va tavsiya qilingan (2023 yil «__»_____dagi «__» - sonli bayonnomasi) bilan ma’qullangan

Fan / modul uchun masyllar:

- B.Omonboyev GulDU Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati kafedراسи mudiri**
- S.Kubayev Gul D Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati kafedراسи kata o‘qituvchisi.**
- S.Nazarqulov GulDU Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati kafedراسи o‘qituvchisi.**
- X.Karabayev GulDU Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati kafedراسи o‘qituvchisi.**

Taqrizchilar:

- A.Mamatquliv GulDU «Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati » kafedراسи PFN.**
- N.Yusupova- GulDU «Sport o‘yinlari, kurash nazariyasi va uslubiyati » kafedراسи PFN.**