

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI

BUXORO DAVLAT UNIVERSITETI



Tasdiqlayman
O'quv ishlari bo'yicha prorektor
Jumayev.R.G.

« 08 » 2023 y.

“SPORT TURLARINI O'RGATISH METODIKASI”
(Suzish)
FANI BO'YICHA
SILLABUS

Bilim sohasi: 1000000 – Xizmatlar
Ta'lim sohasi: 1010000 – Xizmat ko'rsatish
Ta'lim yo'nalishi: 60310900-Psixologiya sport

Buxoro – 2023

Modul/FAN SILLABUSI
Sport faoliyati va pedagogika fakulteti
60310900-Psixologiya sport
Ta'lim yo'nalishi

Fan nomi:	Sport turlarini o'rgatish metodikasi (Suzish)
Fan turi:	Majburiy
Fan kodi:	SpTO'MM 10015
Yil:	4-yil
Semester:	3-4-5
Ta'lim shakli:	Kunduzgi
Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar: III	120
Ma'ruza:	10
Amaliy mashg'ulotlar:	10
Laboratoriya mashg'ulotlari:	-
Seminar:	10
Mustaqil ta'lim:	90
Kredit miqdori:	4
Baholash shakli:	Imtihon
Fan tili:	O'zbek

Fan maqsadi (FM)

FM1	O'quv muassasalarida. Jismoniy tarbiya kollektivlarida. Jismoniy tarbiya sog'lomlashtirish guruhlarida suzishni o'qitish uchun zarur bo'lgan nazariy bilimlar va kasbiy pedagogik malakalar bilan ta'minlash.
-----	---

Fanni o'zlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar

1	Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish)
---	---

Ta'lim natijalari (TN)

	Bilimlar jihatidan:
TN1	Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish) va sport faoliyatining nazariy qoidalarini o'rganish, sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini tushunishi; nazariy bilimlarni bilishi, tushuntirib berishi; javoblarida nazariy tushunchalar keltirilishi: Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi
TN2	Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish) va sport faoliyatining nazariy qoidalarini o'rganish, sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini tushunishi; nazariy bilimlarni bilishi, tushuntirib berishi; javoblarida nazariy tushunchalar keltirilishi: Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi

Fan mazmuni	
Ma'ruza mashg'ulotlar mavzulari (M)	
III-semestr	
M1	Suzish rivojlanish tarixi
M2	Suzish texnikasi asoslari
M3	Suzishni o'rgatish uslubi
M4	Amaliy suzish
M5	Har xil yoshdagilar bilan suzish mashg'ulotlarini tashkillashtirish

Fan mazmuni	
Seminar mashg'ulotlar mavzulari (S)	
III-semestr	
S1	Chalqancha krol va brass suzish usullarida qo'l va oyoq harakat texnikasini nafasga moslashtirib takomillashtirish.
S2	Start, burilish va chalqancha krol usulida suzish texnikasini baholash.
S3	Start, burilish va brass usulida suzish texnikasini baholash.
S4	Yonboshlab suzish texnikasini baholash.
S5	Ko'krakda krol, chalqancha krol, brass, chalqancha brass, usullarida suzish texnikasini baholash (400 metr erkaklar, 200 metr ayollar)

Fan mazmuni	
Amaliy mashg'ulotlar mavzulari (A)	
III-semestr	
A 1	Ko'krakda krol va Chalqancha krol usulida suzish texnikasi.
A 2	Brass va Butterfly usulida suzish texnikasi.
A3	Sportcha suzishda start va burilish texnikasini o'rgatish
A4	Suzish mashg'ulotlarida uchraydigan baxtsiz xodisalar va ularni oldini olish.
A5	Suzish sportida musobaqalarni tashkil qilish.

