

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIIY VA O‘RTA MAXSUS TA‘LIM VAZIRLIGI**

**QARSHI DAVLAT UNIVERSITETI**

**JISMONIY MADANIYAT FAKULTETI**

**Ruyxatga olindi:**

№ \_\_\_\_\_  
2019 yil « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

**“Tasdiqlayman”**

Universitet rektori

\_\_\_\_\_ yil  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 yil

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT KAFEDRASI  
MUTAXASSISLIK FANLARIDAN DAVLAT ATTESTATSIYASI SINOVI  
DASTURI VA BAHOLASH MEZONLARI**

**JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA METODIKASI  
FANLARI**

**5112000 – Jismoniy madaniyat bakalavriat ta‘lim yo‘nalishi uchun**

Dastur Qarshi davlat universiteti Kengashida ko‘rib chiqilgan va ma’qullangan. (2019 yil \_\_\_\_\_-sonli majlis bayoni).

**Tuzuvchi:** SH.Sultonov-“Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası mudiri, pedagogika fanlari nomzodi.  
Begaliyev B-“Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası katta o‘qituvchi.

**Taqrizchilar:** I. Boymurodov-Qarshi muxandislik iqtisodiyot instituti “Jismoniy tarbiya” kafedrası katta o‘qituvchisi, pedagogika fanlari nomzodi.  
F. Qahhorov-“Jismoniy tarbiya va sport” kafedrası katta o‘qituvchi.

## **5112000 – Jismoniy madaniyat yo‘nalishi mutaxassislik fanlaridan yakuniy davlat attestatsiyasi sinovi savollari**

### **Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanidan yakuniy davlat attestatsiyasi savollari**

#### **Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish**

O‘zbekiston Respublikasining Mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishda ishtirok etuvchi davlat idoralari. O‘zbekiston Respublikasining Jismoniy tarbiya va sport vazirligi. Sport tashkilotlari. “Dinamo”, “Yoshlik”, “Talaba” sport klubi. O‘zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo‘mitasi.

6.O‘zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo‘mitasining asosiy vazifalari. O‘zbekistonning halqaro sport aloqalari. Jamoat tashkilotlari, “Mahalla”, “Navro‘z”, “Ekosan”, “Nuroni”, “Sog‘lom avlod uchun” xayriya jamg‘arma uyushmalari. “O‘zbekiston yoshlar ittifoqi”ning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi faoliyatlari. Sport maktablari va markazlari faoliyatini tashkil qilish. Aholi turar joylarida jismoniy tarbiya va sport. Iqtidorli sportchilarni tarbiyalashda bolalar va o‘smirlar sport maktablarining ahamiyati. Ixtisoslashgan va majmui (kompleks) sport maktablari. Sport maktablarida ommaviy sport tadbirlarini uyushtirish. Aholi turar joylarida ommaviy sog‘lomlashtirish va milliy o‘yinlarni tashkil qilish.

#### **Jismoniy madaniyat tarixi**

Qadimgi dunyo halqlarining jismoniy tarbiyasi. Qadimgi yunonistonda Gomer davrida jismoniy tarbiya. Qadimgi olimpiya o‘yinlari. Qadimgi Rimda gladiatorlar maktabi. Qadimgi Rusda jismoniy tarbiya. O‘rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya. Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya. Halq qo‘shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi. Amir Temurning harbiy va jismoniy tayyorgarligi. Jaloliddin Manguberding harbiy va jismoniy tayyorgarligi. Abu Ali Ibn Sinoning “Tib Qonuni” asarida sihat-salomatlik masalalari va badantarbiya haqida fikri. Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning rivojlanishi. Halqaro olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi. Olimpiya kongressi, olimpiya ramzlari, haqida nazariy ma’lumotlar. O‘zbekistonda Milliy olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi. O‘zbekiston sportchilarining Osiyo o‘yinlaridagi ishtiroki. Xalqaro sport va olimpiya harakatining vujudga kelish sabablari. Birinchi Xalqaro Kongress. Olimpiya g‘oyalarini amalga oshishi. Xalqaro sport harakatining kengayishi. Yozgi va qishgi Olimpiya o‘yinlari. Xalqaro Olimpiya qo‘mitasi va uning Prezidentlari. Olimpiya o‘yinlari. Olimpiya an‘analarining davom etishi. O‘zbekiston sportchilarining Osiyo va Jahon birinchiliklaridagi ishtiroki. O‘zbekiston sportchilarining Olimpiya o‘yinlaridagi ishtiroki. Yozgi Olimpiya o‘yinlari. Qishgi Olimpiya o‘yinlari. Xalqaro Olimpiya qo‘mitasining

Prezidentlari. Buyuk gumanistlar ta'limoti. Olimpiya kongressi, olimpiya ramzlari, haqida nazariy ma'lumotlar. Xalqaro Olimpiya qo'mitasining Prezidenti Per de Kuberten faoliyati. O'zbekiston sportchilarining Rio de Janeyro 2016 ishtiroki. Ko'p bosqichli ommaviy sport tadbirlari. Ko'p bosqichli "Umid nixollari" sport tadbirlari. Ko'p bosqichli "Barkamol avlod" sport tadbirlari. Ko'p bosqichli "Universiada" sport tadbirlari. O'zbekistonda milliy sport turlarini rivojlanishi. Leonardo da Vinchi kashfiyotlari. G'arbiy Yevropa va AQSH da gimnastika va sport o'yinlari tizimlarining rivojlanishi. Zaxriddin Muhammad Boburning harbiy qo'shini. O'zbekistonda jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirishda Respublika prezidenti va hukumatining g'amxo'rliqi. Xalq milliy o'yinlari ma'naviy-ma'rifiy va tarixiy jarayondir. O'zbek sportchilari Xalqaro arenalarda. Milliy sport turlarini rivojlantirish. Xalq milliy o'yinlarining tiklanish. Qadimgi stadion. Ibtidoiy jamoa tuzumida jismoniy madaniyat elementlarining paydo bo'lishi taraqqiyot etishi. Patriarxat (onalik) urug'chilik davrida jismoniy madaniyatni rivojlanish xususiyatlari. Patriarxat(otalik) davrida jismoniy madaniyat xususiyatlari.

### **Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi**

Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi predmeti. Jismoniy tarbiya nazariyasining manbalari. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasini rivojlanishining davrlari. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasining boshqa fanlar bilan bog'liqligi. Jismoniy tarbiyani tarbiyaning boshqa yo'nalishlari bilan bog'liqligi. Jismoniy tarbiya jarayonida aqliy tarbiya. Jismoniy tarbiya jarayonida axloqiy tarbiya. Jismoniy tarbiya jarayonida estetik tarbiya. Jismoniy tarbiya mehnat va harbiy amaliyot bilan bog'liqligi tamoyili. Shaxsni har tomonlama rivojlantirish tamoyili. Jismoniy tarbiyani sog'lomlashtirishga yo'naltirish tamoyili. Jismoniy tarbiya darsida xatolar va ularni aniqlash va bartaraf etish metodikasi. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkillash metodikasi. Jismoniy tarbiya darsida mustaqil malakalarini shakllantirish. Jismoniy tarbiya darsini tahlili. Jismoniy tarbiya darsida yuklama. Jismoniy tarbiya vositalari. Jismoniy mashqlar jismoniy tarbiyaning asosiy vositasi sifatida. Jismoniy mashqlar klassifikatsiyasi. Jismoniy mashqlarni tarixiy klassifikatsiyasi. Jismoniy mashqlarni harakat sifatlarini rivojlantirishiga qarab klassifikatsiyalash. Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar. Gigiyenik omillar jismoniy tarbiya vositasi sifatida. Jismoniy mashqlarning ta'sirini belgilovchi omillar. Jismoniy (harakat)ini sifatlar va ularni rivojlantirish. Chaqqonlik va uni tarbiyalash metodikasi. Chidamlilikni rivojlantirish metodikasi. Tezkorlik sifati va uni rivojlantirish metodikasi. Egiluvchanlik va uni rivojlantirish metodikasi. Kuch va uni rivojlantirish metodikasi. Jismoniy tarbiya ta'lili, uning vazifalari va xususiyatlari. Harakatlarni uddalay olish qobiliyati va harakat malakasi. Harakatni bajarishning oliy maqomi. Ta'limning jarayonining tuzilishi. Harakat faoliyatini tanishtirish etapi va uning

mazmuni. Harakat faoliyatini o'zlashtirish etapi va uning mazmuni. Harakat faoliyatini takomillashtirish etapi va uning mazmuni. Ta'limning uslubiy tamoyillari. Ta'lim jarayonida onglilik va faollilik. Ta'lim jarayonida ko'rgazmalilik tamoyili. Kuchiga yaras'halilik va individuallashtirish uslubiy tamoyili. Muntazamlilik uslubiy tamoyilida. Takroriylik va variyasiyalash (shaklini o'zgartirib qo'llash tamoyili). Talablarni asta-sekinlik bilan oshirish (progressivlashtirish) tamoyili. Uslubiy tamoyillarning o'zaro aloqasi. Jismoniy tarbiya ta'limining metodikalari. So'zdan foydalanish metodikasi. Harakatni ko'rsatish orqali his qildirish metodikalari. Amaliy metodikalar. Maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasi. Maktabgacha yoshdagilarning jismoniy (harakat) sifatlarini tarbiyalash. O'qitish va tarbiyaning asosiy uslubiyatlari. Maktabgacha yoshdagilarning jismoniy tarbiya vositalari. Maktabgacha yoshdagilar jismoniy tarbiyasining shakllari. Umumiy ta'lim maktabi o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi. O'quvchi jismoniy tarbiyasining asosiy shakllari va mashg'ulot formalari. O'rta maxsus hunar kasb liseylari umumta'lim maktablarining o'quvchi yoshlarini harakatga o'rgatish va mashg'ulotlarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish, ta'lim jarayonlarining tamoyillari. O'quvchilar jismoniy tarbiyasining o'quv ishlari shakli. Jismoniy tarbiya darsining vazifalari va unga qo'yilgan talablar. Jismoniy tarbiya darsini tashkillash va o'tkazishning usuliy asoslari. Jismoniy tarbiya darsining mazmuni. Jismoniy tarbiya darsining tuzilishi.

