

ЎЗБЕКИСТОН РЕСПУБЛИКАСИ

ОЛИЙ ВА ЎРТА МАХСУС ТАЪЛИМ ВАЗИРЛИГИ

ГУЛИСТОН ДАВЛАТ УНИВЕРСИТЕТИ

**«ФАКУЛЬТЕТЛАРАРО ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ»
КАФЕДРАСИ**

“ТАСДИҚЛАЙМАН”

Ў.И проректори

Н.Баракаев

«___» _____ 2017 й.

ЖИСМОНИЙ МАДАНИЯТ ВА СПОРТ

фани бўйича 2-курс учун

Билим соҳаси: 100000 - гуманитар

Таълим соҳаси: 110000 - педагогика

Таълим йўналиши: Қ.Ҳ.М.СДИТ

ишчи ўқув дастури

Умумий ўқув соати –18

Шу жумладан:

Маъруза – 10

Амалиёт машғулоти – 8

ГУЛИСТОН – 2017 й.

Фаннинг ишчи ўқув дастури намунавий ўқув дастури ва ўқув режасига мувофиқ ишлаб чиқилди.

Тузувчилар: Жонибеков.Ш – ГулДУ «Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт» кафедраси ўқитувчиси _____ (имзо)

Тақризчи: Танибердиев. А – ГулДУ «Жисмоний маданият назарияси ва методикаси» кафедраси катта ўқитувчиси _____ (имзо)

Фаннинг ишчи ўқув дастури «Факультетлараро жисмоний маданият ва спорт» кафедрасининг 2017 йил “____” _____ даги ____ - сонли мажлисида кўриб чиқилиб, факультет Илмий-услубий Кенгашида кўриб чиқиш учун тавсия қилинди.

Кафедра мудири:

п.ф.н. Ш.Сарибоев

Фаннинг ишчи ўқув дастури “Жисмоний маданият” факультети Илмий-услубий Кенгашининг 2017 йил “____” _____ даги “____” _____ - сонли мажлисида тасдиқланди.

Факультет Илмий-услубий

Кенгаши раиси:

М.Баирбеков

К И Р И Ш

Ўзбекистон ўз мустақиллигини қўлга киритган дастлабки кунларданок жисмоний тарбия ва спортни ривожлантириш, соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш ишларига катта эътибор бериб келинмоқда. Баркамол ёш авлодни тарбиялаш давлат сиёсатининг устувор йўналишларидан бири сифатида белгиланди. Бу борада қатор фармон ва қарорлар қабул қилинди. Мамлакатимизда олиб борилаётган кенг қўламли ишлар олий таълим муассасаси жисмоний тарбия ва спорт кафедралари профессор-ўқитувчилари ҳамда мураббийлар зиммасига улкан масъулият юклайди. Жисмоний тарбия ва спорт ёшларни ҳаётга, ижтимоий фойдали меҳнатга тайёрлаш, жисмоний қobiliятларини мукаммаллаштириш, Ватан мудофаасига тайёрлаш, уларнинг бекаму кўст камол топишларига хизмат қилади.

Ушбу ўқув дастури олий таълим муассасаларининг барча ўқув (асосий ўқув гуруҳи, махсус тиббиёт (тайёрлов) гуруҳи ва вақтинчалик жисмоний юкламалардан озод қилинганлар гуруҳи) гуруҳлари талабалари учун тузилган.

Дастурни тузишда Ўзбекистон Республикасининг “Талим тўғрисида” Қонуни, Кадрлар тайёрлаш миллий дастури, “Жисмоний тарбия тўғрисида” қонуни, Вазирлар Маҳкамасининг 589 - “Ёш авлодни соғломлаштириш муаммоларини комплекс ҳал қилиш тўғрисида” қарори, Ўзбекистон Республикаси маданият ва спорт ишлари, Халқ таълими, Олий ва ўрта махсус талим, Соғлиқни сақлаш, Қишлоқ ва сув хўжалиги, Ички ишлар, Мудофаа вазирликлари, қасаба уюшмалари Федерацияси кенгашининг 1999 йил 24 декабрдаги “Ўзбекистон аҳолисининг саломатлик даражасини аниқлайдиган “Алпомиш” ва “Барчиной” тестларини жорий етиш ҳақида” 4/14 қўшма қарори каби меъёрий ҳужжатларга асосланилди.