Mustaqil ta'lim (MT)	
MT1	Suzuvchilar uchun quruqlikda qo'llaniladigan umumrivojlantiruvchi va maxsus mashqlar bilan tanishtirish. Suv muxiti bilan tanishtiruvchi mashqlar.
MT2	Chalqancha krol usulida nafasni ushlab va bermalol olgan holda oyoqlar harakati texnikasi o'rgatish.
MT3	Brass usulida nafasni ushlab va bermalol olgan holda oyoqlar harakati texnikasini o'rgatish.
MT4	Chalqancha krol usulida nafasni oyoq harakati texnikasiga moslashtirib o'rgatish.
MT5	Brass usulida nafasni oyoq harakati suzish texnikasiga moslashtirib

	o'rgatish.
MT6	Chalqancha krol suzish usulida qo'l, oyoq harakati texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish.
MT7	Brass usulida qo'l, oyoq harakati suzish texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish.
MT8	Sportcha suzishda start va burilish texnikasini o'rgatish
MT9	Chalqancha krol va brass suzish usullarida qo'l va oyoq harakat texnikasini nafasga takomillashtirib o'rgatish.
MT10	Brass suzish usulida qo'l va oyoq harakat texnikasini nafasga moslashtirib takomillashtirish.
MT11	Brass usulida suzish texnikasini takomillashtirish.
MT12	Uzunlikka sho'ng'ish usullarini o'rgatish
MT13	Ko'krakda kroll suzish usulida nafasni ushlab, bermalol olgan holda va nafas bilan oyoqlar harakati texnikasini o'rgatish.
MT14	Yonboshlab suzishda nafasni ushlab, bermalol olgan holda va nafas bilan oyoqlar harakati texnikasini o'rgatish.
MT15	Ko'krakda kroll suzish usulida nafasni ushlab, bermalol olgan holda va nafas bilan qo'llar harakati texnikasini o'rgatish va moslashtirish.
MT16	Yonboshlab suzishda nafasni ushlab, bermalol olgan holda va nafas bilan qo'llar harakati texnikasini o'rgatish va moslashtirish.
MT17	Ko'krakda krol suzish usulida qo'l, oyoq harakatlar texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish.
MT18	Yonboshlab suzishda qo'l, oyoq harakatlar texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish.
MT19	Ko'krakda krol suzish usulida qo'l, oyoq harakatlar texnikasini va nafasni takomillashtirish.
MT20	Chalqancha brass suzish usulida oyoq harakat texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish
MT21	Chalqancha brass suzish usulida qo'l harakat texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish
MT22	Chalqancha brass suzish usulida qo'l, oyoq harakat texnikasini nafasga moslashtirib o'rgatish
MT23	Charchagan, cho'kayotgan va cho'kkan odamni suvda transportirovka qilish usullari bilan tanishtirish. Birinchi yordam ko'rsatish (sunnii nafas berish usullari va yurakni ustidan massaj qilish)
MT24	Charchagan cho'kayotgan va cho'kkan odamni suvda transportirovka qilish usullarini takomillashtirish. Birinchi yordam ko'rsatish (sunnii nafas berish usullari va yurakni ustidan massaj qilish)
MT25	Ko'krakda krol, chalqancha krol, brass, chalqancha brass, yonboshlab suzish usullari texnikasini takomillashtirish.
MT26	Sportcha suzish turlarini tushuntirish

MT 27	Birinchi xujjatlashtirilgan suzish musobaqasi qaysi asrlarga to'g'ri keladi
MT 28	Supachadan start olish bosqichlarini tushuntiring
MT 29	Sportcha suzish turlarini tushuntiring
MT 30	Birinchi xujjatlashtirilgan suzish musobaqasi qaysi asrlarga to'g'ri keladi
MT 31	Cho'kayotganlarni qutqarish uchun ishlatiladigan anjomlarni tushuntiring
MT 32	Kompleks suzish masofalari va ketma-ketligini tushuntiring
MT 33	Uzoq masofaga suzishda rekordlarni r'yxatga olishni tushuntiring
MT 34	Erkin suzishda ochiq burilish xaqida tushuncha bering
MT 35	Suv xavzalari turlari va qurilishini tushuntiring
MT 36	Birinchi olimpiada dasturiga kiritilgan suzish turlari xaqida tushuncha bering
MT 37	Ikki zarbli, turt zarbli, olti zarbli krolni tushuntiring
MT 38	Sportcha suzish turlarini tushuntiring
MT 39	Birinchi xujjatlashtirilgan suzish musobaqasi qaysi asrlarga to'g'ri keladi
MT 40	Supachadan start olish bosqichlarini tushuntiring
MT 41	Sportcha suzish turlarini tushuntiring
MT 42	Birinchi xujjatlashtirilgan suzish musobaqasi qaysi asrlarga to'g'ri keladi
MT 43	Cho'kayotganlarni qutqarish uchun ishlatiladigan anjomlarni tushuntiring
MT 44	Suzish sport turida pedagogik nazorat
MT 45	Suzish sport turida antropometrik tadqiqotlar
MT 46	Suzuvchilarni kuch qobilyatini tekshirish
MT 47	Suzuvchilarda egiluvchanligini rivojlantirish ustida tadqiqotlar o'tkazish
MT 48	Suzuvchilarni texnik tayyorgarligini aniqlash
MT	Trenirovka mashg'ulotlarni taxlil qilish

