

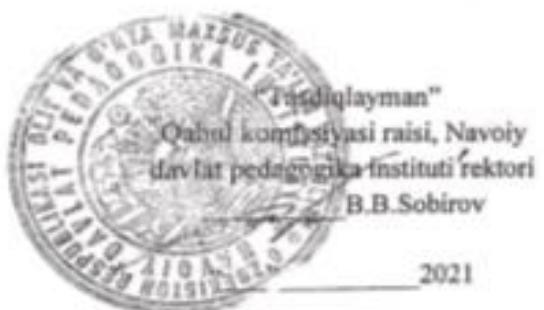
**O'ZBEKISTON RESPULIKASI OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM
VAZIRLIGI**

NAVOIY DAVLAT PEDAGOGIKA INSTITUTI



"Kelishildi"
O'zbekiston Respublikasi
Olly va o'rta maxsus ta'lism vazirligi

2021



2021

**SA112001 – JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG'ULOTLARI
NAZARIYASI VA METODIKASI MUTAXASSISLIGI
MAGISTRATURASI BO'YICHA BILIM DARJASINI BELGILOVCHI
MAXSUS FANLARDAN SINOV DASTURI VA BAHOLASH MEZONI**

NAVOIY-2021

Dastur 5A112001 – jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazariyasi va metodikasi magistratura mutaxassisligiga kiruvchilar uchun 511200- Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishlari uchun tasdiqlangan o‘quv rejasidagi asosiy fanlar asosida tuzilgan.

5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazariyasi va metodikasi magistratura mutaxassisligi kirish sinovlarini topshiruvchilarga mo‘ljallangan.

Tuzuvchilar:

Sh.S.Hojiyev	- “Jismoniy madaniyat” kafedrasi mudiri
M.A.Aslanova	-“Jismoniy madaniyati” kafedrasi p.f.n. dotsent
F.A.Zaripova	-“Jismoniy madaniyati” kafedrasi katta o‘qituvchisi, PhD
O.Q.Musayev	-“Jismoniy madaniyati” kafedrasi katta o‘qituvchisi, PhD
I.Q.Shamsiyeva	-“Jismoniy madaniyati” kafedrasi PhD, dotsent v.b.

Taqrizchilar:

L.N.Shaxriddinova	-Navoiy davlat pedagogika instituti Fakultetlararo jismoniy madaniyat kafedrasi falsafa fanlari doktori (PhD)
M.Turaqulov	- Navoiy davlat konchilik instituti Ijtimoiy kafedrasi katta o‘qituvchisi

Mazkur dastur Navoiy davlat pedagogika instituti “Jismoniy madaniyat” kafedrasi majlisida muhokama qilingan hamda tavsiya etilgan (2021 yil 10-sonli majlis bayoni)

KIRISH

Mazkur dastur 5A112001 – Jismoniy madaniyat va sport mashg‘ulotlari nazariyasi va metodikasi mutaxassisligi bo‘yicha magistraturaga kiruvchilarining jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fani haqidagi nazariy bilimlar, sport turlari bo‘yicha tushunchalar, jismoniy tarbiya–sog‘lom avlodni tarbiyalash omili, jismoniy tarbiya aqliy, axloqiy, mehnat va estetik tarbiya bilan bog‘iqligi, jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat muammolari jismoniy tarbiya va jismoniy madaniyat muammolari, o‘quv – sport ishlarini modulini tuzish, yangi sport asbob – uskuna va moddiy sport bazasini tashkil qilish, jismoniy madaniyat va sport *to‘g‘risida tasavvurga ega ekanligi*, umumiy ilmiy uslublar, ilmiy tadqiqotlarni amalga oshirish bo‘yicha layoqatlarini aniqlashga, magistraturaga kiruvchilarning bakalavriatura bosqichida jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanini o‘qitishning ilmiy-metodik muammolarini tadqiqot qilishda zarur bo‘ladigan ilmiy-bilish nazariyasi, fanni o‘rganish va anglash tamoyillari, uslublari o‘zlashtirganligini aniqlashga, shuningdek, magistraturaga kiruvchilarni falsafiy yondashuv asosida bilish haqidagi nazariyalar, umumiy ilmiy uslublar, fanni bilish yo‘llari, ilmiy tadqiqotlarni amalga oshirish uslublari va tamoyillari o‘zlashtirganlik va amalda qo‘llay olish malakalari darajasini aniqlashga mo‘ljallangan

Dasturning maqsadi 5A112001 – Jismoniy madaniyat va sport mashqlari nazariyasi va metodikasi magistratura mutaxassisligiga kiruvchi talabalar uchun Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi o‘quv rejasiga quyidagi fanlardan: “Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi”, “Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi”, “Yengil atletika va uni o‘qitish metodikasi”, “Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi”, “Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi”, «Suzish va uni o‘qitish metodikasi» kabi fanlar bo‘yicha ko‘nilma va malakalari darajasini aniqlash.