Дастурда олий таълим муассасаларининг 1-2 босқич талабаларини “Жисмоний маданият ва спорт” ўқув фани бўйича назарий, амалий жисмоний тайёрлаш асослари акс эттирилган. Улар олий таълим муассасаси дарс жараёни ҳамда дарсдан ташқари тадбирларида спорт билан мустақил шуғулланиш, жисмоний тайёргарликни такомиллаштириш, саломатликни мустаҳкамлаш учун зарур бўлган билим, малака ва кўникмаларнинг асоси саналади.

Ўқув фанининг мақсади ва вазифалари

Фанни ўқитишдан мақсад талабаларни жисмоний тарбия ва спорт соҳасидаги асосий тушунчалар, (жисмоний маданият, Ўзбекистон жисмоний маданияти, жисмоний тарбия, Ўзбекистон спорти, бадан тарбия, болалар спорти, спорт, жисмоний маданият тизими, жисмоний ривожланиш, жисмоний тайёргарлик, спорт машқи, жисмоний сифатлар, жисмоний таълим, жисмоний маданият ҳаракати, Олимпия ўйинлари, Олимпия ҳаракати, талабалар спорти, уч босқичли спорт мусобақаси “Умид ниҳоллари”, “Баркамол авлод”, “Универсиада” ва ҳ.к) махсус назарий билимлар, жисмоний ривожланиш, тайёргарликни ўстиришга оид замонавий назарий билим, амалий кўникма ва малакаларни оширишга ёрдам берувчи восита ва методларни, ўз-ўзини жисмоний мукаммаллаштириш, оммавий соғломлаштириш тадбирларини ташкил қилиш ва улардан мустақил фойдаланишга ўргатиш.

Фаннинг вазифалари талабалар саломатлигини мустаҳкамлаш ва уларнинг жисмоний камол топиши ва чиниқиб ўсишларига қўмаклашиш;

- талабаларда одамнинг жисмоний камолоти, бунга муайян иқлим ва бошқа шароитларда эришиш ҳақидаги махсус билимлар тизимини ҳосил қилиш, талабаларда гигиеник малакаларни шакллантириш, уларни гавдани тўғри тутишга, жисмоний тарбия ва спорт билан мунтазам шуғулланишга одатлантириш;

-жисмоний маданият соҳасидаги назарий билимларини, амалий кўникма малакаларини шакллантириш;

-Ўзбекистондаги уч босқичли спорт мусобақалари; “Умид ниҳоллари”, “Баркамол авлод”, “Универсиада” лар ҳақида билимларини чуқурлаштириш;

-“Универсиада” спорт мусобақаларининг барча босқичларида иштирок етиш орқали, ўзининг спорт маҳоратини юксалтириш;

-ҳаракатнинг асосий жисмоний сифатлари (тезкорлик, кучлилик, чидамлилик, чаққонлик, егилувчанлик)ни ҳар томонлама ривожлантириш;

-мақсадга интилиш, мустақиллик ва ижодий қобилият, мардлик, сабот ва интизом, масъулият, ватанпарварлик, жамоавийлик, дўстлик ҳамда ўртоқликни чуқур ҳис эта билиш; меҳнатга ва жамият мулкига онгли муносабатда бўлиш, маданий хулқ-атвор малакаларини тарбиялаш;

-талабаларнинг “Алпомиш” ва “Барчиной” тест талабларини бажариш учун жисмоний тайёргарлигини ошириш;

-талабаларни келажак иш фаолияти, бўлажак мутахассислиги (касбини) инобатга олиб касбий, амалий, жисмоний тайёрлаш;

-талабаларни жисмоний тарбия ва спорт машғулотларида жамоатчилик жисмоний тарбия фаолиятига тайёрлаш мақсадида уларга мураббийлик ва ташкилотчилик кўникмаларини бериш;

-талаба-спортчиларнинг спорт маҳоратини такомиллаштириш;

-талабаларда жисмоний тарбия ва спорт машғулотлари билан мунтазам шуғулланиш еҳтиёжини шакллантириш.