### **Gimnastika va uni o'qitish metodikasi**

Gimnastikaning rivojlanish tarixi. Gimnastikaning vujudga kelishi, Qadimgi davrlarda gimnastika, yangi davr gimnastikasi, milliy gimnastika tizimini yaratilishi, XX asrning birinchi yarmida gimnastikaning ravnaq topishi, O'zbekistonda gimnastikaning taraqqiyoti va o'ziga xos xususiyatlari.

Gimnastikaning jismoniy tarbiya tizimidagi o'rni. O'zbekiston jismoniy tarbiya tizimida gimnastikaning o'rni va ahamiyati. O'quv muassasalari o'quvchi-yoshlar uchun gimnastikaning vazifasi, vositalari va uslubiy ahamiyati.

Gimnastika atamalari. Gimnastik atamalarning ahamiyati, atamalarning qo'llanilishi tartibi va gimnastik mashqlarning yozilish shakli va tartibi.

Umumrivojlantiruvchi va erkin mashqlarga oid atamalar. Jihozlarda bajariladigan mashqlarning atamalari, akrobatik mashqlarning atamalari, badiiy gimnastika mashqlarining atamalari, mashqlarni yozib borishni qoida-usullari.

Gimnastika turlari. Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turi, Gimnastikaning sport turlari, Gimnastikaning amaliy turlari, ishlab chiqarish gimnastikasi, mashg'ulotlarning uslubiy xususiyatlari.

Mashg'ulot joylari va ularni jihozlanishi. Gimnastika zallarini jihozlanishi, gimnastika jihozlari, gimnastika jihozlarining to'planmasi, jihozlar, gimnastik

maydonchasi, zallar va jihozlardan foydalanish qoidalari.

Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanishning oldini olish. Mashg'ulotni asosiy qoidalari va tashkil qilinishi, gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanish sabablari, mashg'ulotlarda shikastlanmaslik va uni oldini olish chora tadbirlari, gimnastika mashg'ulotlarida muxofaza qilish va yordam ko'rsatish, shug'ullanuvchilarni muxofaza qilish hamda yordam ko'rsatishishga o'rgatish usullari, vrach nazorati va o'z-o'zini nazorat qilish.

Maktabda gimnastika mashg'ulotlarning mazmuni va uni tashkillashtirish. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning vazifalari va vositalari, o'rta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan mashg'ulotlarni o'tkazish uslublari, katta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan gimnastika mashg'ulotlarini vazifalari va vositalari gimnastika darsini tuzilishi va uni o'tkazishga oid umumiy va uslubiy ko'rsatmalar.

Gimnastik mashqlarni o'rgatish metodikasi. Gimnastik mashqlarni maqsad va vazifalar. Gimnastik mashqlarni o'rgatish bosqichlari, Gimnastik mashqlarni o'rgatish jarayonida didaktik printsiplarni qo'llanilishi. Gimnastikani o'qitish metodikasiga xarakteristika. Gimnastik mashqlarni o'rgatishda xatolarni to'g'rilash. Gimnastik mashqlarni o'rgatishning turli bosqichlarida straxovka qilish, jismoniy yordam ko'rsatishning ahamiyati.

Gimnastika mashg'ulotlarini rejalashtirish va qayd etish. Gimnastikada o'quv ishini rejalashtirishning ahamiyati va vazifalari, rejalashtirish hujjatlari tasnifi, rejalashtirish hujjatlarni tuzish, ish rejasini tuzish, ish dasturini tuzish, reja matnini tuzish.

Gimnastika musobaqalari. Gimnastika musobaqalarning ahamiyati, Gimnastika musobaqalarning turlari, Gimnastika musobaqalar dasturi, Gimnastika musobaqalar nizomi, Gimnastika musobaqalariga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish, Gimnastika ommaviy musobaqalarni o'tkazish, gimnastikada hakamlik qilish.

Gimnastika chiqishlari. Gimnastika chiqishlarining ahamiyati, gimnastika chiqishlarining dasturi, musiqa jo'rligida gimnastika, gimnastik chiqishlarni uyushtirish va tayyorlash usuli.

Talaba qizlar bilan gimnastika mashg'ulotlarini o'tish, gimnastikachi xotin-qizlar organizmining o'ziga xosligi, gimnastik mashg'ulotlar usuli.

O'rta, katta va keksa yoshdagilar bilan gimnastika mashg'ulotlari o'tkazish

Yosh xususiyatlari, mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish usuli.

Badiiy gimnastika tarixi. Badiiy gimnastika sport turi sifatida, badiiy gimnastika tushunchasi, Jarohatlanishning oldini olishda yangi badiiy gimnastika mashqlarini o'rgatish usuliyoti.

Badiiy gimnastika mashg'ulotlarning metodik xususiyatlari. Badiiy gimnastikaning o'ziga xos xususiyatlari, sog'lomlashtirish guruhlarida badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil qilish, sportning badiiy gimnastika turlarida tayanch-harakatlanish apparatlarini jarohatlarini oldini olish vositalari va uslublari, badiiy gimnastika bilan shug'ullanganda tayanch-harakatlanish aparatining eng nozik joylari, badiiy gimnastika sportchilarining tayanch-harakatlanish apparatida jarohatlarni sodir bo'lishiga sabab bo'ladigan holatlar, yilning turli faslida badiiy gimnastika bilan shug'ullanish.

Ta'lim muassasalarida badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etish. Maktabgacha yoshdagilar bilan badiiy gimnastikani tashkil etish, maktab yoshidagi o'quvchilar bilan badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etish, oliy o'quv yurtlarida badiiy gimnastikani tashkil etish.

### **Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi**

Yengil atletikaning maqsadi va vazifalari. Yengil atletika turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi. O'zbekistonda yengil atletikani rivojlanishi. O'zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida yengil atletikaning o'rni. Yengil atletika sport turining texnikasi. Yengil atletika bo'yicha musobaqalar o'tkazishda hakamlik qilish. Bo'lajak mutaxassislarni yengil atletika mashg'ulotini tashkil qilish. Yengil atletika mashqlarini bolalarning yoshiga mos holda tanlash. Yengil atletika turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish usullari. Yengil atletika musoboqalari "Nizom"larini tuzish. Xalqaro havaskorlar yengil atletika federasiyasi (IAAF) qoidalari. Yengil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi. Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish. Yengil atletika mashg'ulotlarida umumiy rivojlantiruvchi va maxsus mashqlar. Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari. Yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish. Yengil atletika mashg'ulotini o'rgatishda so'z metodi, ko'rsatish metodi. Maktabgacha ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari. Umumiy o'rta ta'lim maktablari yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlari yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari. Ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish. Yengil atletika mashqlarini bo'laklab o'rgatish metodlari. Yengil atletika mashqlarini yaxlit o'rgatish metodi. Oliy ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari. Sportcha yurish texnikasini o'rgatish metodikasi. Yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Qisqa masofaga yugurish texnikasi. O'rta masofaga yugurish texnikasi. Uzoq masofaga yugurish texnikasi. O'ta uzoq masofaga yugurish texnikasi. Marafon yugurish. To'siqlar osha yugurish. Sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Balandlikka xatlab o'tish texnikasi.

Balandlika to'liqin usulida o'tish texnikasi. Yugurib kelib uzunlika sakrash texnikasi. Yugurib kelib uch xatlab sakrash texnikasi. Turgan joydan uzunlika sakrash. Langarcho'p bilan sakrash. Uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi. Yadro itqitish texnikasi. Disk uloqtirish texnikasi. Nayza uloqtirish texnikasi. Granata uloqtirish texnikasi. Bosqon uloqtirish texnikasi. Xalqaro rasmiy musobaqa (olimpiada o'yinlari, jahon chempionati, Yevropa, Osiyo, jahon kubogi, kontinental hududiy jamoa chempionat)lar. Yengil atletika bo'yicha o'quv ishlarini tashkil qilish, rejalashtirish. Yengil atletika mashg'ulotlarining tashkil qilish va o'tkazish. Yengil atletika bo'yicha darsdan tashqari mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish. Yengil atletika sport inshootlari, jihozlari va ularni ishlatish. Uzunlikka va uchxatlab sakrash sektorlari va o'lchamlari. Balandlikka va langarcho'pda tayanib sakrash sektorlari va o'lchamlari. Yadro va bosqon uloqtirish sektorlari va ulchamlari. Nayza uloqtirish sektori va o'lchamlari. Yengil atletika turlarining klassifikatsiyasi. Xozirgi davr olimpiada o'yinlarida yengil atletika. Yengil atletika mashg'ulotlarini rejalashtirish. Ayollar o'rtasida yengil atletika ko'p kurashi musoboqalari. Erkaklar o'rtasida yengil atletika ko'p kurashi musoboqalari.