49	
MT 50	Musobaqalarda natijalarni taxlil qilish
MT 51	Musobaqalarni tashkil etish va o'tkazish
MT 52	Suzuvchining musobaqa faoliyatining taxlili
MT 53	Trenirovka mashg'ulotlarining taqsimlash uslublari
MT 54	Suzish sport turida pedagogik nazorat
MT 55	Suvda o'ynaladigan o'yinlar

Asosiy adabiyotlar

1	Korbut V.M., Salimgareeva R.R., Islamov I.S. Suzish nazariyasi va uslubiyati, O'quv qo'llanma Toshkent 2017 yil 192-bet
2	Петрова Н., Баранов В. Плавание начальное обучение - с видеокурсом. Москва 2013. Изд. Человек
3	Korbut V.M., Isroilova R.G. O'yinlat orqali suzishni o'rganamiz. 2009 y. Toshkent. O'zDJTI nashriyot-matbaa bo'limi.
4	Korbut V.M., Salimgareyeva R.R., Geyger A.I. Ko'krakda krol usulida suzish texnikasini o'rgatish va takomillashtirish uchun mashqlar to'plami. T-2013y
5	Abitova J.R., Fayziyev Ya.Z. Suzish nazariyasi va metodikasi, O'quv qo'llanma Durdon 2021 yil 206 bet

Qo'shimcha adabiyotlar

1	"O'zbekiston Respublikasini yanada rivojlantirish bo'yicha harakatlar strategiyasi to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 7-fevraldagi PF-4947-sonli farmoni.
2	"Jismoniy tarbiya va ommaviy sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017-yil 3-iyundagi PQ-3031-sonli qarori.
3	Sadikov A.G. Yosh suzuvchilarning tayyorgarlik bosqichlaridagi mashg'ulot yuklamalarini rejalashtirish. O'quv qo'llanma. O'zDJTI 2015
4	Korbut V.M., Isroilova R.G., Matnazarov X.Yu. Suzish. T.2011y
5	Krasnova G.M., Zavadovskaya E.N. Amaliy Suzish O'zDJTI 2010 y.

TALABALARNI BAHOLASH TARTIBI "SPORT TURLARINI O'RGATISH METODIKASI (SUZISH)"

fanidan talabalar bilimini reyting tizimi asosida
baholash mezonini

Mazkur baholash mezonini O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2018-yil 19-avgustdagi 19-2018-son buyrug'i bilan tasdiqlangan "**Oliy ta'lim muassasalarida talabalar bilimini nazorat qilish va baholash tizimi to'g'risidagi nizom**"ga ko'ra ishlab chiqildi". "Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash)" fani bo'yicha baholash jadvallari, nazorat turi, shakli, soni hamda har bir nazoratga qo'yiladigan baho mezonlari va oraliq nazoratlarining saralash bahosi haqidagi ma'lumotlarni fan bo'yicha birinchi mashg'ulotda talabalarga e'lon qilinadi.

Fan bo'yicha talabalarning bilim saviyasi va o'zlashtirish darajasining Davlat ta'lim standartlariga muvofiqligini ta'minlash uchun quyidagi nazorat turlari o'tkaziladi:

Oraliq nazorat (ON) – talabaning ma'ruza va seminar mashg'ulotlari va mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarishi, semestr davomida o'quv dasturining tegishli (fanlarning bir necha mavzularini o'z ichiga olgan) bo'limi tugallangandan keyin talabaning nazariy bilim va amaliy ko'nikma darajasini aniqlash uchun olinadigan sinov natijalari asosida baholanadi. "Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash)" fanidan oraliq nazorat bir semestrda bir marta o'tkaziladi va shakli (yozma, og'zaki, test va hokazo) o'quv faniga ajratilgan umumiy soatlar hajmidan kelib chiqqan holda belgilanadi. Oraliq nazoratdan «2» baho olgan talaba yakuniy nazoratga kiritilmaydi. (Umumiy hajmi 38 soatdan ortiq bo'lgan fanlardan oraliq nazorat olinadi.)

