

**O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIIY TA'LIM FAN, VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
NAMANGAN DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI**



SPORT BAYRAMLARI

O'QUV DASTURI

| | |
|------------------------------|---|
| Bilim sohasi: | 100000 – Ta'lim |
| Ta'lim sohasi: | 110000 – Ta'lim |
| Magistratura mutaxassisligi: | 70111201 – Jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlari nazariyasi va metodikasi |

NAMANGAN – 2024

| Fan/modul kodi SB2205 | | O'quv yili 2024-2025 | Semestr 2 | ECTS-Kreditlar 5 |
|--------------------------|--|--|---------------------------|---------------------------------|
| Fan/modul turi Tanlov | | Ta'lim tili O'zbek/Rus | | Haftadagi dars soatlari 4 |
| 1 | Fanning nomi | Auditoriya mashg'ulotlari (soat) | Mustaqil ta'lim (soat) | Jami yuklama (soat) |
| | Sport bayramlari | 60 | 90 | 150 |
| 2 | <p>I. Fanning mazmuni</p> <p>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'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim. 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.</p> <p>Fanning vazifalari – magistrantlarga o'quv materialini mazmunini asoslash bo'yicha bilim va ko'nikmalarni shakllantirish;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sport bayramlari haqida umumiy tushunchalar berish; - ta'lim muassasalari jismoniy tarbiya tizimida sport bayramlarining o'ni va ahamiyati haqida tushunchalar berish; - sport bayramlarining me'yoriy hujjatlari (nizomi, dasturi, ssenariysi) va tashkil qilish yo'llari haqida ma'lumotlar berish; - talaba sport bayramlarining shakl va metodlari, bayramlarda harakatli o'yinlarni unumli va samarali foydalanish kabi masalalarni yoritish, - O'quvchilarni sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli haqida tushuncha berish; - me'yoriy talablarni bajarishda harakatlar natijasini baholay olishni bilish kabi ko'nikmalariga ega bo'lishi kerak; - tanlangan sport turlari bo'yicha targ'ibot ishlarini amalga oshirishni bilish. - tadbirlarda hakamlik qila olish kabi bilim va ko'nikmalarini shakllantirish, - fan bo'yicha o'zlashtirilgan nazariy bilimlarni amaliyotda qo'llay olish kabi malakalariga ega bo'lishi kerak. | | | |

| II. Asosiy nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari) II.I. Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi: | |
|--|---|
| 1-mavzu: Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish va o'tkazish. | Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish. Maktab yoshidagi o'quvchilarni tarbiyalash vazifalari. |
| 2-mavzu: Bolalar bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari. | Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati. Sport trenirovkasining tuzilish bosqichlari. Tanlab olingan sport turidan chuqurlashtirilgan mashq qilish bosqichlari |
| 3-mavzu: Jismoniy tarbiya bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish xususiyatlari. | Jismoniy mashqlar gigiyenik ta'sirining fiziologik asoslari. Boshlangich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlari. |
| 4-mavzu: Sport musobaqalarini, bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish qonun-qoidalari. | Bayramlarni tashkil qilish qonun-qoidalari. Sport bayramlar senariyasini tuzish metodikasi. |
| 5-mavzu: Maktabda boshlang'ich sinf o'quvchilarini sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli | O'quvchilarni sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar bilan musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi |
| 6-mavzu: Jismoniy tarbiya va sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. | Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. Jismoniy mashqlarning gigiyenik ta'siri va uning fiziologik asoslari. |
| 7-mavzu: Maktabda sport bayramining ahamiyati va uni maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasidagi o'rni. | Sport bayramini o'tkazish jarayonida pedagogik talablar. Sport bayramining o'tkazilishini rejalashtirish. |
| 8-mavzu: Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan asosiy tadbirlar. | O'zbekistonning mustaqillik istiqbol yo'llari. Umumxalq jismoniy tarbiya va sportining ravnaqi. |