### **Sport va harakatli o'yinlarini o'qitish metodikasi**

Harakatli o'yinlarni maqsadi hamda vazifasi. Harakatli o'yinlarni kelib chiqish tarixi rivojlanish bosqichlari. Harakatli o'yinlarni pedagogik ahamiyati. O'zbek xalq o'yinlari va uning ahamiyati. Darsdan tashqari o'tkaziladigan harakatli o'yinlar. O'qituvchining o'yinga rahbarlik qilishi va o'yin harakatlari meyorini belgilash. Milliy o'yinlarning insonning jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotidagi o'rni. Xalq o'yinlarini tiklash va rivojlantirish. Xalq o'yinlarini sport amaliyotida qo'llash imkoniyatlari. O'zbek xalq o'yinlarining tasnifi (klassifikatsiyasi), tavsifi va ulardan foydalanish. Harakatli o'yinlarning milliy qadriyatlarimizdagi o'rnini anglatish. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish. Harakatli o'yinlarni turkumlari. Umumta'lim maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini va jinsini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik meyordagi harakatlarga taalluqli o'yinlar o'tkazish. Harakatli o'yinlarni o'tkazish joylarini tanlash, tashkil qilish va shart-sharoitlarini tayyorlash. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda o'yinga yordamchilar tayinlash. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar. O'rta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar. Katta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi. O'qituvchining o'yinlarga rahbarlik qilish. O'yinni boshlanishi, o'yinchilarni harakatini tashkil etish va ijodiy tashabbuskorligini rivojlantirish. O'yinchilarni hulqini va o'yinni borishini kuzatish. Harakatli o'yinlarga hakamlilik



qilish. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda yuklamani tartibga solish usullari, o'yinni davom etish vaqti, o'yinni tugashi, o'yin natijalarini aniqlash va yakunlash. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi. Futbol maydoni o'lchamlari va jihozlari. O'zbekistonda futbol o'yinini rivojlanishi. O'zbekistonda futbol o'yinini rivojlanishi va Vazirlar Mahkamasining O'zbekistonda futbolni rivojlantirish to'g'risidagi qarori va uning ahamiyati. Futbol o'yin texnikasining tasnifi. Maydon o'yinchisining texnikasi. Darvozabon o'yin texnikasi. Maydonda to'psiz harakatlanish texnikasi. To'pni boshqarish texnikasi. Futbol o'yin taktikasining tasnifi. Futbol o'yinida himoya taktikasi. Futbol o'yinida hujum taktikasi. Futbol o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari. Futbol o'yinida jamoaviy hujum taktikalari. Futbol o'yinida jamoaviy himoya taktikalari. Futbol o'yinida guruhli hujum taktikalari. Futbol o'yinida guruhli himoya taktikalari. Futbol o'yinida yakka holda hujum taktikalari. Futbol o'yinida yakka holda himoya taktikalari. Futbol o'yinida hujumga qarshi tez hujum taktikalari. Futbol o'yinida o'yinchilarni joylarini almashtirish taktikasi. Zamonaviy futbol tavsifi. Futbol o'yinida to'pga oyoq bilan zarba berish. Futbol o'yinida to'pga bosh bilan zarba berish. Futbol o'yinida to'pni to'xtatish. Futbol o'yinida aldash harakatlari (fintlar). Futbol o'yinida to'pni olib qo'yish. Futbol o'yinida to'pn yon chiziqdan o'yinga kiritish. Futbol o'yinida o'yinchilarning hujumdagi hamkorligi. Futbol o'yinida taktik tizimlar evolyusiyasi. Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi. Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari. O'zbekistonda basketbolning rivojlanishi tarixi. Xalqaro basketbol ittifoqi FIBA ni tuzilishi va tashkil topishi. Basketbol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionati. Basketbol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi. Basketbol maydoni o'lchamlari va jihozlari. O'zbekistonda basketbol o'yinini rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston basketbolining jahon arenalarida tutgan o'rni. Basketbol o'yin texnikasining tasnifi. Basketbol o'yinda harakatlanish texnikasi. Basketbolda to'pni boshqarish texnikasi. Basketbol o'yin taktikasining tasnifi. Basketbol o'yinida hujum taktikasi. Basketbol o'yinida himoya taktikasi. Basketbol o'yinida jamoa bo'lib hujum qilish taktikalari. Basketbol o'yinida guruh bo'lib hujum qilish taktikalari. Basketbol o'yinida yakka holda hujum qilish taktikalari. Basketbol o'yinida jamoa bo'lib himoya qilish taktikalari. Basketbol o'yinida guruh bo'lib himoya qilish taktikalari. Basketbol o'yinida yakka holda himoya qilish taktikalari. Basketbol o'yin kombinatsiyalari. Basketbolda to'psiz va to'p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari. Basketbolda to'psiz harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari. Basketbolda to'p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari. Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi. Voleybol o'yinining rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi.

Xalqaro voleybol ittifoqi FIVB ni tuzilishi va tashkil topishi. O'zbekistonda voleybolning rivojlanishi tarixi. Voleybol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi. Voleybol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi. Voleybol o'yin texnikasining tasnifi. Voleybol o'yinida holatlar, harakatlanish, dastlabki holatlar. Voleybolchilarni o'yin vaqtida joylarini almashtirish. Voleybol o'yinida to'pni har hil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yinga kiritish usullarini bajarilishi. Voleybol o'yinida himoya texnikasi. Voleybol o'yinida to'pni qabul qilish texnikasi. Voleybol o'yinida to'siq qo'yish himoya texnikasi. Voleybol o'yin taktikasining tasnifi. Voleybol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari. Voleybol o'yinida to'psiz harakat qilish taktikalari. Voleybol o'yinida hujumdagi jamoaviy taktik harakatlar. Voleybol o'yinida hujumdagi guruhli taktik harakatlar. Voleybol o'yinida yakka tartibdagi taktik harakatlar. Voleybol o'yinida himoyadagi jamoaviy taktik harakatlar. Voleybol o'yinida himoyadagi guruhli taktik harakatlar. Voleybol o'yinida himoyadagi yakka tartibdagi taktik harakatlar. Voleybolga o'rgatish jarayoni va mashg'ulotlar. Voleybol bilan shug'ullanuvchilarni o'rgatish uslublari. Voleybol bo'yicha BO'SMga bolalarni tanlov asosida qabul qilish uslubiyati. Voleybol maydoni o'lchamlari va jihozlari. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, o'tkazilgan uchrashuvlar. Qo'l to'pi o'yinining Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi. Qo'l to'pi federatsiyasi FIGA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati. Qo'l to'pi bo'yicha musobaqalarning o'tkazish. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha Jahon chempionatlari. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha Yevropa chempionatlarini. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinini rivojlanishi. Qo'l to'pi maydoni o'lchamlari. Qo'l to'pi o'yini jihozlari. O'zbekiston qo'l to'pi o'yinining jahon arenasida tutgan o'rni. Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi. Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi. Qo'l to'pi o'yinida maydon o'yinchisining texnikasi. Qo'l to'pi o'yinda harakatlanish texnikasi. Qo'l to'pi o'yinda to'pni boshqarish texnikasi. Qo'l to'pi o'yinida darvozabon o'yin texnikasi. Qo'l to'pi o'yin taktikasining tasnifi. Qo'l to'pi o'yinda hujum taktikasi. Qo'l to'pi o'yinda himoya taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida yakka holda hujum qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida yakka holda himoya qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida guruhli hujum qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida guruhli himoya qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy hujum qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy himoya qilish taktikasi. Qo'l to'pi o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari. Qo'l to'pi o'yinida o'yinchilarni joylarini almashtirish. Qo'l to'pi o'yinida to'psiz harakat qilish taktikalari. Umumiy o'rta ta'lim maktablarida qo'l to'pining tutgan o'rni. Umumiy ta'lim maktablarida kun tartibida qo'l to'pi mashg'ulotlari. Jismoniy tarbiya tizimida qo'l to'pi. Bolalar va o'smirlar sport maktablari qo'l to'pi tugaraklari. Qo'l to'pi musoboqasi "Nizomi".

## **Mutaxassislik fanidan yakuniy davlat attestatsiyasini baholash mezonlari**

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari Oliy va o‘rta maxsus ta’lim vazirining 1999 yil 8 iyundagi 194 sonli buyrug‘i bilan tasdiqlangan Yakuniy baholash bosqichida “Yozma ish” usulini tadbiiq etish bo‘yicha namunaviy Nizomga ko‘ra, yozma ish usulida tashkil etiladi. Bunda “Yozma ish” ning hajmi 1000-1200 so‘zgacha belgilanadi. “Yozma ish” ni o‘tkazish uchun 3 soat vaqt beriladi.