-соғлом турмуш тарзини тарғиб қилиш;

-талабаларнинг ўз жисмоний ривожланиш масалаларига бўлган муносабатини ўзгартириш;

-миллий ўйинлар, спорт мусобақалари ва уларнинг турларини талабаларнинг жисмоний тарбия тизимига жорий этишда мувофиқлаштирилган жисмоний тарбияни ривожлантириш;

-ўқув-машғулот жараёнида замонавий педагогик технология ва методикаларни жорий этиш;

-спорт заҳираларини тайёрлаш шахобчаларини кенгайтириш;

-талабаларнинг Олимпия ҳаракати тўғрисидаги назарий билимларини такомиллаштириш, жисмоний мукамалликка бўлган онгли эҳтиёжини шакллантириш;

-талаба-спортчиларни Универсиада, Олимпиада, Осиё ўйинлари, Бутун жаҳон талабалар Универсиадаси, Марказий Осиё ва Бутун жаҳон ўсмирлар ўйинларига тайёрлаш ва уларнинг мазкур ўйинларда муваффақиятли қатнашишларини таъминлаш;

-жисмоний тарбия машғулотлари орқали касалликнинг олдини олиш, соғлиқни мустаҳкамлаш, машқлар бажарганда ўз-ўзини назоратга ўргатиш;

-талабаларни спорт турлари билан фаол шуғулланишга жалб қилиш, жисмоний тарбиянинг моҳиятини ва талабанинг ҳар томонлама баркамол шахс бўлиб етишига кўмаклашиш, кўлга киритилган ютуқларни тарғиб қилиш.

Фан бўйича талабаларнинг билимига, кўникма ва малакасига қўйиладиган талаблар

Жисмоний маданият ва спорт фанини ўзлаштириш натижасида талаба:

-жисмоний маданият ва спорт фанининг асосий тушунчаларини, замонавий назарий билимлар, ҳамда жисмоний ривожланиш ва тайёргарликни ўстиришга қаратилган амалий ҳаракат, кўникма ва малакаларни оширишга қаратилган восита ва методларни билиши;

-оммавий спорт соғломлаштириш ишларини ва спорт мусобақаларини ташкил қилиш ва ўтказиш, гуруҳдан ташқари олиб бориладиган жисмоний тарбия ва спорт шакллари режалаштириш кўникмаларига ега бўлиши;

-оммавий спорт соғломлаштириш байрамларини ташкил қилиш ва ўтказиш, гуруҳдан ташқари олиб бориладиган жисмоний тарбия шакллари билиш ва уларни фарқлай олиш малакаларини эгаллаши;

-“Алпомиш” ва “Барчиной” жисмоний тайёргарлик тест мезонлари талабларини бажариши керак.

Фаннинг ўқув режадаги фанлар билан ўзаро боғлиқлиги ва услубий жиҳатдан узвий кетма-кетлиги

Жисмоний маданият фани ОТМ 1-2 босқичида ўқитилади. Фанни ўқитишда талабаларнинг умумтаълим мактаби, академик лицей ва касб-ҳунар таълим муассасасида жисмоний маданият, табиий, тиббий-биология, ижтимоий фанлар, мактаб гигиенаси, педагогика, умумий психология, педагогик маҳорат, жисмоний тарбия назарияси ва методикаси, спорт тиббиёти каби фанлардан олган билим, малака ва кўникмаларига асосланилади.

Фаннинг ишлаб чиқаришдаги ўрни

Жисмоний маданият фани, аввало, талабаларни жисмоний ва маънавий соғломлаштириш орқали касбий зарур жисмоний тайёргарлигини таъминлашга оид назарий билимлар, амалий кўникма ва малакаларни мустақил шакллантиришга ўргатади, жисмоний сифатларини тарбиялаш, такомиллаштиришга кўмаклашади, шунингдек, уларнинг спорт маҳоратини оширишига оид билим, ҳаракат, кўникма ва малакаларини шакллантиради. Шу билан бирга жисмоний маданият ва спорт бўйича чиқарилган давлат директив ҳужжатлари ижросини таъминлашда муҳим ўрин тутди.