III. Amaliy mashg'ulotlarni tashkil etish bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar

Amaliy mashg'ulotlari uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi:

1. Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
2. Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati.
3. Jismoniy mashqlar gigiyenik ta'sirining fiziologik asoslari.
4. Bayramlarni tashkil qilish qonun-qoidolari..
5. O'quvchilarni sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli.
6. Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
7. Sport bayramini o'tkazish jarayonida pedagogik talablar.
8. O'zbekistonning mustaqillik istiqbol yo'llari.
9. Sport trenirovkasining tuzilish bosqichlari.
10. O'zbekistonda jismoniy tarbiya tizimining rivojlanishi.
11. Bolalar bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari.
12. Jismoniy tarbiya bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish xususiyatlari.
13. Jismoniy tarbiya va sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
14. Maktabda sport bayramining ahamiyati va uni maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasidagi o'rni.
15. Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan asosiy tadbirlar.

Amaliy mashg'ulotlar multimediy qurilmalari bilan jihozlangan auditoriya bir akademik, guruhga bir o'qituvchi tomonidan o'tkazilishi lozim. Mashg'ulotlar faol va interaktiv usullar yordamida o'tilishi, mos ravishda munosib pedagogik va axborot texnologiyalar qo'llanilishi maqsadga muvofiq.

IV. Seminar mashg'ulotlarni tashkil etish bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar

1-mavzu: Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish va o'tkazish.

Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish. Maktab yoshidagi o'quvchilarni tarbiyalash vazifalari.

2-mavzu: Bolalar bilan olib boriladigan sport ishlarining pedagogik asoslari.

Jismoniy tayyorgarlikning ahamiyati. Sport trenirovkasining tuzilish bosqichlari. Tanlab olingan sport turidan chuqurlashtirilgan mashq qilish bosqichlari.

3-mavzu: Jismoniy tarbiya bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish xususiyatlari.

Jismoniy mashqlar gigiyenik ta'sirining fiziologik asoslari. Boshlangich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlari.

4-mavzu: Sport musobaqalarini, bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish qonun-qoidolari.

Bayramlarni tashkil qilish qonun-qoidolari. Sport bayramlar ssenariyasini tuzish metodikasi.

5-mavzu: Maktabda boshlang'ich sinf o'quvchilarini sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli

O'quvchilarni sport bayramlariga psixologik tayyorlashda pedagogning roli. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar bilan musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi

6-mavzu: Jismoniy tarbiya va sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.

Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. Jismoniy mashqlarning gigiyenik ta'siri va uning fiziologik asoslari.

7-mavzu: Maktabda sport bayramining ahamiyati va uni maktab o'quvchilarining jismoniy tarbiyasidagi o'rni.

Sport bayramini o'tkazish jarayonida pedagogik talablar. Sport bayramining o'tkazilishini rejalashtirish.

8-mavzu: Jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirishga qaratilgan asosiy tadbirlar.

O'zbekistonning mustaqillik istiqbol yo'llari. Umumxalq jismoniy tarbiya va sportining ravnaqi.

Seminar mashg'ulotlar multimediy qurilmalari bilan jihozlangan auditoriya bir akademik, guruhga bir o'qituvchi tomonidan o'tkazilishi lozim. Mashg'ulotlar faol va interaktiv usullar yordamida o'tilishi, mos ravishda munosib pedagogik va axborot texnologiyalar qo'llanilishi maqsadga muvofiq.

V. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etilayotgan mavzulari:

Magistr mustaqil ta'limni tayyorlashda muayyan fanning xususiyatlarini hisobga olgan holda quyidagi shakllardan foydalanish tavsiya etiladi.