“5112000 – Jismoniy madaniyat” yo‘nalishi yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlarini baholash quyidagi tartibda amalga oshiriladi:

Ushbu dasturga 5 ta mutaxassislik fanlaridan 1 tadan savol kiritilgan bo‘lib, har bir variant 5 tadan savolga ega. Tuzilgan variantlardagi har bir savol 1-20 ballga baholanadi. Variantdagi jami savollarni baholash yig‘indisi maksimum 100 ballni tashkil etadi. OTM larida talabalar bilimni nazorat qilish va baholashning reyting tizimi to‘g‘risidagi Nizom asosida talaba yozma ish natijalariga ko‘ra 86-100 ball to‘plasa a‘lo bahoga, 71-85 ball to‘plasa yaxshi bahoga va 55-70 ball to‘plasa qoniqarli bahoga loyiq deb topiladi. Agar talaba yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari natijalariga ko‘ra 54 va undan past ball to‘plasa “qoniqarsiz” baholanadi. Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlarini o‘tkazuvchi komissiya a‘zolari bajarilgan ishning hajmi va sifatiga qarab ball qo‘yadilar. Ballar qaydnomaga umumlashtirilib yoziladi.

### **Mutaxassislik fanlaridan yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari quyidagi mezon asosida baholanadi:**

<b>№</b>	<b>Baholash mezonlari</b>	<b>Ajratilgan ball</b>
1	<b>Xulosa va qaror qabul qilish</b>	4,0 gacha
2	Ijodiy fikrlay olish	4,0 gacha
3	Mustaqil mushohada yurita olishi	3,0 gacha
4	Olgan bilimlarini amalda qo‘llay olishi	3,0 gacha
5	<b>Mohiyatini tushuna olishi</b>	3,0 gacha
6	Tasavvurga ega bo‘lishi	3,0 gacha
	<b>jami</b>	1-20 gacha

## **Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlarini o'tkazish tartibi**

“5112000 – Jismoniy madaniyat” yo‘nalishi bo‘yicha yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari yozma ish usulida tashkil etiladi, ushbu tartib OTM kengashi qarori asosida universitet rektori tomonidan tasdiqlanadi hamda yakuniy davlat attestatsiyasi boshlanishidan olti oy ilgari talabalar etiboriga havola etiladi. Talabalar yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari dasturi bilan ta‘minlanadilar, ularga tayyorgarlik ko‘rish va maslahatlar berish uchun zarur shart sharoitlar yaratiladi.

Mutaxassislik fanlaridan yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlariga tegishli ta‘lim dasturlarini to‘liq tugatgan va o‘quv rejasida nazarda tutilgan barcha sinovlardan muvaffaqiyatli o‘tgan talabalar qo‘yiladi.

Yakuniy davlat attestatsiyasiga kiritilgan barcha turdagi attestatsiya sinovlari bo‘yicha talabaning o‘zlashtirish ko‘rsatkichlari reyting tizimiga muvofiq aniqlanadi hamda yakuniy davlat attestatsiyasi komissiyasining majlis bayoni belgilangan tartibda rasmiylashtirilgandan so‘ng shu kunning o‘zida e‘lon qilinadi.

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlaridan o‘tolmagan talaba uch yil ichida yakuniy davlat attestatsiyasiga qaytadan kiritiladi.

Uzrli sabablarga ko‘ra yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlariga kelmagan talabalar rektorning buyrug‘i bilan yakuniy davlat attestatsiyasi komissiyasining ishi yakunlanishiga qadar boshqa muddatlarda o‘tkaziladigan yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlariga kiritilishi mumkin.

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari natijalaridan norozi bo‘lgan bitiruvchi talabalar ariza bilan murojaat qiladilar. Ularning arizalarini ko‘rib chiqish uchun rektor buyrug‘i bilan apellyatsiya komissiyasi tuziladi.

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlarini o‘tkazuvchi komissiya a‘zolari shu ta‘lim yo‘nalishi bo‘yicha kadrlar tayyorlovchi kafedralar professor - o‘qituvchilari va iste‘molchi korxonalarining etakchi mutaxassislari tarkibidan jalb etiladi.

### **Apellyatsiya tartibi**

Yakuniy davlat attestatsiyasi sinovlari jarayonida qo‘yilgan ballar (baho) dan norozi bo‘lgan bitiruvchilar yakuniy davlat attestatsiyasi baholari e‘lon qilingan kundan e‘tiboran 24 soat muddat ichida apellyatsiya komissiyasiga murojaat qilish xuquqiga egadir.

Apellyatsiya komissiyasi o‘z xulosasini bitiruvchiga bir kun muddat ichida ma‘lum qilishi lozim.

Murojaat mazmuni faqat o‘zining ball (baho)lari haqida bo‘lsa qabul qilinadi, lekin boshqa holatlar haqida yozilgan shikoyat arizalari qabul qilinmaydi.

## **FOYDALANISH UCHUN TAVSIYA ETILADIGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI**

### **Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi**

1. Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat va sport tarixi. O‘quv qo‘llanma Toshkent 1993 y.
2. Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish. O‘quv qo‘llanma Toshkent Abu Ali Ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti 2002 yil.
3. Юнусова Ю.М. Теория и методика физической культуры. Учебное пособия Ташкент UzGosIFK 2007 г.
4. Salomov R.S. Sport mashg‘ulotning nazariy asoslari – Toshkent., O‘quv qo‘llanma O‘zDJTI, 2005 yil - 238 b.
5. Mahkamdjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi Toshkent., darslik “Iqtisod -moliya” 2008 yil - 300 b.
6. Матвеев Л.Р. Теория и методика физического воспитание – Учебник Москва «Физкультура и спорт» – 2005 г.
7. David C. Watt Sports management and administration © 1998 David C. Watt

### **Qo‘shimcha adabiyotlar**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.
2. SH.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
3. SH.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y.
6. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya. 1997 y.
7. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. o‘quv qo‘llanma, Toshkent., O‘z DJTI, 2005 y - 171 b.
8. Maxkamdjonov K, Tulenova X.B. Maktabgacha ta’lim muassasalari uchun umumiy va kengaytirilgan “Jismoniy tarbiya” dasturi. Ilm-ziyo Toshkent., 2006 y
9. Xoldorov T., Tulenova X.B. Jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, sport, turizm, xalq milliy o‘yinlarining nazariy va amaliy asoslari. TDTU bosmaxonasi, 2007 y.
10. Tulenova X.B. Malinina N.N., Umumrivojlantiruvchi mashqlarni o‘rgatish metodikasi, o‘quv qo‘llanma TDPU, 2005 y.
11. Abdullayev A., Xonkeldiyev SH. Jismoniy tarbiya nazariyasi va bslubiyoti. o‘quv qo‘llanma Toshkent., O‘zDJTI, 2005 yil - 300 b.

## **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
4. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
5. [www.bilim.uz](http://www.bilim.uz)
6. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi Asosiy adabiyotlar**

1. Morgunova I.I. Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi. O‘quv qo‘llanma – Tashkent, Ilm-ziyo - 2011 y
2. Сушко Г.К. Гимнастика и методика её преподавания. Учебное пособие Т.: ILM-ZIYO.-2012 г
3. P.Edwards M.A. Gymnastics, London, The Royal Navy, 1999.

## **Qo‘shimcha adabiyotlar**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016y.
4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Yefimenko A.I., Yo‘ldashev Q.Q., Umarov M.N. Gimnastika darsining samaraligini oshirish usullari. Tashkent, 1995 g
6. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemseva L.A. Umumrivojlantiruvchi mashqlarni (URM) o‘rgatish metodikasi. Tashkent, 2005 y.
7. Joseph P. Kennedy. Rhythmic gymnastics. Rhythmic Gymnastics Quick Start Guide- August 2008.

## **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
4. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
5. [www.bilim.uz](http://www.bilim.uz)
6. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi**

### **Asosiy darslik va o'quv qo'llanmalar**

1. Normurodov A.H. Yengil atletika. Toshkent: 2002 yil.
2. Niyozov I. Yengil atletika. O'zDav JTI, 2005 yil.
3. Yunusova Y.M Osnovi metodiki fizicheskoy kulturi. Tashkent 2005g.

### **Qo'shimcha adabiyotlar**

1. Inozemseva L.A. Legkaya atletika i metodika prepodavaniya. Toshkent 2001 g.
2. Sinyakina.O.F.Trenirovka v bege na 400 metrov s baryerami Metodicheskoye ukazaniye. Toshkent: 2005 yil.
3. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemseva L.A. Umumrivojlantiruvchi mashqlarni URM o'rgatish metodikasi. Toshkent: 2005 yil.