Фанни ўқитишда замонавий ахборот ва педагогик технологиялар

Фан бўйича назарий материалларни ўрганишда “Кейс-стади”, “Инсерт”, “Вен Диаграмма”, “Т-схема”, “Хулосалаш”, “SWOT-таҳлил” каби замонавий педагогик технологиялардан, аудио-видео ёзувлардан, ўқитишнинг яқка, гуруҳ ва жамоавий методларидан фойдаланилади.

**Фандан ўтиладиган мавзулар ва улар бўйича машғулот турларига ажратилган
соатларнинг тақсимооти
3 семестр**

Т/р	Фаннинг бўлими ва мавзуси, маъруза мазмуни	Соатлар			
		Жами	Маъруза	Амалий машғулот	мустақил машғулотлар
1	Валеологиянинг назарий - методологик асослари	2	2		
2	Валеологик йўналишлар: Педагогик, экологик ва ижтимоий валеология.	2	2		
3	Инсон саломатлиги. Соғлом ва касал организм ҳақида	2	2		
4	Соғлом турмуш тарзи ва уни ташкил этувчи таркибий қисмлар	2	2		
5	Инсон саломатлиги ва зарарли одатлар. Гиёҳвандлик ва токсикомания	2	2		
6	Саломатлик даражасини аниқлаш, Саломатлик кодексини ишлаб чиқиш. Соғлом турмуш тарзи компонентларига тавсифнома бериш.	2		2	
7	Турмуш тарзи ва зарарли одатлар. Чекиш, алкоголизм, гиёҳвандлик ва токсикомания. Уларнинг олдини олиш чора-тадбирларини муҳофаза қилиш.	2		2	
8	ОИТС ва унинг тарқалиши. ОИТС ташхиси (диагностикаси) ва профилактикаси юзасидан мунозара олиб бориш.	2		2	
9	Экологик, педагогик, ижтимоий ва оилавий валеология муаммоларини таҳлил қилиш.	2		2	
	Жами	18	10	8	
	Жами соат	18	10	8	

1. Ўқув материаллари мазмуни

1.1. Маъруза машғулотлари мазмуни

2.1.1. Валеологиянинг назарий - методологик асослари. (2 соат)

Валеология фанининг тарихи, асосчилари, мақсади ва вазифалари. Одам саломатлиги ҳақидаги ҳозирги замон тушунчалари. [А8.5-12; Қ1.4-13]

2.1.2. Валеологик йўналишлар: Педагогик, экологик ва ижтимоий валеология. (2 соат)

Саломатликка таъсир кўрсатадиган турли хил юқламалар. Таълимий-тарбия жараёнининг соғломлаштирувчи йўналиши. Йил, ҳафта, кун давомидаги ақлий ишчанлик қобиляти. Организм ва муҳит. Биотик ва абиотик омиллар. Биоритмлар ҳақидаги тушунча. Ўзбекистон аҳолисининг саломатлик ҳолати. Муҳитнинг ижтимоий омиллари. [А8.14-22; Қ1.14-31]

2.1.3. Инсон саломатлиги. Соғлом ва касал организм ҳақида. (2 соат)

Организмнинг биологик имкониятлари. Ирсий имкониятлар. Организмнинг кўникмаларга асосланган имкониятлари, организм заҳиралари. Саломатликнинг ёш ва жинсий хусусиятлари. [А8.25-36; Қ1.33-46]

2.1.4. Соғлом турмуш тарзи ва уни ташкил этувчи таркибий қисмлар. (2 соат)

Қариндошлар орасидаги никоҳлар, генотип ва фенотип ҳақида тушунча. Генотипни негизини ташкил қилувчи тузилмалар ва ирсий информацияни наслдан-наслга ўтиш қонуниятлари.[А8.36-47; Қ1.48-56]

