

**KURBANOV DJURABEK ISMATOVICH  
DAVRONOV NURZOD ISMOILOVICH  
AKRAMOVA GULHAYO MEHRIDDIN QIZI**

**JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA  
METODIKASI**

**5112000-Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi  
talabalari uchun  
(o'quv uslubiy qo'llanma)**

**O'QUV USLUBIY QO'LLANMA**

**UDK 796(075) K 86**

**BBK 75.8ya7 K 86**

Kurbanov Djurabek Ismatovich Jismoniy tarbiya va sport tarixi  
[Matn] : o'quv qo'llanma / Dj.I.Kurbanov.- Buxoro: "BUXORO  
DETERMINANTI" Kamolot nashriyoti, 2022.-172 b.

*Ushbu o'quv qo'llanma 5112000- Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi talabalari uchun mo'ljallangan bo'lib, unda jismoniy madaniyat mashg'ulotlarida umumrivojlantiruvchi mashqlardan, umumiy va maxsus mashqlardan foydalanish, ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya jarayonini tizimli tashkil etish va sog'lom turmush madaniyatini targ'ib qilish va keng ommalashtirish kabi bilimlarini shakllanishini o'rganishga ko'maklashadi.*

**KBK 75.1ya7**

**Mas'ul muharrir:**

**Mamurov. B.B.** - pedagogika fanlari doktori (Dss), professor

**Taqrizchilar:**

**To'rayev. M.M.** - Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedراسи, dotsenti

**Sadullayev.B.B.** - Pedagogika fanlari bo'yicha falsafa dokrtori (PhD)

**ISBN: 978-9943-8093-9-4**

*Buxoro davlat universitetining 2022 yil 27 maydagi 10-sonli o'quv-metodik kengash yig'ilish bayonnomasiga asosan nashrga tavsiya etilgan.*

**KURBANOV DJURABEK ISMATOVICH  
DAVRONOV NURZOD ISMOILOVICH  
AKRAMOVA GULHAYO MEHRIDDIN QIZI**

**JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA METODIKASI**

**5112000-Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi talabalari uchun  
(o'quv uslubiy qo'llanma)**

<b>Muharrir:</b>	<b>B. Ma'murov</b>
<b>Tex.muharrir:</b>	<b>F. Raximov</b>
<b>Musahhih:</b>	<b>M.Shodiyeva</b>
<b>Badiiy rahbar:</b>	<b>M.Sattorov</b>

**Nashriyot litsenziyasi № 022853. 08.03.2022.**

**Original maketdan bosishga ruxsat etildi: 20.06.2022. Bichimi 60x84.**

**Kegli 16 shponli. "Times New Roman" garniture 1/16.**

**Ofset bosma usulida. Ofset bosma qog'ozi.**

**Bosma tabog'i 3,5. Adadi 20. Buyurtma №30,1.**



**"BUXORO DETERMINANTI" MCHJ bosmaxonasida chop etildi.**

**Buxoro shahar Namozgoh ko'chasi 24 uy**

**Tel.: + 998 98 778 47 27**

**ISBN: 978-9943-8093-9-4**



**9 789943 809394**



**Buxoro davlat universiteti  
o'quv-metodik kengash 10-sonli  
yig'ilishining bayonnomasidan**

**K O' C H I R M A**

**27.05.2022**

**Buxoro shahri**

**K U N T A R T I B I:**

**I. Turli masalalar.**

Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida o'qituvchilari J.I. Qurbonov, N.I. Davronov va G.M. Akramovalarning 5112000-Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishlari uchun "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" deb nomlangan uslubiy qo'llanma tavsiya etish.

**E S H I T I L D I:**

**M.Y. Farmanova (kengash kotibasi)** - Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida o'qituvchilari J.I. Qurbonov, N.I. Davronov va G.M. Akramovalarning 5112000-Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishlari uchun "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" deb nomlangan uslubiy qo'llanmani nashrga tavsiya etishni ma'lum qildi. Uslubiy qo'llanmaga: BuxMTI Jismoniy madaniyat kafedrasida mudiri p.f.b.f.d. (PhD) dotsent B.B. Sadulloyev va Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida dotsenti M.M. Turayevlar tomonidan ijobiy taqriz berilgani ta'kidlandi. Uslubiy qo'llanma muhokamasi haqidagi Jismoniy madaniyat fakulteti (2022-yil 28-may) va Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida (2022-yil 25-may) yig'ilish qarori bilan tanishtirdi.

Yuqoridagilarni inobatga olib o'quv-metodik kengash

**Q A R O R Q I L A D I:**

I. Jismoniy madaniyat nazariyasi va uslubiyoti kafedrasida o'qituvchilari J.I. Qurbonov, N.I. Davronov va G.M. Akramovalarning 5112000-Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishlari uchun "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" deb nomlangan uslubiy qo'llanma tavsiya etilsin.

O'quv-metodik kengash

O'quv-metodik kengash



**R.G'. Jumayev**

**M.Y. Farmanova**