### **Elektron ta'lim resurslari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [tdpu.INTRANET.uz](http://tdpu.INTRANET.uz)

## **Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi**

### **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.: Podvijnye igrы: 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" Uchebник. T, UzGosIFK 2006 g.
10. Rasulov O.T. "Basketbol o'yinning rasmiy qoidalari" Metodik qo'llanma. Toshkent 1993 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**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta‘minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016y.
4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Raximqulov K.D. Harakatli o‘yinlar (ma‘ruzalar matni) 2001y.
6. Xo‘jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o‘yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
7. Normurodov A.N. O‘zbek milliy o‘yinlari T.: - 1999 y.
8. Rahimqulov K.D., Usmonxo‘jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o‘smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o‘yinlar. 2001y.
9. Usmonxo‘jayev T.S., Xo‘jayev F. “1001” o‘yin. T.: 1990 y.
10. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo‘ljallangan mashqlar va harakatli o‘yinlar» 2001 y.
11. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. “Harakatli o‘yinlar va uni o‘qitish metodikasi” Cho‘lpon nashriyoti T.: 2010 y.
12. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
13. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
14. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
15. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
4. [www.nadlib.uz](http://www.nadlib.uz) (A.Navoiy nomidagi O‘z.MK)
5. <http://ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta‘lim resurslari portali



**5112000 – Jismoniy madaniyat yo‘nalishi mutaxassislik fanlaridan yakuniy davlat attestatsiyasi sinovi savollari**  
**Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish**

- 1.O‘zbekiston Respublikasining Mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati.
- 2.Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishda ishtirok etuvchi davlat idoralari.
- 3.O‘zbekiston Respublikasining Jismoniy tarbiya va sport vazirligi.
- 4.Sport tashkilotlari. .“Dinamo”, .“Yoshlik”, “Talaba” sport klubi.
- 5.O‘zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo‘mitasi.
- 6.O‘zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo‘mitasining asosiy vazifalari.
- 7.O‘zbekistonning halqaro sport aloqalari.
- 8.Jamoat tashkilotlari, “Mahalla”, “Navro‘z”, “Ekosan”, “Nuroniy”, “Sog‘lom avlod uchun” xayriya jamg‘arma uyushmalari.
- 9.“O‘zbekiston yoshlar ittifoqi”ning jismoniy tarbiya va sport sohasidagi faoliyatlari.
- 10.Sport maktablari va markazlari faoliyatini tashkil qilish.
- 11.Aholi turar joylarida jismoniy tarbiya va sport.
- 12.Iqtidorli sportchilarni tarbiyalashda bolalar va o‘smirlar sport maktablarining ahamiyati.
- 13.Ixtisoslashgan va majmui (kompleks) sport maktablari.
- 14.Sport maktablarida ommaviy sport tadbirlarini uyushtirish.
- 15.Aholi turar joylarida ommaviy sog‘lomlashtirish-milliy o‘yinlarni tashkil qilish.

**Jismoniy madaniyat tarixi**

- 16.Qadimgi dunyo halqlarining jismoniy tarbiyasi.
- 17.Qadimgi yunonistonda Gomer davrida jismoniy tarbiY.
- 18.Qadimgi olimpiya o‘yinlari.
- 19.Qadimgi Rimda gladiatorlar maktabi.
- 20.Qadimgi Rusda jismoniy tarbiY.
- 21.O‘rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiY.
- 22.Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiY.
- 23.Halq qo‘shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi.
- 24.Amir Temurning harbiy va jismoniy tayyorgarligi.
- 25.Jaloliddin Manguberding harbiy va jismoniy tayyorgarligi.
- 26.Abu Ali Ibn Sinoning “Tib Qonuni” asarida sihat-salomatlik masalalari va badantarbiya haqida fikri.
- 27.Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning rivojlanishi.
- 28.Halqaro olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi. Olimpiya kongressi, olimpiya ramzlari, haqida nazariy ma’lumotlar.
- 29.O‘zbekistonda Milliy olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi.

- 30.O‘zbekiston sportchilarining Osiyo o‘yinlaridagi ishtiroki.
- 31.Xalqaro sport va olimpiya harakatining vujudga kelish sabablari.
- 32.Birinchi Xalqaro Kongress.
- 33.Olimpiya g‘oyalarini amalga oshishi.
- 34.Xalqaro sport harakatining kengayishi.
- 35.Yozgi va qishgi Olimpiya o‘yinlari.
- 36.Xalqaro Olimpiya qo‘mitasi va uning Prezidentlari.
- 37.Olimpiya o‘yinlari.
- 38.Olimpiya an‘analarining davom etishi.
- 39.O‘zbekiston sportchilarining Osiyo va Jahon birinchiliklaridagi ishtiroki.
- 40.O‘zbekiston sportchilarining Olimpiya o‘yinlaridagi ishtiroki.
- 41.Yozgi Olimpiya o‘yinlari.
- 42.Qishgi Olimpiya o‘yinlari.
- 43.Xalqaro Olimpiya qo‘mitasining Prezidentlari.
- 44.Buyuk gumanistlar ta’limoti.
- 45.Olimpiya kongressi, olimpiya ramzlari, haqida nazariy ma’lumotlar.
- 46.Xalqaro Olimpiya qo‘mitasining Prezidenti Per de Kuberten faoliyati.
- 47.O‘zbekiston sportchilarining Rio de Janeyro 2016 ishtiroki.
- 48.Ko‘p bosqichli ommaviy sport tadbirlari.
- 49.Ko‘p bosqichli “Umid nixollari” sport tadbirlari.
- 50.Ko‘p bosqichli “Barkamol avlod” sport tadbirlari.
- 51.Ko‘p bosqichli “Universiada” sport tadbirlari.
- 52.O‘zbekistonda milliy sport turlarini rivojlanishi.
- 53.Leonardo da Vinchi kashfiyotlari.
- 54.G‘arbiy Yevropa va AQShda gimnastika va sport o‘yinlari tizimlarining rivojlanishi.
- 55.Zaxriddin Muhammad Boburning harbiy qo‘shini.
- 56.O‘zbekistonda jismoniy madaniyat va sportni rivojlantirishda Respublika prezidenti va hukumatining g‘amxo‘rligi.
- 57.Xalq milliy o‘yinlari ma’naviy-ma’rifiy va tarixiy jarayondir.
- 58.O‘zbek sportchilari Xalqaro arenalarda.
- 59.Milliy sport turlarini rivojlantirish.
- 60.Xalq milliy o‘yinlarining tiklanish.
- 61.Qadimgi stadion.
- 62.Ibtidoiy jamoa tuzumida jismoniy madaniyat elementlarining paydo bo‘lishi taraqqiyot etishi.
- 63.Matriarxat (onalik) urug‘chilik davrida jismoniy madaniyatni rivojlanish xususiyatlari.
- 64.Patriarxat(otalik) davrida jismoniy madaniyat xususiyatlari.

## **Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi**

65. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasi predmeti.
66. Jismoniy tarbiya nazariyasining manbalari
67. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasini rivojlanishining davrlari
68. Jismoniy tarbiya nazariyasi va metodikasining boshqa fanlar bilan bog'liqligi.
69. Jismoniy tarbiyani tarbiyaning boshqa yo'nalishlari bilan bog'liqligi
70. Jismoniy tarbiya jarayonida aqliy tarbiya
71. Jismoniy tarbiya jarayonida axloqiy tarbiya
72. Jismoniy tarbiya jarayonida estetik tarbiya
73. Jismoniy tarbiya mehnat va harbiy amaliyot bilan bog'liqligi tamoyili
74. Shaxsni har tomonlama rivojlantirish tamoyili
75. Jismoniy tarbiyani sog'lomlashtirishga yo'naltirish tamoyili
76. Jismoniy tarbiya darsida xatolar va ularni aniqlash va bartaraf etish metodikasi
77. Jismoniy tarbiya darslarida o'quvchilar faoliyatini tashkillash metodikasi
78. Jismoniy tarbiya darsida mustaqil malakalarini shakllantirish
79. Jismoniy tarbiya darsini tahlili
80. Jismoniy tarbiya darsida yuklama
81. Jismoniy tarbiya vositalari
82. Jismoniy mashqlar jismoniy tarbiyaning asosiy vositasi sifatida
83. Jismoniy mashqlar klassifikatsiyasi
84. Jismoniy mashqlarni tarixiy klassifikatsiyasi
85. Jismoniy mashqlarni harakat sifatlarini rivojlantirishiga qarab klassifikatsiyalash
86. Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar
87. Gigiyenik omillar jismoniy tarbiya vositasi sifatida
88. Jismoniy mashqlarning ta'sirini belgilovchi omillar
89. Jismoniy (harakat)ini sifatlar va ularni rivojlantirish
90. Chaqqonlik va uni tarbiyalash metodikasi
91. Chidamlilikni rivojlantirish metodikasi
92. Tezkorlik sifati va uni rivojlantirish metodikasi
93. Egiluvchanlik va uni rivojlantirish metodikasi
94. Kuch va uni rivojlantirish metodikasi
95. Jismoniy tarbiya ta'lili, uning vazifalari va xususiyatlari
96. Harakatlarni uddalay olish qobiliyati va harakat malakasi
97. Harakatni bajarishning oliy maqomi
98. Ta'limning jarayonining tuzilishi
99. Harakat faoliyatini tanishtirish etapi va uning mazmuni
100. Harakat faoliyatini o'zlashtirish etapi va uning mazmuni
101. Harakat faoliyatini takomillashtirish etapi va uning mazmuni
102. Ta'limning uslubiy tamoyillari