2.1.5. Инсон саломатлиги ва зарарли одатлар. Гиёҳвандлик ва токсикомания. (2 соат)

Чекиш, алкоголизм, гиёҳвандлик ва токсикомания. Уларнинг олдини олиш чора-тадбирларини муҳофафа қилиш. Чекиш ва спиртли ичимликларнинг одам иш фаолиятига таъсири, чекиш ва спорт.[А8.36-47; Қ1.48-56]

2.2. Амалий машғулотлар мазмуни

2.2.1. Саломатлик даражасини аниқлаш, Саломатлик кодексини ишлаб чиқиш. Соғлом турмуш тарзи компонентларига тавсифнома бериш. (2 соат)

Болалик даври валеологияси, жисмоний фаоллик тўғрисида тушунча. Жисмоний ривожланиш белгиларини аниқлаш. Қариндошлар орасидаги никоҳлар, ирсий информацияни наслдан-наслга ўтиш қонуниятлари.

[А8.36-47; Қ1.48-56]

2.2.2. Турмуш тарзи ва зарарли одатлар. Чекиш, алкоголизм, гиёҳвандлик ва токсикомания. Уларнинг олдини олиш чора-тадбирларини муҳофафа қилиш. Чекиш ва спиртли ичимликларнинг одам иш фаолиятига таъсири, чекиш ва спорт. Соғлом турмуш тарзи компонентларига тавсифнома бериш. Ирсият ва саломатлик. (2 соат)

[А8.36-47; Қ1.48-56]

2.2.3. ОИТС ва унинг тарқалиши. ОИТС ташхиси (диагностикаси) ва профилактикаси юзасидан мунозара олиб бориш. (2 соат)

ОИТС ташхиси (диагностикаси) ва профилактикаси юзасидан мунозара олиб бориш. ОИТС касаллиги ҳақида. Касалликнинг организмга салбий таъсири. Вируснинг юқиш йўллари. Касалликдан сақланиш йўллари.

[А8.44-57; Қ1.51-68]

2.2.4. Экологик, педагогик, ижтимоий ва оилавий валеология муаммоларини таҳлил қилиш. (2 соат)

Саломатликка таъсир қилувчи турли хил юкламалар, яъни жисмоний тарбия ва саломатликни тушунтириш. Ўзбекистон аҳолисини саломатлик ҳолати ҳақида маълумот.

[А8.64-77; Қ1.78-86]

4. Рейтинг баҳолаш тизими

4.1. Рейтинг назорати жадвали

КУЗГИ СЕМЕСТР

№			Сентябр				Октябр					Ноябр				Декабр				Январ					
			4-9	11-16	18-23	25-30	02-07	09-14	16-21	23-28	30-04	06-11	13-18	20-25	27-02	04-09	11-16	18-23	25-30	08-13	15-20	22-27	29-03	05-10	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	ЖН 40%	Амалий				5		5		5		5				5		5							30
		Мустақил Таълим						2		3				2			3								10
2	он 30%	Тест																			20				20
		Мустақил Таълим																		10					10
	ЯН 30%	Амалий																					3 0		30
жами			20									20				30				30					100

КУЗГИ СЕМЕСТР

Баҳо	5	4	3	2
Рейтинг	86-100	71-85	55-70	< 55
Фанни ўзлаштириш кўрсаткичлари	34-39	28-33	21-27	21

Эслатма: Барча бакалавр таълим йўналишлари талабалари учун 1 семестрларида ўқитиладиган “Жисмоний маданият ва спорт” фанининг ўқув ҳажми 39 соатни ташкил этиб, кузги семестрнинг ўзида 39 соатни ташкил этади фан коэффиценти эса 3,9 бўлади. Фан бўйича ўзлаштиришни аниқлашда талаба тўплаган бали 3,9 га кўпайтирилади ва бутунгача яхлитлаб олинади.