Yakuniy nazorat (YN) – semestr yakunida muayyan fan bo'yicha nazariy bilim va amaliy ko'nikmalarni talabalar tomonidan o'zlashtirish darajasini baholash usuli. Yakuniy nazorat ham fanning mohiyatidan kelib chiqib yozma, og'zaki, test va hok. shaklida o'tkaziladi.

Talabaning bilim saviyasi ko'nikma va malakalarini nazorat qilishning baholash tizimi asosida talabalarning fan bo'yicha o'zlashtirish darajasi 5 baholik tizim orqali ifodalanadi.

Baho	Baho	Talabalarning bilim darajasi
"5"	A'lo	Talaba mustaqil xulosa va qaror qabul qiladi, ijodiy fikrlay oladi, mustaqil mushohada yurita oladi, olgan bilimlarini amalda qo'llay oladi, mavzuning mohiyatini tushunadi, biladi, ifodalay oladi, aytib beradi hamda fan bo'yicha tasavvurga ega deb topilganda.
"4"	Yaxshi	Mustaqil mushohada yurita olish, olgan bilimlarini amalda qo'llay olish. Mohiyatini tushunish, bilish, ifodalay olish, aytib berish, tasavvurga ega bo'lish.
"3"	Qoniqarli	Olgan bilimini amalda qo'llay olish, mavzu mohiyatini tushunish, bilish, ifodalay olish, aytib berish, tasavvurga ega bo'lish.
«2»	Qoniqarsiz	Talaba fan dasturini o'zlashtirmagan, fanning mohiyatini tushunmaydi, fan bo'yicha tasavvurga ega bo'lmaslik.

Fan bo'yicha saralash baho "3" bahoni tashkil etadi. Talabaning saralash bahosidan past bo'lgan ko'rsatkichi reyting daftarchasiga qayd etilmaydi.

Talabalarning o'quv fani bo'yicha mustaqil ishi oraliq nazorat jarayoniga tegishli topshiriqlarni bajarishidan kelib chiqqan holda baholanadi. Baholashning o'rnatilgan talablar asosida belgilangan muddatlarda o'tkazilishi va rasmiylashtirilishi fakultet dekani, kafedra mudiri, o'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i hamda ichki nazorat va monitoring bo'limi tomonidan nazorat qilinadi.

Talabalar ON oladigan bahosining namunaviy mezonlari

№	Ko'rsatkichlar	ON shakli	Baho
1	Darslarga qatnashganlik darajasi, ma'ruza, amaliy va seminar darslaridagi faolligi, konspekt daftarlarining yuritilishi va to'liqligi, og'zaki savol-javoblar, mustaqil ta'lim topshiriqlarini o'z vaqtida va sifatli bajarilishi, yozma ish nazorat natijalari bo'yicha	Og'zaki, yozma	2,3,4,5

Oraliq nazoratda "Yozma" nazoratni baholash mezonlari

Oraliq nazorat "Test" shaklida amalga oshirilganda, sinov yozma ish usulda o'tkaziladi. Har bir variant 20 ta test savoldan iborat bo'ladi. Test savollar fan bo'yicha tayanch so'z va iboralar asosida tuzilgan bo'lib, fanning barcha mavzularini o'z ichiga qamrab olgan.

Yakuniy nazorat og'zaki va amaliy shaklda o'tkazilishi belgilangan.

№	Nazorat shakli	YaN bahosi
1	Fan bo'yicha yakuniy yozma nazorat ishi	2,3,4,5

Yakuniy nazoratda "Yozma" nazoratni baholash mezonlari

Yakuniy nazorat "Yozma" shaklida amalga oshirilganda, sinov yozma ish usulda o'tkaziladi. Har bir variant 3 ta nazariy savoldan iborat bo'ladi. Nazariy savollar fan bo'yicha tayanch so'z va iboralar asosida tuzilgan bo'lib, fanning barcha mavzularini o'z ichiga qamrab olgan.