Dasturning vazifalari. Jismoniy madaniyat ta’lim yo‘nalishi o‘quv rejasiga quyidagi fanlarni qamrab olingan ma’lumotlar batafsil keltirilgan

Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fani bo‘yicha:

Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanining maqsadi hamda vazifalari. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishning nazariy asoslari. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarishda ishtirok etuvchi davlat idoralari. Boshqarishning jamoat tashkilotlari. Sport maktablari va markazlari faoliyatini tashkil qilish. Aholi turar joylarida jismoniy tarbiya va sport. Boshqarhning ijtimoiy-psixologik va pedagogik yo‘nalishlari. Xorijiy mamlakatlarda jismoniy tarbiya va sport ishlarini boshqarish. Jismoniy madaniyat tarixi fanining maqsadi hamda vazifalari. Qadimgi dunyo halqlarining jismoniy tarbiyasi. Qadimgi Yunoniston, Rim va Rusda

jismoniy tarbiya. O‘rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya. Buyuk gumanistlar ta`limoti. Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya. Xalq qo‘sishinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi. Qadimgi ajdodlarimiz davrida jismoniy tarbiya. Markaziy Osiyoda jismoniy tarbiyaning rivojlanishi. Xalqaro sport harakatining rivojlanishi va halqaro olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi. Milliy olimpiya qo‘mitasining tashkil topishi. O‘zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o‘yinlaridagi ishtiroki. O‘zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportning rivojlanishi. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari. O‘zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlanishining umumiyligi tavsifi. O‘zbekiston Respublikasi hukumatining jismoniy madaniyat va sport bo‘yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati. Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifalari va shakllari. Jismoniy tarbiya nazariyasi bo‘yicha olib borilayotgan tadqiqot uslublari. Jismoniy tarbiya vositalari. Jismoniy tarbiyaning didaktik tamoyillari. Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida qo‘llaniladigan jismoniy tarbiya metodlari. Harakatlarga o‘rgatish bosqichlarining tuzilish asoslari. O‘rgatish bosqichlarining asosiy yo‘nalishi va xususiyati. Harakat malakalarining tashkil etish qonuniyatları. Jismoniy sifatlarni (kuch, tezkorlik, chaqqonlik, egiluvchanlik, chidamlilik) tarbiyalash metodikasi. Jismoniy tarbiya darslarida pedagogik nazorat: pedagogik tahlil, xronometraj, pulsometriya o‘tkazish uslubiyoti. Sportning nazariy asoslari. Sport musobaqalari va sportchilarni tayyorlash tizimi. Sport trenirovkasining vositalari va metodlari. Sport trenirovkasining tamoyillari. Sportchining jismoniy texnik va taktik tayyorgarligi. Sportchilarni tayyorlashda yuklamaga umumiyligi tavsif. Sport bayramlarini tashkil qilish va o‘tkazish metodikasi. Aholining jismoniy tayyorgarligi va salomatlik darajasini belgilab beruvchi “Alpomish” va “Barchinoy” maxsus testlari. Ta`lim muassasalarida jismoniy tarbiya darslarini tashkil qilish va o‘tkazish usullari.

Gimnastika va uni o‘qitish metodikasi fani bo‘yicha:

Gimnastikaning rivojlanish tarixi. Gimnastika jismoniy tarbiya tizimida. Gimnastika atamalari. Umumrivojlantiruvchi va erkin mashqlarga oid atamalar. Gimnastika turlari. Mashg‘ulot joylari va ularni jihozlanishi. Gimnastika mashg‘ulotlarida shikastlanishning oldini olish. Maktabda mashg‘ulotlarning mazmuni va uni tashkillash. Gimnastik mashqlarni o‘rgatish metodikasi. Gimnastika mashg‘ulotlarini rejalshtirish va qayd etish. Musobaqalar. Gimnastika chiqishlari. Talaba qizlar bilan gimnastika mashg‘ulotlarini o‘tish. O‘rta, katta va keksa yoshdagilar bilan gimnastika mashg‘ulotlari o‘tkazish. Badiiy gimnastika tarixi. Badiiy gimnastika mashg‘ulotlarning metodik xususiyatlari. Ta’lim muassasalarida badiiy gimnastika mashg‘ulotlarini tashkil etish.

Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi fani bo‘yicha :

Sport va harakatli o‘yinlarni o‘qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari. Harakatli o‘yinlar tarixi va qisqacha tushuncha, turkumlari, rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati. Harakatli o‘yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o‘tkazish. Harakatli o‘yinlarni tashkil qilish va o‘tkazish metodikasi. Futbol o‘yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanish tarixi. Futbol o‘yin texnikasi va taktikasining tasnifi. Basketbol o‘yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanishi tarixi. Basketbol o‘yin texnikasi va taktikasining tasnifi. Voleybol o‘yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanishi tarixi. Voleybol o‘yin texnikasi va taktikasining tasnifi. Qo‘l to‘pi o‘yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanish tarixi. Qo‘l to‘pi o‘yin texnikasi va taktikasining tasnifi.

Yengil atletika va uni o‘qitish metodikasi

Yengil atletika va uni o‘qitish metodikasi fanining rivojlanishi, maqsadi hamda vazifalari. Yengil atletika va uning turlari rivojlanishining tarixiy tavsifi. O‘zbekistonning jismoniy tarbiya tizimida yengil atletikaning o‘rni. Yengil atletika bo‘limlari va ularning turkumlanishi. Yengil atletika turlari texnikasini o‘rgatish. Yengil atletika bilan shug‘ullantirishda umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarini bajarishni o‘rgatish. Yengil atletika bilan shug‘ullantirish va uni o‘rgatish asoslari. Yengil atletika mashg‘ulotlarida qo‘llaniladigan metodlarni o‘rgatish. Ta`lim muassasalarida yengil atletika mashg‘ulotlarini tashkil qilish va o‘tkazish. Sportcha yurish texnikasini o‘rgatish metodikasi. Yugurish turlari texnikasini o‘rgatish metodikasi. Sakrash turlari texnikasini o‘rgatish metodikasi. Uloqtirish turlari texnikasini o‘rgatish metodikasi. Ko‘p kurash turlari texnikasini o‘rgatish metodikasi. Yengil atletika bo‘yicha o‘quv ishlarini tashkil qilish, rejalahtirish va hisobini yuritish. Yengil atletika bo‘yicha sport inshootlari, jihozlari va ularni ishlatalish. Yengil atletika bo‘yicha musobaqalarni tashkil qilish va o‘tkazish, musobaqalardagi hujjatlar va hakamlik ishi.

Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi

Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi faniga kirish. Kurash turlari va uni o‘qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari. Kurash turlari va uniing rivojlanish tarixi. Milliy kurashning rivojlanishi tarixi. Belbog‘li kurashining rivojlanishi tarixi. Dzyudo kurashining rivojlanishi tarixi. Sambo kurashining rivojlanishi tarixi. Kurash turlarining qoidalari. Milliy kurashning qoidalari. Belbog‘li kurashning qoidalari. Dzyudo kurashning qoidalari. Sambo kurashining qoidalari. Kurash turlari texnikasi va taktikasi. Milliy kurashning texnikasi va

taktikasi. Belbog‘li kurashning texnikasi va taktikasi. Dzyudo kurashning texnikasi va taktikasi. Sambo kurashning texnikasi va taktikasi

«Suzish va uni o‘qitish metodikasi» fani bo‘yicha

Suzish va uni o‘qitish metodikasi fanining maqsadi, vazifalari, tarixi va rivojlanishi. Suzish sportining rivojlanish tarixi. O‘zbekiston Respublikasining jismoniy tarbiya tizimida suzishning o‘rni. Suzish texnikasining ilmiy asoslari. Suzish mashg‘ulotlarida mashq qilish va o‘rgatish asoslari. Suzishning usullarini o‘rgatish va o‘zlashtirish bo‘yicha tayyorlov mashqlari. Suzishning usullarini o‘rgatish. Suzish texnikasini takomillashtirish va o‘rgatishda maxsus sport mashqlari. Ko‘krakda kroll va chalqancha kroll, delfin, brass usulida suzish texnikasini o‘rgatish. Suzish mashg‘ulotlarida o‘rgatish metodlari. Suzishda startdan chiqish va burilishlarni o‘rgatish. Suvda cho‘kayotgan odamga birinchi yordam ko‘rsatish. Quruqlikda suzish mashqlarini o‘rgatish