4.2. ЖНни баҳолаш мезонлари

Жисмоний маданият ва спорт фани бўйича жорий баҳолаш талабанинг амалий ва семинар машғулотларидаги ўзлаштиришни аниқлаш учун қўлланилади. ЖН ҳар бир амалий машғулотларида ўргатилган ҳаракат малакалари бажариб кўрсатилади, назорат талаблари амалий шаклларда амалга оширилади. Талабага ЖН да бутун баллар қўйилади.

Талабанинг амалий машғулотларни ўзлаштириш даражаси қуйидаги мезон асосида аниқланади

2 – курс 3-семестр

Назорат шак	Назорат турлари	Сони	Максимал балл
ЖН	Меъёрий талабларни топшириш	6	X5 =30
ТМИ	Берилган мавзулар бўйича мустақил иш топшириқларини бажариш	5	x2= 10
ОН	Тест саволларига жавоб бериш 20та	20	X1 =20
ТМИ		2	X5= 10
ЯН	Меъёрий талабларни топшириш	3	X10=30
		ЖАМИ	100 балл

1 – БОСКИЧ (12 балл)

	Ж.Н. 12 Балл	Ўғил балалар				Қиз болалар			
		5	4	3	2	5	4	3	2
№	Назорат талаблари								
1	100 м.га югуриш	13,4	13,8	14,0	14,8	15,8	16,4	18,0	18,4
2	2000-3000 м.га югуриш	12,0	12,40	13,10	14,0	10,30	11,35	12,40	14,10
3	Талаба мустақил иши	4	3	2	1	4	3	2	1

2 – БОСКИЧ (29 балл)

№	Ж.Н. 29 Балл	Ўғил балалар				Қиз болалар			
		5	4	3	2	5	4	3	2
ЖН 1	Югуриб келиб узунликка сакраш	4,65	4,55	4,50	4,30	3,65	3,50	3,30	3,10
2	Баскетбол тўпини жарима майдончаси ташқарисида саватга ташлаш (5 та уриниш)	5	4	3	2	5	4	3	2
3	Талаба мустақил иши	4	3	2	1	4	3	2	1
Он 4	Тест саволларига жавоб бериш 10та	10	9	8	7	6	5	4	3
5	Талабалар мустақил иши	5	4	3	2	5	4	3	2

3 – БОСКИЧ (29 балл)

Ж.Н. 29 Балл		Ўғил балалар				Қиз болалар			
№	Назорат талаблари	5	4	3	2	5	4	3	2
ЖН 1	Тўпни ўйинга киритиб, Майдоннинг айтилган зонасига тушириш (5 та уриниш)	4	3	1	0	4	3	1	0
2	Қўлларни букиб ёзиш	40	30	25	20	15	12	9	6
3	Талаба мустақил иши	4	3	2	1	4	3	2	1
Он 4	Тест саволларига жавоб бериш 10та	10	9	8	7	6	5	4	3
5	Талаба мустақил иши	4	3	2	1	4	3	2	1

ЯКУНИЙ НАЗОРАТ- 30 балл

НАЗОРАТ ТАЛАБЛАРИ													
		Бал	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
1	Қўлларни букиб ёзиш	Ўғил	40	38	36	34	32	30	28	26	24	22	
		Қиз	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	
2	400-800 м.га югуриш	Ўғил	2.50	2,55	2,60	3,00	3,10	3,15	3,20	3,25	3,30	3,35	
		Қиз	1.18	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	
3	Турган жойдан узунликка сакраш	Ўғил	2,50	2,45	2,40	2,35	2,30	2,25	2,20	2,15	2,10	2,00	
		Қиз	1,80	1,75	1,70	1,65	1,60	1,55	1,50	1,45	1,40	1,35	

4.3. ЯНни баҳолаш

Якуний назорат “Жисмоний маданият ва спорт” фанининг барча мавзуларини қамраб олган бўлиб, назарий ва амалий машғулотлар ўтиб бўлингандан сўнг амалий назорат талаблари асосида амалга оширилади. Бундан мақсад талабаларнинг “Алпомиш” ва “Барчиной” махсус тест синовларидан ўрин олган назорат талабалари бўйича жисмоний сифатларининг ривожланганлик даражаларини аниқлашдир. ЯН назорат ишлари тест усулида ҳам ўтказилиши назарда тутилган, тест саволлари Енгил атлетика ва ЎМ, Спорт ўйинлари ва ЎМ, Гимнастика ва ЎМ фанларининг ишчи ўқув дастурлари асосида тайёрланади. ЖНга ажратилган баллдан 55% дан паст балл тўплаган талаба ўзлаштирмаган ҳисобланади ва ЯНга киритилмайди. ЯНни ўзлаштирмаган талабаларга қайта топшириш имконияти берилади. ЯН бўйича натижалар қайдномаси кафедра мудири раҳбарлигида тузилади ва деканатларга топширилади.