A'lo "5" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- Fanni nazariy jihatdan to'la bilishi;
- Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash) fanining maqsadi hamda vazifalarini bilishi;
- mustaqil fikrlay olishi;
- sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini tushunishi;
- nazariy bilimlarni bilishi, tushuntirib berishi;
- javoblarida nazariy tushunchalar keltirilishi;
- Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi;
- Imloviy va savodxonlik darajasining bo'lishi;
- Mantiqiy izchillikning tarkib topganligi;
- Javoblarning xulosalanishi;
- Fan to'g'risida chuqur nazariy va amaliy bilimlarga ega bo'lishi;
- mustaqil ta'lim olishi zarur.

O'rta "4" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- mustaqil fikrga ega bo'lishi;
- Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash) fanining maqsadi hamda vazifalarini bilishi;
- mustaqil fikrlay olishi;
- sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini qisman tushunishi tasavvurga ega bo'lishi ;
- Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi:
- Imloviy va savodxonlik darajasining bo'lishi:
- Mantiqiy izchillikning tarkib topganligi:
- Mustaqil ta'lim olishi zarur.

Qoniqarli "3" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishilozim:

- Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash) fanining maqsadi hamda vazifalarini haqida qisman tasavvurga ega bo'lishi;
- mustaqil fikrlashga harakat qilishi kerak;
- sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini qisman tushunishi;
- mustaqil ta'lim olishi zarur.
- javoblarida nazariy tushunchalar keltirilishi:
- Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi:

Qoniqarsiz "2" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishilozim:

- mustaqil fikrlashga ega emasligi;
- Sport turlarini o'rgatish metodikasi (suzish, kurash) fanining maqsadi hamda vazifalarini mohiyatini tushunmasligi;
- nazariy bilimlarni bilmasligi, tushuntirib bera olmasligi;
- daftarlarni qoniqarsiz tutishi;
- mustaqil ta'lim olmaydi.
- Nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi mavjud emasligi
- Imloviy va savodxonlik darajasining bo'lmasligi
- Mantiqiy izchillikning tarkib topmaganligi:

Yakuniy nazoratda "Yozma" nazoratni baholash mezonlari

Yakuniy nazorat "Yozma" shaklida amalga oshirilganda, sinov ko'p variantli usulda o'tkaziladi. Har bir variant 3 ta nazariy savol topshiriqdan iborat bo'ladi. Nazariy savollar fan bo'yicha tayanch so'z va iboralar shuningdek amaliy xarakterga ega bo'lgan topshiriqlar asosida tuzilgan bo'lib, fanning barcha mavzularini o'z ichiga qamrab olgan bo'ladi. 1 savol hamda 2 savollarga to'liq javob uchun (1,5 balldan), 3 savolga (2 ball) Jami (5 ball) beriladi.

A'lo "5" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- fanni nazariy jihatdan to'la bilishi;
- mustaqil fikrlay olishi;
- ta'lim muassasalarida darslarni tashkil etish metodikasini tuza oladi;
- sport sog'lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini tushunishi;
- nazariy bilimlarni bilishi, tushuntirib berishi;
- nazariy bilimlarni amaliyot bilan bog'lashi mavjud emasligi;
- sport musobaqalarini tashkil eta olishi ko'nikmasiga ega bo'lishi;

- daftarlarni yaxshi tutishi;
- mashg`ulotlarda faol ishtirok etishi;
- mustaqil ta`lim olishi zarur.

O`rta "4" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- ijodkor bo`lishi;
- fanni nazariy jihatdan qisman to`liq bilishi ;
- sport sog`lomlashtirish tadbirlarini mohiyatini tushunishi;
- musobaqalar mohiyatini tushunishi;
- nazariy bilimlarni bilishi, tushuntirib berishi;
- ommaviy sport tadbirlaridani tashkil etishdan xabardorbo`lishi;
- daftarlarni yaxshi tutishi;
- mashg`ulotlarda faol ishtirok etishi;
- mustaqil ta`lim olishi zarur.

Qoniqarli "3" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- qisman fikrlay olishi;
- fanni nazariy jihatdan qisman bilishi;
- musobaqalarni tashkil etish bo`yicha tasavvurga ega bo`lish;
- sport tadbirlar mohiyatini tushunishi;
- daftarlarni yaxshi tutishi;
- mashg`ulotlarda faol ishtirok etishi;
- mustaqil ta`lim olishi zarur.