103. Ta'lim jarayonida onglilik va faollilik
104. Ta'lim jarayonida ko'rgazmalilik tamoyili
105. Kuchiga yaras'halilik va individuallashtirish uslubiy tamoyili
106. Muntazamlilik uslubiy tamoyilida
107. Takroriylik va variatsiyalash (shaklini o'zgartirib qo'llash tamoyili).
108. Talablarni asta-sekinlik bilan oshirish (progressivlashtirish) tamoyili
109. Uslubiy tamoyillarning o'zaro aloqasi
110. Jismoniy tarbiya ta'limining metodikalari
111. So'zdan foydalanish metodikasi
112. Harakatni ko'rsatish orqali his qildirish metodikalari
113. Amaliy metodikalar
114. Maktabgacha yoshdagi bolalar jismoniy tarbiyasi
115. Maktabgacha yoshdagilarning jismoniy (harakat) sifatlarini tarbiyalash
116. O'qitish va tarbiyaning asosiy uslubiyatlari
117. Maktabgacha yoshdagilarning jismoniy tarbiya vositalari
118. Maktabgacha yoshdagilar jismoniy tarbiyasining shakllari
119. Umumiy ta'lim maktabi o'quvchilarining jismoniy tarbiyasi
120. O'quvchi jismoniy tarbiyasining asosiy shakllari va mashg'ulot formalari
121. O'rta maxsus hunar kasb liseylari umumta'lim maktablarining o'quvchi yoshlarini harakatga o'rgatish va mashg'ulotlarda jismoniy sifatlarni rivojlantirish, ta'lim jarayonlarining tamoyillari
122. O'quvchilar jismoniy tarbiyasining o'quv ishlari shakli
123. Jismoniy tarbiya darsining vazifalari va unga qo'yilgan talablar
124. Jismoniy tarbiya darsini tashkillash va o'tkazishning usuliy asoslari
125. Jismoniy tarbiya darsining mazmuni
126. Jismoniy tarbiya darsining tuzilishi.

### **Gimnastika va uni o'qitish metodikasi**

127. Gimnastikaning rivojlanish tarixi.
128. Gimnastikaning vujudga kelishi.
129. Qadimgi davrlarda gimnastika.
130. Yangi davr gimnastikasi.
131. Milliy gimnastika tizimini yaratilishi.
132. XX asrning birinchi yarmida gimnastikaning ravnaq topishi.
133. O'zbekistonda gimnastikaning taraqqiyoti va o'ziga xos xususiyatlari.
134. Gimnastikaning jismoniy tarbiya tizimidagi o'rni.
135. O'zbekiston jismoniy tarbiya tizimida gimnastikaning o'rni va ahamiyati.
136. O'quv muassasalari o'quvchi-yoshlar uchun gimnastikaning vazifasi, vositalari va uslubiy ahamiyati.
137. Gimnastika atamalari.

138. Gimnastik atamalarining ahamiyati.
139. Atamalarining qo'llanilishi tartibi va gimnastik mashqlarning yozilish shakli va tartibi.
140. Umumrivojlantiruvchi va erkin mashqlarga oid atamalar.
141. Gimnastik jihozlarda bajariladigan mashqlarning atamaları.
142. Akrobatik mashqlarning atamaları.
143. Badiiy gimnastika mashqlarining atamaları.
144. Gimnastika turlari.
145. Gimnastikaning sog'lomlashtiruvchi turi.
146. Gimnastikaning sport turlari.
147. Gimnastikaning amaliy turlari.
148. Ishlab chiqarish gimnastikasi.
149. Gimnastika mashg'ulotlarning uslubiy xususiyatlari.
150. Gimnastika mashg'ulot joylari va ularni jihozlanishi.
151. Gimnastika zallarini jihozlanishi.
152. Gimnastika jihozlari.
153. Gimnastika jihozlarining to'planmasi, jihozlar.
154. Gimnastik maydonchasi.
155. Gimnastika zallari va jihozlardan foydalanish qoidalari.
156. Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanishning oldini olish.
157. Gimnastika mashg'ulotini asosiy qoidalari va tashkil qilinishi.
158. Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanish sabablari.
159. Gimnastika mashg'ulotlarida shikastlanmaslik va uni oldini olish chora tadbirlari.
160. Gimnastika mashg'ulotlarida muxofaza qilish va yordam ko'rsatish.
161. Gimnastika bilan shug'ullanuvchilarni muxofaza qilish hamda yordam ko'rsatishga o'rgatish usullari.
162. Gimnastika mashg'ulotlarida vrach nazorati va o'z-o'zini nazorat qilish.
163. Maktabda gimnastika mashg'ulotlarning mazmuni va uni tashkillashtirish.
164. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar gimnastika mashg'ulotlarning vazifalari va vositalari.
165. O'rta maktab yoshidagi o'quvchilar gimnastika mashg'ulotlarini o'tkazish usublari.
166. Katta maktab yoshidagi o'quvchilar gimnastika mashg'ulotlarining vazifalari va vositalari.
167. Gimnastika darsini tuzilishi va uni o'tkazishga oid umumiy va uslubiy ko'rsatmalar.
168. Gimnastik mashqlarni o'rgatish metodikasi.
169. Gimnastik mashqlarni maqsad va vazifalar.

170. Gimnastik mashqlarni o'rgatish bosqichlari.
171. Gimnastik mashqlarni o'rgatish jarayonida didaktik printsiplarni qo'llanilishi.
172. Gimnastikani o'qitish metodikasiga xarakteristika.
173. Gimnastik mashqlarni o'rgatishda xatolarni to'g'rilash.
174. Gimnastik mashqlarni o'rgatishning turli bosqichlarida straxovka qilish, jismoniy yordam ko'rsatishning ahamiyati.
175. Gimnastika mashg'ulotlarini rejalashtirish va qayd etish.
176. Gimnastikada o'quv ishini rejalashtirishning ahamiyati va vazifalari.
177. Gimnastika mashg'ulotlarini rejalashtirish tasnifi.
178. Gimnastika mashg'ulotlari ish rejasini, dasturini, reja matnini tuzish.
179. Gimnastika musobaqalarning ahamiyati.
180. Gimnastika musobaqalarning turlari.
181. Gimnastika musobaqalar dasturi.
182. Gimnastika musobaqalar nizomi.
183. Gimnastika musobaqalariga tayyorgarlik ko'rish va uni o'tkazish.
184. Gimnastika ommaviy musobaqalarni o'tkazish.
185. Gimnastikada hakamlilik qilish.
186. Gimnastika chiqishlari.
187. Musiqa jo'rligida gimnastika.
188. Gimnastik chiqishlarni uyushtirish va tayyorlash usuli.
189. Talaba qizlar bilan gimnastika mashg'ulotlarini o'tish.
190. Gimnastikachi xotin-qizlar organizmining o'ziga xosligi.
191. Gimnastik mashg'ulotlar usuli.
192. O'rta, katta va keksa yoshdagilar bilan gimnastika mashg'ulotlari o'tkazish.
193. Yosh xususiyatlari, mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish usuli.
194. Badiiy gimnastika sport turi sifatida.
195. Badiiy gimnastika tushunchasi, Jarohatlanishning oldini olishda yangi badiiy gimnastika mashqlarini o'rgatish usuliyoti.
196. Badiiy gimnastika mashg'ulotlarning metodik xususiyatlari.
197. Badiiy gimnastikaning o'ziga xos xususiyatlari.
198. Sog'lomlashtirish guruhlarida badiiy gimnastika mashg'ulotini tashkil qilish.
199. Maktabgacha yoshdagilar bilan badiiy gimnastikani tashkil etish.
200. Ta'lim muassasalarida badiiy gimnastika mashg'ulotlarini tashkil etish.

### **Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi**

201. Yengil atletikaning maqsadi va vazifalari.
202. Yengil atletika turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi.
203. O'zbekistonda yengil atletikani rivojlanishi.
204. O'zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida yengil atletikaning o'rni.
205. Yengil atletika sport turining texnikasi.

206. Yengil atletika bo'yicha musobaqalar o'tkazishda hakamlik qilish.
207. Bo'lajak mutaxasislarni yengil atletika mashg'ulotini tashkil qilish.
208. Yengil atletika mashqlarini bolalarning yoshiga mos holda tanlash.
209. Yengil atletika turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish usullari.
210. Yengil atletika musoboqalari "Nizom"larini tuzish.
211. Xalqaro havaskorlar yengil atletika federatsiyasi (IAAF) qoidalari.
212. Yengil atletika bo'limlari va ularning turkumlanishi.
213. Yengil atletika turlari texnikasini o'rgatish.
214. Yengil atletika mashg'ulotlarida umumiy rivojlantiruvchi va maxsus mashqlar.
215. Yengil atletika bilan shug'ullantirish va uni o'rgatish asoslari.
216. Yengil atletika mashg'ulotlarida qo'llaniladigan metodlarni o'rgatish.
217. Yengil atletika mashg'ulotini o'rgatishda so'z metodi, ko'rsatish metodi,
218. Maktabgacha ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari.
219. Umumiy o'rta ta'lim maktablari yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari.
220. Akademik litsey va kasb-hunar kollejlari yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari.
221. Ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish.
222. Yengil atletika mashqlarini bo'laklab o'rgatish metodlari.
223. Yengil atletika mashqlarini yaxlit o'rgatish metodi.
224. Oliy ta'lim muassasalarida yengil atletika mashg'ulotlarini tashkil qilish va o'tkazish usullari, shakllari.
225. Sportcha yurish texnikasini o'rgatish metodikasi
226. Yugurish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi
227. Qisqa masofaga yugurish texnikasi.
228. O'rta masofaga yugurish texnikasi.
229. Uzoq masofaga yugurish texnikasi.
230. O'ta uzoq masofaga yugurish texnikasi.
231. Marafon yugurish.
232. To'siqlar osha yugurish.
233. Sakrash turlari texnikasini o'rgatish metodikasi
234. Balandlikka xatlab o'tish texnikasi.
235. Balandlika to'lqin usulida o'tish texnikasi.
236. Yugurib kelib uzunlika sakrash texnikasi.
237. Yugurib kelib uch xatlab sakrash texnikasi.
238. Turgan joydan uzunlika sakrashyu
239. Langarcho'p bilan sakrash.