Тест усулида ЯН ни баҳолаш мезонлари:

ЯН тест шаклида ўтказилади ва талабанинг жавоблари 30 баллик тизимда баҳоланади. Бунда тестга ажратилган 30 балл 30 саволлар сонига бўлиниб, бир саволга қўйиладиган балл топилади (1 балл) уни тўғри жавоблар сонига кўпайтириб талабанинг ЯН да тўплаган баллари аниқланади.

5.ИНФОРМАЦИОН-УСЛУБИЙ ТАЪМИНОТ

5.1. АСОСИЙ АДАБИЁТЛАР

№	Муаллиф, адабиёт номи, тури, нашриёт, йили, хажми	Кутубхонада мавжуд нусхаси
1.	Нормуродов А.Н.Енгил атлетика. Ўқув услубий қўлланма Т.2002 йил	1
2.	Айрапетьянц Л.Р.Волейбол. дарслик, ЎзДЖТИ нашриёт-матбаа бўлими, 2005 йил.	24
3.	Бальсевич Б.К.Физическая культура для всех и каждого.М. ФиС.1988 год	10
4.	Масляков В.А.Массовая физическая культура в Вузе.М.Высшая школа.1991год.	10
5	Нуримов Р .Футбол. Дарслик.Тошкент-2005	16
6	Нормуродов А.Н.Жисмоний тарбия. Укув кулланма.Тошкент-2011	10
7	Нормуродов А.Н., Моргунова И.И Жисмоний тарбия фанидан намунавий дастур(бакалавр йуналиши учун)Т. 2004 йил	1
8	Акрамов Ж.А Гандбол.Дарслик.Ўз.ДЖТИ нашриёт матбаа бўлими,2008 йил	1

5.2. ҚЎШИМЧА АДАБИЁТЛАР

№	Муаллиф, адабиёт номи, тури, нашриёт, йили, хажми	Кутуб-хонада мавжуд нусхаси
1.	Кошбахтиев И.А Керимов Ф.А .Ахматов М.С. Валеология асослари. Дарслик. Тошкент.2005.йил.	10
2.	Қудратов Р. “Енгил атлетика”, дарслик, Тошкент “Ношир”, 2012 йил	5
3.	Шокиржонова К.Т. “Енгил атлетика (мусобақа қоидалари)” ўқув қўлланма, Тошкент, 2007 й.	10
4.	Ниёзов И. “Енгил атлетика” ўқув қўлланма, Фарғона, 2000 йил	12
5.	Павлов Ш, Абдурахмонов Ф., Акрамов Ж.Гандбол, дарслик Тошкент ЎзЖДЖТИ 2005 й	20

Кутубхона мудираси
имзоси ва муҳри
1-илова

Ишчи ўқув дастурга ўзгартириш ва қўшимчалар киритиш тўғрисида

_____ ўқув йили учун ишчи ўқув дастурига қўйидаги ўзгартириш ва қўшимчалар киритилмоқда:

Ўзгартириш ва қўшимчаларни киритувчилар:

_____ (профессор-ўқитувчининг И.Ф.О.) _____ (имзоси)

Ишчи ўқув дастурга киритилган ўзгартириш ва қўшимчалар “Жисмоний маданият” факультети Илмий-услубий Кенгашида муҳокама этилди ва маъқулланди (_____ йил “ ____ ” _____ даги “ ____ ” - сонли баённома).

Факультет Илмий-услубий
Кенгаши раиси:

М.Баирбеков