Qoniqarsiz "2" baho olish uchun talaba quyidagilarga javob berishi lozim:

- ijodkor emasligi;
- fanni nazariy va amaliy jihatdan bilmasligi;
- sport tadbirlar mohiyatini tushunmaslik;
- musobaqalarni tashkil etish bo`yicha tushunchaga ega bo`lmasligi;
- nazariy bilimlarni bilmasligi, tushuntirib beraolmasligi;
- daftarlarni qoniqarsiz tutishi;
- mashg`ulotlarda faol emasligi;
- mustaqil ta`lim olmaydi.

Baholashni 5 ballik shkaladan 100 ballik shkalaga o`tkazish

JADVALI

5 ballik shkala	100 ballik shkala	5 ballik shkala	100 ballik shkala	5 ballik shkala	100 ballik shkala
5,00-4.96	100	4,30-4.26	86	3.60-3.56	72
4.95-4.91	99	4.25-4.21.	85	3.55-3.51	71
4.90-4.86	98	4.20-4.16	84	3.50-3.46	70
4.85-4.81	97	4.15-4.11	83	3.45-3.41	69
4.80-4.76	96	4.10-4.06	82	3.40-3.36	68
4.75-4.71	95	4.05-4.01	81	3.35-3.31	67
4.70-4.66	94	4.00-3.96	80	3.30-3.26	66
4.65-4.61	93	3.95-3.91	79	3.25-3.21	65
4.60-4.56	92	3,90-3.86	78	3.20-3.16	64

4.55-4.51	91	3.85-3.81	77	3.15-3.11	63
4.50-4.46	90	3.80-3.76	76	3.10-3.06	62
4.45-4.41	89	3.75-3.71	75	3.05-3.01	61
4.40-4.36	88	3.70-3.66	74	3,00	60
4.35-4.31	87	3.65-3.61	73	3.0 dan kam	60 dan kam

Fan o'qituvchisi to'g'risida ma'lumot

Muallif:	<i>Abitova Jasmin Ruslanovna</i>
E-mail:	E-mail: suzish1989@gmail.com
Tashkilot:	Buxoro davlat univrsiteti, Sport nazariyasi va metodikasi kafedراس
Taqrizchilar	Salimov G'.M. - Buxoro davlat universiteti "Sport nazaryasi va metodikasi" kafedراس p.f.n. professor

Mazkur Sillabus universitet o'quv-uslubiy Kengashining 2023 yil __ avgustdagi 1-sonli yig'ilishi bayoni bilan tasdiqlangan.

Mazkur sillabus "Sport nazariyasi va metodikasi" kafedراسining 2023 yil __ avgustdagi 1-sonli yig'ilishi bayoni bilan maqullangan.