Foydalanilgan adabiyotlar ro‘yxati

1. Mirziyoyev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oljanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017-yil
2. Mirziyoyev Sh.M. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash-yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017-yil
3. Mirziyoyev Sh.M. Tanqidiy tahlil, qat’iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik- har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo‘lishi kerak. Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017-yil
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. O‘zbekiston Respublikasi «Ta’lim to‘g‘risida»gi Qonuni-T.: 1997-yil 29-avgust
6. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1999-yil 27-maydag‘i “O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish chora tadbirlari to‘g‘risida” gi 271 sonli qarori.
7. O‘zbekiston Respublikasining “Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida”gi Qonuni (yangi tahriri). – Toshkent, 2015-yil 4-sentabr.
8. Mirziyoyev Sh.M. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. – T.: O‘zbekiston, 2016. –56 b.
9. O‘zbekiston Respublikasi «Bolalar sportini rivojlantirish» (2002 yil, 24 oktyabr). Ma’rifat gazetasi, 2002-yil.
10. Abdumalikov R. Eshnazarov J. Jismoniy madaniyat va sport tarixi. O‘quv qo‘llanma Toshkent 1993 y.
11. Yarashev K.D. Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish. O‘quv qo‘llanma

- Toshkent. Abu Ali Ibn Sino nomidagi tibbiyot nashriyoti 2002 yil.
12. Yunusova Y.U.M. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi. Uchebnoye posobiye. Tashkent UzGosIFK 2007 g.
13. Salomov R.S. Sport mashg'ulotining nazariy asoslari – T.:, O'quv qo'llanma O'zDJTI, 2005 yil - 238 b.
14. Mahkamjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi T.:, Darslik "Iqtisod -moliya" 2008 yil - 300 b.
15. Azizov N.X. Belbog'li turkiston kurashi. O'quv qo'llanma - Toshkent: O'qituvchi, 1998 yil.
16. Xodjayev P., Achilov T.S. Kurash va yakka kurash. O'quv qo'llanma Toshkent "Davr" 2013 yil.
17. Achilov T.S. Milliy kurash turlari va uni o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma. Toshkent "Abu matbuot-konsalt" 2014 yil.
18. Usmonxo'jauev T.S. "Harakatli o'yinlar" O'quv qo'llanma. T.: O'qituvchi 1992 y.
19. Maxkamjanov K.M., Nurmatov F.A, Inozemseva L.A, Rustamov L "Sport bayramlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi" Darslik T.: 2008 y.
20. Xo'jayev 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.
21. Azizova R.I. "Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi" O'quv qo'llanma T.: 2010
22. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari" O'quv qo'llanma T.:
23. Nurimov R.I. "Futbol" darslik T, O'zDJTI 2005 y.
24. Ayropetyans L.R. "Voleybol" Uchebnik. T, UzGosIFK 2006 g.
25. Rasulov O.T. "Basketbol o'yinning rasmiy qoidalari" Metodik qo'llanma. Toshkent 1993 y.
26. Pavlov SH., Abduraxmanov F., Akromov J. "Gandbol" Darslik. T, O'zDJTI 2005 y.
27. Nigmanov B.B, Xo'jayev F, Raximqulov K.D "Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi" o'quv qo'llanma Ilm-Ziyo nashriyoti Toshkent 2011 y.
28. Yunusova Yu.M. Teoriya i metodika fizicheskoy kulturi. Tashkent 2007g.
29. Morgunova I.I. Gimnastika va uni o'qitish metodikasi. O'quv qo'llanma – Tashkent. Ilm-ziyo - 2011 y
30. Sushko G.K. Gimnastika i metodika ego prepodavaniya. Uchebnoye posobiye T.: ILM-ZIYO.-2012 g
31. P.Edwards M.A. Gymnastics, London, The Royal Navy, 1999.
32. Egorov A.V., Nurmatov F.A. Suzish va uni o'qitish metodikasi (ma'ruza matnlari) 2002 yil.