- darslik va o'quv qo'llanmalar bo'yicha fan boblari hamda mavzularini o'rganish;

- tarqatma materiallar ma'ruzalar qismini o'zlashtirish;

- o'yinlar chizmasini chizish va o'yin variantlarini ishlab chiqish;

- maxsus adabiyotlar bo'yicha mavzular ustida ishlash;

- o'yinda ishlatiladigan sport anjomlarini o'rganish;

| | |
|---|--|
| | <p>- talabani o'quv, ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fanlar bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;</p> <p>- faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;</p> <p>- masofaviy ta'lim.</p> <p>Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kuni uzaytirilgan guruhlarda sport soatlari 2. Sport trenirovkasining tuzilish bosqichlari. Tanlab olingan sport turidan chuqurlashtirilgan mashq qilish bosqichlari 3. Boshlangich sinf o'quvchilarining psixologik xususiyatlari. 4. Sport bayramlar senariysini tuzish metodikasi. 5. Maktabgacha tarbiya yoshidagi bolalar bilan musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. 6. Jismoniy mashqlar gigiyenik ta'sirining fiziologik asoslari. 7. Sport bayramining o'tkazilishini rejalashtirish. 8. Umumxalq jismoniy tarbiya va sportining ravnaqi. 9. Tanlab olingan sport turidan chuqurlashtirilgan mashq qilish bosqichlari 10. Kun tartibida o'tkaziladigan sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish 11. Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. Jismoniy mashqlar gigiyenik ta'sirining fiziologik asoslari. 12. Sport bayramini o'tkazish jarayonida pedagogik talablar. Sport bayramining o'tkazilishini rejalashtirish. 13. O'zbekistonning mustaqilligi istiqbollarga yo'llari. Umumxalq jismoniy tarbiya va sportining ravnaqi <p>Mustaqil ta'lim mavzulari talabalar tomonidan o'zlashtiriladi. Mavzular yuzasidan talabalar mustaqillik, taqdimotlar tayyorlashi va himoya qilishi tavsiya etiladi.</p> |
| 3 | <p>VI. Fanni o'qitilishining natijalari (shakllanadigan kompetentsiyalar)</p> <p>Fanni o'zlashtirish natijasida magistr:</p> <ul style="list-style-type: none"> - maktabgacha ta'lim tashkilotlarida sport va sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil qilish va o'tkazish; - umumta'lim maktablarida, maktabdan tashqari muassasalarida sport va sog'lomlashtirish tadbirlari; - professional ta'lim muassasalarida - sport va sog'lomlashtirish tadbirlarini tashkil etish va o'tkazish metodikasi - jismoniy tarbiya va sport nazariyasi va metodologiyasi fanining dolzarb muammolari; - ta'lim muassasalarida o'quv-jismoniy tarbiya va sport ishlarining modulini tuzish; - sog'lomlashtiruvchi jismoniy mashg'ulot talabalarning sog'lom turmush tarzida. Aholi turar joylarda ommaviy sport va sog'lomlashtirish |