O'quv-uslubiy departament bo'limi boshlig'i: M.A. Tursunov

Fakultet dekani: B.B. Ma'murov

Kafedra mudiri: R.S.Shukurov

Tuzuvchi: J.R.Abitova



50	11.9.11	77	10.1.11	91	17.1.11
51	12.9.11	78	11.1.11	92	18.1.11
52	13.9.11	79	12.1.11	93	19.1.11
53	14.9.11	80	13.1.11	94	20.1.11
54	15.9.11	81	14.1.11	95	21.1.11
55	16.9.11	82	15.1.11	96	22.1.11
56	17.9.11	83	16.1.11	97	23.1.11
57	18.9.11	84	17.1.11	98	24.1.11
58	19.9.11	85	18.1.11	99	25.1.11
59	20.9.11	86	19.1.11	100	26.1.11
60	21.9.11	87	20.1.11	101	27.1.11
61	22.9.11	88	21.1.11	102	28.1.11
62	23.9.11	89	22.1.11	103	29.1.11
63	24.9.11	90	23.1.11	104	30.1.11
64	25.9.11	91	24.1.11	105	31.1.11
65	26.9.11	92	25.1.11	106	1.2.11
66	27.9.11	93	26.1.11	107	2.2.11
67	28.9.11	94	27.1.11	108	3.2.11
68	29.9.11	95	28.1.11	109	4.2.11
69	30.9.11	96	29.1.11	110	5.2.11
70	1.10.11	97	30.1.11	111	6.2.11
71	2.10.11	98	31.1.11	112	7.2.11
72	3.10.11	99	1.2.11	113	8.2.11
73	4.10.11	100	2.2.11	114	9.2.11
74	5.10.11	101	3.2.11	115	10.2.11
75	6.10.11	102	4.2.11	116	11.2.11
76	7.10.11	103	5.2.11	117	12.2.11
77	8.10.11	104	6.2.11	118	13.2.11
78	9.10.11	105	7.2.11	119	14.2.11
79	10.10.11	106	8.2.11	120	15.2.11
80	11.10.11	107	9.2.11	121	16.2.11
81	12.10.11	108	10.2.11	122	17.2.11
82	13.10.11	109	11.2.11	123	18.2.11
83	14.10.11	110	12.2.11	124	19.2.11
84	15.10.11	111	13.2.11	125	20.2.11
85	16.10.11	112	14.2.11	126	21.2.11
86	17.10.11	113	15.2.11	127	22.2.11
87	18.10.11	114	16.2.11	128	23.2.11
88	19.10.11	115	17.2.11	129	24.2.11
89	20.10.11	116	18.2.11	130	25.2.11
90	21.10.11	117	19.2.11	131	26.2.11
91	22.10.11	118	20.2.11	132	27.2.11
92	23.10.11	119	21.2.11	133	28.2.11
93	24.10.11	120	22.2.11	134	29.2.11
94	25.10.11	121	23.2.11	135	30.2.11
95	26.10.11	122	24.2.11	136	31.2.11
96	27.10.11	123	25.2.11	137	1.3.11
97	28.10.11	124	26.2.11	138	2.3.11
98	29.10.11	125	27.2.11	139	3.3.11
99	30.10.11	126	28.2.11	140	4.3.11
100	31.10.11	127	29.2.11	141	5.3.11
101	1.11.11	128	30.2.11	142	6.3.11
102	2.11.11	129	31.2.11	143	7.3.11
103	3.11.11	130	1.3.11	144	8.3.11
104	4.11.11	131	2.3.11	145	9.3.11
105	5.11.11	132	3.3.11	146	10.3.11
106	6.11.11	133	4.3.11	147	11.3.11
107	7.11.11	134	5.3.11	148	12.3.11
108	8.11.11	135	6.3.11	149	13.3.11
109	9.11.11	136	7.3.11	150	14.3.11
110	10.11.11	137	8.3.11	151	15.3.11
111	11.11.11	138	9.3.11	152	16.3.11
112	12.11.11	139	10.3.11	153	17.3.11
113	13.11.11	140	11.3.11	154	18.3.11
114	14.11.11	141	12.3.11	155	19.3.11
115	15.11.11	142	13.3.11	156	20.3.11
116	16.11.11	143	14.3.11	157	21.3.11
117	17.11.11	144	15.3.11	158	22.3.11
118	18.11.11	145	16.3.11	159	23.3.11
119	19.11.11	146	17.3.11	160	24.3.11
120	20.11.11	147	18.3.11	161	25.3.11
121	21.11.11	148	19.3.11	162	26.3.11
122	22.11.11	149	20.3.11	163	27.3.11
123	23.11.11	150	21.3.11	164	28.3.11
124	24.11.11	151	22.3.11	165	29.3.11
125	25.11.11	152	23.3.11	166	30.3.11
126	26.11.11	153	24.3.11	167	31.3.11
127	27.11.11	154	25.3.11	168	1.4.11
128	28.11.11	155	26.3.11	169	2.4.11
129	29.11.11	156	27.3.11	170	3.4.11
130	30.11.11	157	28.3.11	171	4.4.11
131	1.12.11	158	29.3.11	172	5.4.11