- 240.Uloqtirish turlari texnikasini o'rgatish metodikasi.
- 241.Yadro itqitish texnikasi.
- 243.Disk uloqtirish texnikasi.
- 244.Nayza uloqtirish texnikasi.
- 245.Granata uloqtirish texnikasi.
- 246.Bosqon uloqtirish texnikasi.
- 247.Xalqaro rasmiy musobaqa (olimpiada o'yinlari, jahon chempionati, Yevropa, Osiyo, jahon kubogi, kontinental hududiy jamoa chempionat) lar.
- 248.Yengil atletika bo'yicha o'quv ishlarini tashkil qilish, rejalashtirish.
- 249.Yengil atletika mashg'ulotlarining tashkil qilish va o'tkazish.
- 250.Yengil atletika bo'yicha darsdan tashqari mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish.
- 251.Yengil atletika sport inshootlari, jihozlari va ularni ishlatish.
- 252.Uzunlikka va uchxatlab sakrash sektorlari va o'lchamlari.
- 253.Balandlikka va langarcho'pda tayanib sakrash sektorlari va o'lchamlari
- 254.Yadro va bosqon uloqtirish sektorlari va ulchamlari.
- 255.Nayza uloqtirish sektori va o'lchamlari.
- 256.Yengil atletika turlarining klassifikatsiyasi.
- 257.Xozirgi davr olimpiada o'yinlarida yengil atletika.
- 258.Yengil atletika mashg'ulotlarini rejalashtirish.
- 259.Ayollar o'rtasida yengil atletika ko'p kurashi musoboqalari.
- 260.Erkaklar o'rtasida yengil atletika ko'p kurashi musoboqalari.

### **Sport va harakatli o'yinlarini o'qitish metodikasi**

- 261.Harakatli o'yinlarni maqsadi hamda vazifasi.
- 262.Harakatli o'yinlarni kelib chiqish tarixi rivojlanish bosqichlari. 263.Harakatli o'yinlarni pedagogik ahamiyati.
- 264.O'zbek xalq o'yinlari va uning ahamiyati.
- 265.Darsdan tashqari o'tkaziladigan harakatli o'yinlar.
- 266.O'qituvchining o'yinga rahbarlik qilishi va o'yin harakatlari meyorini belgilash.
- 267.Milliy o'yinlarning insonning jismoniy va ijtimoiy-iqtisodiy taraqqiyotidagi o'rni.
- 268.Xalq o'yinlarini tiklash va rivojlantirish.
- 269.Xalq o'yinlarini sport amaliyotida qo'llash imkoniyatlari.
- 270.O'zbek xalq o'yinlarining tasnifi (klassifikatsiyasi), tavsifi va ulardan foydalanish.
- 271.Harakatli o'yinlarning milliy qadriyatlarimizdagi o'rnini anglatish.
- 272.Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish
- 273.Harakatli o'yinlarni turkumlari.



274. Umumta'lim maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini va jinsini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik meyordagi harakatlarga taalluqli o'yinlar o'tkazish.
275. Harakatli o'yinlarni o'tkazish joylarini tanlash, tashkil qilish va shart-sharoitlarini tayyorlash.
276. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda o'yinga yordamchilar tayinlash.
277. Kichik maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar.
278. O'rta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar.
279. Katta maktab yoshidagi o'quvchilar bilan o'tkaziladigan harakatli o'yinlar.
280. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
281. O'qituvchining o'yinlarga rahbarlik qilish.
282. O'yinni boshlanishi, o'yinchilarni harakatini tashkil etish va ijodiy tashabbuskorligini rivojlantirish.
283. O'yinchilarni hulqini va o'yinni borishini kuzatish.
284. Harakatli o'yinlarga hakamlilik qilish.
285. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda yuklamani tartibga solish usullari, o'yinni davom etish vaqti, o'yinni tugashi, o'yin natijalarini aniqlash va yakunlash.
286. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.
287. Futbol maydoni o'lchamlari va jihozlari.
288. O'zbekistonda futbol o'yinini rivojlanishi.
289. O'zbekistonda futbol o'yinini rivojlanishi va Vazirlar Mahkamasining O'zbekistonda futbolni rivojlantirish to'g'risidagi qarori va uning ahamiyati.
290. Futbol o'yin texnikasining tasnifi.
291. Maydon o'yinchisining texnikasi.
292. Darvozabon o'yin texnikasi.
293. Maydonda to'psiz harakatlanish texnikasi.
294. To'pni boshqarish texnikasi.
295. Futbol o'yin taktikasining tasnifi.
296. Futbol o'yinida himoya taktikasi.
297. Futbol o'yinida hujum taktikasi.
298. Futbol o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari
299. Futbol o'yinida jamoaviy hujum taktikalari
300. Futbol o'yinida jamoaviy himoya taktikalari
301. Futbol o'yinida guruhli hujum taktikalari
302. Futbol o'yinida guruhli himoya taktikalari
303. Futbol o'yinida yakka holda hujum taktikalari
304. Futbol o'yinida yakka holda himoya taktikalari
305. Futbol o'yinida hujumga qarshi tez hujum taktikalari,
306. Futbol o'yinida o'yinchilarni joylarini almashtirish taktikasi.

- 307.Zamonaviy futbol tavsifi.
- 308.Futbol o‘yinida to‘pga oyoq bilan zarba berish.
- 309.Futbol o‘yinida to‘pga bosh bilan zarba berish.
- 310.Futbol o‘yinida to‘pni to‘xtatish.
- 311.Futbol o‘yinida aldash harakatlari (fintlar).
- 312.Futbol o‘yinida to‘pni olib qo‘yish.
- 313.Futbol o‘yinida to‘pni yon chiziqdan o‘yinga kiritish.
314. Futbol o‘yinida o‘yinchilarning hujumdagi hamkorligi.
- 315.Futbol o‘yinida taktik tizimlar evolyusiyasi.
- 316.Basketbol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.
- 317.Basketbol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari.
- 318.O‘zbekistonda basketbolning rivojlanishi tarixi.
- 319.Xalqaro basketbol ittifoqi FIBA ni tuzilishi va tashkil topishi.
- 320.Basketbol o‘yini bo‘yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionati.
- 321.Basketbol o‘yining Olimpiada o‘yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi.
- 322.Basketbol maydoni o‘lchamlari va jihozlari.
- 323.O‘zbekistonda basketbol o‘yinini rivojlanishi.
- 324.Mustaqillikdan so‘ng O‘zbekiston basketbolining jahon arenalarida tutgan o‘rni.
- 325.Basketbol o‘yin texnikasining tasnifi.
- 326.Basketbol o‘yinda harakatlanish texnikasi.
- 227.Basketbolda to‘pni boshqarish texnikasi.
- 328.Basketbol o‘yin taktikasining tasnifi.
- 329.Basketbol o‘yinida hujum taktikasi.
- 330.Basketbol o‘yinida himoya taktikasi.
- 331.Basketbol o‘yinida jamoa bo‘lib hujum qilish taktikalari.
- 332.Basketbol o‘yinida guruh bo‘lib hujum qilish taktikalari.
- 333.Basketbol o‘yinida yakka holda hujum qilish taktikalari
- 334.Basketbol o‘yinida jamoa bo‘lib himoya qilish taktikalari.
- 335.Basketbol o‘yinida guruh bo‘lib himoya qilish taktikalari.
- 336.Basketbol o‘yinida yakka holda himoya qilish taktikalari
- 337.Basketbol o‘yin kombinatsiyalari.
- 338.Basketbolda to‘psiz va to‘p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari.
- 339.Basketbolda to‘psiz harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari.
- 340.Basketbolda to‘p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari.
- 341.Voleybol o‘yining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.