33. Krasnova G.M., Zavadovskaya E.N. Amaliy suzish O‘zDJTI 2010 y.
34. Korbut V.M., Isroilova R.G., Matnazarov X.Yu. Suzish. T.2011y
35. Salimgareyeva R.R. Ko‘p yillik tayyorgarlik tizimida suzuvchilarni saralash va yo‘naltirish, o‘quv-uslubiy qo‘llanma, O‘zDJTI-2015 y
36. Salimgareyeva R.R. Suzuvchilarning tezkorlik sifatini rivojlantirish, o‘quv-uslubiy qo‘llanma, O‘zDJTI-2015 y
37. A.I. Geyger, M.I. Po‘latxo‘djayeva. Suzish nazariyasи va uslubiyoti. 2015 y

**5A112001 – JISMONIY TARBIYA VA SPORT MASHG‘ULOTLARI
NAZARIYASI VA METODIKASI MAGISTRATURA
MUTAXASSISLIGIGA KIRUVCHILAR UCHUN MAXSUS FANLARDAN
BAHOLASH MEZONI**

5A112001 – Jismoniy tarbiya va sport mashg‘ulotlari nazariyasи va metodikasi magistratura mutaxassisligi bo‘yicha kirish sinovlari yozma usulda o‘tkaziladi. 4 savolga javob yozish uchun jami 3 soat (180 daqiqa) beriladi.

Sinov yozma ravishda o‘tkaziladi va magistraturaga kiruvchining tanlangan mutaxassislik bo‘yicha nazariy bilimi aniqlanadi. Har bir yozma ish varianti 4 savoldan tashkil topib, har bir to‘g‘ri javob 25 ballgacha baholanadi jami 100 ballni tashkil qiladi

Javoblarida fanning mavzulari va savollari bo‘yicha ijodiy fikrlash mavjud bo‘lsa, mamlakatimizda modernizatsiyalash jarayonlarini jadallashtirish, demokratik islohatlarni yanada chuqurlashtirish va fuqarolik jamiyatini rivojlantirish konsepsiyasidan kelib chiqqan vazifalarini bajarish yo‘llari o‘z aksini topgan bo‘lsa, quyilgan muammoni yechish bo‘yicha tavsiyalar bergan bo‘lsa, savol bo‘yicha javobda mustaqil mushohada yuritilgan bo‘lsa, tavsiyalarni amaliyotga qo‘llash tartiblari ko‘rsatilgan bo‘lsa, savol yuzasida aniq faktlarga asoslangan javob keltirilsa, o‘zlashtirish ko‘rsatkichi **21,5-25** ballni tashkil etadi.

O‘z javobida qo‘yilgan savol bo‘yicha mustaqil fikr va mushohada yuritgan bo‘lsa, savolning mohiyatini javobda deyarli to‘liq ochib bergan bo‘lsa, qo‘yilgan muammoni yechish bo‘yicha o‘z tavsiyalarini bergan bo‘lsa, savolni javobini yoritishda ba’zi juziy kamchilkilarda yo‘l quysa, o‘zlashtirish ko‘rsatkichi **17,8-21,4** ballni tashkil etadi.

Berilgan savolga, asosan qisman to‘g‘ri javob yozilsa, biroq qo‘yilgan savolning mohiyati, mazmuni, natijaviyligini yoritishda kamchilkilar bo‘lsa, asosiy tushunchalarga bergan izohi kam bo‘lsada, mavjud bo‘lsa va fikr-mushohada bayonida tarqoqlik kuzatilsa, o‘zlashtirish ko‘rsatkichi **13,8-17,7** ballni tashkil etadi.

Javobida qo‘yilgan savol mazmuni qisman va ba’zi holllarda umuman yoritilmagan bo‘lsa, izohlar mavjud bo‘lmasa, ya’ni talaba javobida qo‘yilgan

savollar bo‘yicha qisman va ba’zi hollarda umuman tasavvurga ega emasligi aniq bo‘lsa, o‘zlashtirish ko‘rsatkichi **0-13,7** ballni tashkil etadi.

***IZOH:** Ushbu mezon 1 ta savolga berilgan javobga qo‘yilgan ball bo‘lib, talabgor 4 ta savolga ham ushbu mezon asosida javob berishi kerak bo‘ladi. Shunda yozma ish buyicha umumiy 100 ballni to‘plash imkoniyatiga ega bo‘ladi.*

Apellyatsiya tartibi

Abituriyentlar ijodiy imtihon natijalari bo‘yicha institut qabul komissiyasining apellyatsiyalar bilan ishlash hay’atiga imtihon natijalari e’lon qilingandan so‘ng 24 soat davomida murojaat qilishlari mumkin. Murojaat mazmuni faqat o‘zlarining to‘plagan ballari yuzasidan bo‘lsa qabul qilinadi. Apellyatsiya komissiyasi a‘zolari institut rektori buyrug‘i bilan tasdiqlanadi.