| | |
|---|---|
| | <p>tadbirlarini tashkil etish va o'qitish metodikasining pedagogik asoslari haqida tasavvurga ega bo'lishi;</p> <ul style="list-style-type: none"> - sport bayramlari fani bo'yicha mutaxassislarni tayyorlashda tizimli yondoshishni aniqlash va o'rganish; - jismoniy yuklamani boshqarish, bolalar organizmini rivojlantirish xususiyatlari; - talabalar o'quv faoliyatini faollashtirish uslublari, zamonaviy pedagogik texnologiyalari; - talabalar bilimlari, ko'nikma va malakalarini nazorat qilish tizimini; - mutaxassislarni tayyorlash va tarbiyalash tizimida milliy qadriyatlar, urf-odat va an'analardan foydalanish; - bolalar jismoniy tayyorgarligini baholash mezonlari; - kasbiy, umumiy va maxsus jismoniy tayyorgarlik masalalarini; - magistr larni faollashtirishga yo'naltirilgan jismoniy tarbiya shakllari, uslublari, har-xil zamonaviy vositalar; - magistr larni bilim, ko'nikma va malakalarini nazorat qilish tizimi; - o'quv jarayonida axborot texnologiya, kompyuter texnologiyalaridan foydalanish; - sport mashg'ulotining qonuniyatlari; - sport mashg'ulotlar vositalaridan foydalanishni didaktik usullarining ahamiyati haqida bilishi va ulardan foydalana olishi; - darslarni o'tkazish jarayonida turli texnik vositalardan, shu jumladan, trenajyorlar va boshqa zamonaviy vositalardan; - bolalarning jismoniy tayyorgarligini yuqori darajaga oshirish tizimlari; - maxsus fanlar bo'yicha o'quv-metodik materiallarni ishlab chiqish; - talabalar bilan sport tarbiyaviy ishlarni o'tkazish; - jismoniy madaniyat va sport bo'yicha talabalar bilimini nazorat qilishni, tashkiliy va o'quv-uslubiy ta'minlashni rejalashtirish; - fan bo'yicha ilmiy-tadqiqot ishlarini olib borish usullari; - sport bayramlari predmeti xususiyatlari, maxsus atamalarini bilish <p>haqida malakalarga ega bo'lishi kerak.</p> |
| 4 | <p>VII. Ta'lim texnologiyalari va metodlari:</p> <ul style="list-style-type: none"> • interfaol keys-stadilar; • mantiqiy fikrlash, tezkor savol-javoblar; • guruhlarda ishlash; • taqdimotlarni qilish; • individual loyihalar; • jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish uchun loyihalar; • kommunikativ metodlar; • kognitiv metodlar; |
| 5 | <p>VIII. Kreditlarni olish uchun talablar:</p> <p>Fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil mushohada</p> |

| | |
|---|---|
| | yuritish vajoriy, oraliq nazorat shakllarida berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha yozma ishni topshirish. |
| 6 | <p>IX. Asosiy adabiyotlar</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. K.M.Mahkamdjonov, L.A.Inozemseva, F.Nurmatov, L.Rustamov. Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. Darslik Toshkent – 2007 y 2. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. "Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar". 2001y. <p>Qo'shimcha adabiyotlar.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sh.Mirziyoyev. Erkin va farovon, demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. Toshkent –“O'zbekiston” -2016. 56 b. 2. Sh.Mirziyoyev. Buyuk kelajagimizni mard va olijanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent –“O'zbekiston” -2016. 3. Sh.Mirziyoyev. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlari ta'minlash-yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi.Toshkent“O'zbekiston”-2016 4. Sh.Mirziyoyev. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik - har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. Toshkent – “O'zbekiston” -2017.104 b. 5. Sh.Mirziyoyev. Yangi O'zbekiston strategiyasi.-Toshkent, 2021. -458 b. 6. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.:2012y. 7. Tulenova X., Mirsagatov B. Umumta'lim maktablarida darsdan tashqari tadbirlarning xususiyatlari. Ilmiy maqola Pedagogik ta'lim" jur. № 4 soni Toshkent TDPU 2005 yil. 8. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year. 9. Activeschools. Korikite Kura. Games sport New Zealand 2012 year. <p>Axborot manbalari</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. www.tdpu.uz 2. www.pedagog.uz 3. www.edu.uz 4. http://ziyonet.uz – Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portali |
| 7 | Namangan davlat pedagogika instituti tomonidan ishlab chiqilgan va institut Kengashining 2024-yil “_____” _____dagi qarori bilan tasdiqlangan |
| 8 | <p>Fan/modul uchun mas'ullar va dastur mualliflari::</p> <p>N.Ummatov - Namangan NamDPI “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasida dotsenti.</p> <p>SH.Satiyev - Namangan NamDPI “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasida Katta o'qituvchisi.</p> <p>A.Izatullayev - Namangan NamDPI “Jismoniy madaniyat va sport” kafedrasida o'qituvchisi.</p> |
| 9 | Taqrizchilar: |

| |
|--|
| T.Ismoilov – Namangan davlat universiteti “Sport faoliyati” kafedrasida p.f.n., professor. |
| T.Jo'rayev – Namangan davlat universiteti “Sport faoliyati” kafedrasida dotsenti. |