342. Voleybol o'yinining rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi.
343. Xalqaro voleybol ittifoqi FIVB ni tuzilishi va tashkil topishi.
344. O'zbekistonda voleybolning rivojlanishi tarixi.
345. Voleybol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi.
346. Voleybol o'yinining Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi.
347. Voleybol o'yin texnikasining tasnifi.
348. Voleybol o'yinida holatlar, harakatlanish, dastlabki holatlar.
349. Voleybolchilarni o'yin vaqtida joylarini almashtirish.
350. Voleybol o'yinida to'pni har hil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yinga kiritish usullarini bajarilishi.
351. Voleybol o'yinida himoya texnikasi.
352. Voleybol o'yinida to'pni qabul qilish texnikasi.
353. Voleybol o'yinida to'siq qo'yish himoya texnikasi.
354. Voleybol o'yin taktikasining tasnifi.
355. Voleybol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari.
356. Voleybol o'yinida to'psiz harakat qilish taktikalari.
357. Voleybol o'yinida hujumdagi jamoaviy taktik harakatlar.
358. Voleybol o'yinida hujumdagi guruhli taktik harakatlar.
359. Voleybol o'yinida yakka tartibdagi taktik harakatlar.
360. Voleybol o'yinida himoyadagi jamoaviy taktik harakatlar.
361. Voleybol o'yinida himoyadagi guruhli taktik harakatlar.
362. Voleybol o'yinida himoyadagi yakka tartibdagi taktik harakatlar.
363. Voleybolga o'rgatish jarayoni va mashg'ulotlar.
364. Voleybol bilan shug'ullanuvchilarni o'rgatish uslublari.
365. Voleybol bo'yicha BO'SMga bolalarni tanlov asosida qabul qilish uslubiyati.
366. Voleybol maydoni o'lchamlari va jihozlari.
367. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.
368. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, o'tkazilgan uchrashuvlar.
369. Qo'l to'pi o'yinining Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi.
370. Qo'l to'pi federatsiyasi FIGA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati.
371. Qo'l to'pi bo'yicha musobaqalarning o'tkazish.
372. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha Jahon chempionatlari.
373. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha Yevropa chempionatlarini.
374. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinini rivojlanishi.
375. Qo'l to'pi maydoni o'lchamlari.
376. Qo'l to'pi o'yini jihozlari.
377. O'zbekiston qo'l to'pi o'yinining jahon arenasida tutgan o'rni.

- 378.Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi.
- 379.Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi.
- 380.Qo'l to'pi o'yinida maydon o'yinchisining texnikasi.
- 381.Qo'l to'pi o'yinida harakatlanish texnikasi
- 382.Qo'l to'pi o'yinida to'pni boshqarish texnikasi.
- 383.Qo'l to'pi o'yinida darvozabon o'yin texnikasi.
- 384.Qo'l to'pi o'yin taktikasining tasnifi.
- 385.Qo'l to'pi o'yinida hujum taktikasi.
- 386.Qo'l to'pi o'yinida himoya taktikasi.
- 387.Qo'l to'pi o'yinida yakka holda hujum qilish taktikasi.
- 388.Qo'l to'pi o'yinida yakka holda himoya qilish taktikasi.
- 389.Qo'l to'pi o'yinida guruhli hujum qilish taktikasi.
- 390.Qo'l to'pi o'yinida guruhli himoya qilish taktikasi.
- 391.Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy hujum qilish taktikasi.
- 392.Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy himoya qilish taktikasi.
- 393.Qo'l to'pi o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari.
- 394.Qo'l to'pi o'yinida o'yinchilarni joylarini almashtirish.
- 395.Qo'l to'pi o'yinida to'psiz harakat qilish taktikalari.
- 396.Umumiy o'rta ta'lim maktablarida qo'l to'pining tutgan o'rni.
- 397.Umumiy ta'lim maktablarida kun tartibida qo'l to'pi mashg'ulotlari.
- 398.Jismoniy tarbiya tizimida qo'l to'pi.
- 399.Bolalar va o'smirlar sport maktablari qo'l to'pi tugaraklari.
- 400.Qo'l to'pi musoboqasi "Nizomi".

## **FOYDALANISH UCHUN TAVSIYA ETILADIGAN ADABIYOTLAR RO‘YXATI**

### **Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi**

1. Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat va sport tarixi. O‘quv qo‘llanma Toshkent 1993 y.
2. Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish. O‘quv qo‘llanma Toshkent Abu Ali Ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti 2002 yil.
3. Юнусова Ю.М. Теория и методика физической культуры. Учебное пособия Ташкент UzGosIFK 2007 г.
4. Salomov R.S. Sport mashg‘ulotning nazariy asoslari – Toshkent., O‘quv qo‘llanma O‘zDJTI, 2005 yil - 238 b.
5. Mahkamdjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi Toshkent., darslik “Iqtisod -moliya” 2008 yil - 300 b.
6. Матвеев Л.Р. Теория и методика физического воспитание – Учебник Москва «Физкультура и спорт» – 2005 г.
7. David C. Watt Sports management and administration © 1998 David C. Watt

### **Qo‘shimcha adabiyotlar**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.
2. SH.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
3. SH.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Botirov X.A. Jismoniy tarbiya va sport tarixi. T. “O‘qituvchi” 1993 y.
6. Xo‘jaev F. O‘zbekistonda jismoniy tarbiya. 1997 y.
7. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy qobiliyatlarini rivojlantirish. o‘quv qo‘llanma, Toshkent., O‘z DJTI, 2005 y - 171 b.
8. Maxkamdjonov K, Tulenova X.B. Maktabgacha ta’lim muassasalari uchun umumiy va kengaytirilgan “Jismoniy tarbiya” dasturi. Ilm-ziyo Toshkent., 2006 y
9. Xoldorov T., Tulenova X.B. Jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, sport, turizm, xalq milliy o‘yinlarining nazariy va amaliy asoslari. TDTU bosmaxonasi, 2007 y.
10. Tulenova X.B. Malinina N.N., Umumrivojlantiruvchi mashqlarni o‘rgatish metodikasi, o‘quv qo‘llanma TDPU, 2005 y.
11. Abdullayev A., Xonkeldiyev SH. Jismoniy tarbiya nazariyasi va bslubiyoti. o‘quv qo‘llanma Toshkent., O‘zDJTI, 2005 yil - 300 b.

## **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
4. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
5. [www.bilim.uz](http://www.bilim.uz)
6. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi Asosiy adabiyotlar**

1. Morgunova I.I. Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi. O‘quv qo‘llanma – Tashkent, Ilm-ziyo - 2011 y
2. Сушко Г.К. Гимнастика и методика её преподавания. Учебное пособие Т.: ILM-ZIYO.-2012 г
3. P.Edwards M.A. Gymnastics, London, The Royal Navy, 1999.

## **Qo‘shimcha adabiyotlar**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash – yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016y.
4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Yefimenko A.I., Yo‘ldashev Q.Q., Umarov M.N. Gimnastika darsining samaraligini oshirish usullari. Tashkent, 1995 g
6. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemseva L.A. Umumrivojlantiruvchi mashqlarni (URM) o‘rgatish metodikasi. Tashkent, 2005 y.
7. Joseph P. Kennedy. Rhythmic gymnastics. Rhythmic Gymnastics Quick Start Guide- August 2008.

## **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
4. [www.lex.uz](http://www.lex.uz)
5. [www.bilim.uz](http://www.bilim.uz)
6. [www.gov.uz](http://www.gov.uz)

## **Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi**

### **Asosiy darslik va o'quv qo'llanmalar**

1. Normurodov A.H. Yengil atletika. Toshkent: 2002 yil.
2. Niyozov I. Yengil atletika. O'zDav JTI, 2005 yil.
3. Yunusova Y.M Osnovi metodiki fizicheskoy kulturi. Tashkent 2005g.

### **Qo'shimcha adabiyotlar**

1. Inozemseva L.A. Legkaya atletika i metodika prepodavaniya. Toshkent 2001 g.
2. Sinyakina.O.F.Trenirovka v bege na 400 metrov s baryerami Metodicheskoye ukazaniye. Toshkent: 2005 yil.
3. Tulenova X.B., Malinina N.N., Inozemseva L.A. Umumrivojlantiruvchi mashqlarni URM o'rgatish metodikasi. Toshkent: 2005 yil.

### **Elektron ta'lim resurslari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
3. [www.ziyonet.uz](http://www.ziyonet.uz)
4. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
5. [tdpu.INTRANET.uz](http://tdpu.INTRANET.uz)

## **Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi**

### **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.: Podvijnnye igrы: 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" Uchebник. T, UzGosIFK 2006 g.
10. Rasulov O.T. "Basketbol o'yinning rasmiy qoidalari" Metodik qo'llanma. Toshkent 1993 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**

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent “O‘zbekiston” – 2017 y.

2. Sh.Mirziyoyev Erkin va farovon demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. “O‘zbekiston” NMIU, 2016 y.

3. Sh.Mirziyoyev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. “O‘zbekiston” NMIU, 2016y.

4. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo‘nalishi bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.

5. Raximqulov K.D. Harakatli o‘yinlar (ma’ruzalar matni) 2001y.

6. Xo’jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o‘yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.

7. Normurodov A.N. O‘zbek milliy o‘yinlari T.: - 1999 y.

8. Rahimqulov K.D., Usmonxo‘jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o‘smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o‘yinlar. 2001y.

9. Usmonxo‘jayev T.S., Xo‘jayev F. “1001” o‘yin. T.: 1990 y.

10. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo‘ljallangan mashqlar va harakatli o‘yinlar» 2001 y.

11. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. “Harakatli o‘yinlar va uni o‘qitish metodikasi” Cho‘lpon nashriyoti T.: 2010 y.

12. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.

13. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.

14. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.

15. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

### **Internet saytlari**

1. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)

2. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)

3. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)

4. [www.nadlib.uz](http://www.nadlib.uz) (A.Navoiy nomidagi O‘z.MK)

5. <http://ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta’lim resurslari portali