132	2.12.11	159	30.3.11	173	6.4.11
133	3.12.11	160	31.3.11	174	7.4.11
134	4.12.11	161	1.4.11	175	8.4.11
135	5.12.11	162	2.4.11	176	9.4.11
136	6.12.11	163	3.4.11	177	10.4.11
137	7.12.11	164	4.4.11	178	11.4.11
138	8.12.11	165	5.4.11	179	12.4.11
139	9.12.11	166	6.4.11	180	13.4.11
140	10.12.11	167	7.4.11	181	14.4.11
141	11.12.11	168	8.4.11	182	15.4.11
142	12.12.11	169	9.4.11	183	16.4.11
143	13.12.11	170	10.4.11	184	17.4.11
144	14.12.11	171	11.4.11	185	18.4.11
145	15.12.11	172	12.4.11	186	19.4.11
146	16.12.11	173	13.4.11	187	20.4.11
147	17.12.11	174	14.4.11	188	21.4.11
148	18.12.11	175	15.4.11	189	22.4.11
149	19.12.11	176	16.4.11	190	23.4.11
150	20.12.11	177	17.4.11	191	24.4.11
151	21.12.11	178	18.4.11	192	25.4.11
152	22.12.11	179	19.4.11	193	26.4.11
153	23.12.11	180	20.4.11	194	27.4.11
154	24.12.11	181	21.4.11	195	28.4.11
155	25.12.11	182	22.4.11	196	29.4.11
156	26.12.11	183	23.4.11	197	30.4.11
157	27.12.11	184	24.4.11	198	1.5.11
158	28.12.11	185	25.4.11	199	2.5.11
159	29.12.11	186	26.4.11	200	3.5.11
160	30.12.11	187	27.4.11	201	4.5.11
161	31.12.11	188	28.4.11	202	5.5.11
162	1.1.12	189	29.4.11	203	6.5.11
163	2.1.12	190	30.4.11	204	7.5.11
164	3.1.12	191	31.4.11	205	8.5.11
165	4.1.12	192	1.5.12	206	9.5.11
166	5.1.12	193	2.5.12	207	10.5.11
167	6.1.12	194	3.5.12	208	11.5.11
168	7.1.12	195	4.5.12	209	12.5.11
169	8.1.12	196	5.5.12	210	13.5.11
170	9.1.12	197	6.5.12	211	14.5.11
171	10.1.12	198	7.5.12	212	15.5.11
172	11.1.12	199	8.5.12	213	16.5.11
173	12.1.12	200	9.5.12	214	17.5.11
174	13.1.12	201	10.5.12	215	18.5.11
175	14.1.12	202	11.5.12	216	19.5.11
176	15.1.12	203	12.5.12	217	20.5.11
177	16.1.12	204	13.5.12	218	21.5.11
178	17.1.12	205	14.5.12	219	22.5.11
179	18.1.12	206	15.5.12	220	23.5.11
180	19.1.12	207	16.5.12	221	24.5.11
181	20.1.12	208	17.5.12	222	25.5.11
182	21.1.12	209	18.5.12	223	26.5.11
183	22.1.12	210	19.5.12	224	27.5.11
184	23.1.12	211	20.5.12	225	28.5.11
185	24.1.12	212	21.5.12	226	29.5.11
186	25.1.12	213	22.5.12	227	30.5.11
187	26.1.12	214	23.5.12	228	31.5.11
188	27.1.12	215	24.5.12	229	1.6.12
189	28.1.12	216	25.5.12	230	2.6.12
190	29.1.12	217	26.5.12	231	3.6.12
191	30.1.12	218	27.5.12	232	4.6.12
192	31.1.12	219	28.5.12	233	5.6.12
193	1.2.12	220	29.5.12	234	6.6.12
194	2.2.12	221	30.5.12	235	7.6.12
195	3.2.12	222	31.5.12	236	8.6.12
196	4.2.12	223	1.6.12	237	9.6.12
197	5.2.12	224	2.6.12	238	10.6.12
198	6.2.12	225	3.6.12	239	11.6.12
199	7.2.12	226	4.6.12	240	12.6.12
200	8.2.12	227	5.6.12	241	13.6.12
201	9.2.12	228	6.6.12	242	14.6.12
202	10.2.12	229	7.6.12	243	15.6.12
203	11.2.12	230	8.6.12	244	16.6.12
204	12.2.12	231	9.6.12	245	17.6.12
205	13.2.12	232	10.6.12	246	18.6.12
206	14.2.12	233	11.6.12	247	19.6.12
207	15.2.12	234	12.6.12	248	20.6.12
208	16.2.12	235	13.6.12	249	21.6.12
209	17.2.12	236	14.6.12	250	22.6.12
210	18.2.12	237	15.6.12	251	23.6.12
211	19.2.12	238	16.6.12	252	24.6.12
212	20.2.12	239	17.6.12	253	25.6.12
213	21.2.12	240	18.6.12	254	26.6.12
214	22.2.12	241	19.6.12	255	27.6.12
215	23.2.12	242	20.6.12	256	28.6.12
216	24.2.12	243	21.6.12	257	29.6.12
217	25.2.12	244	22.6.12	258	30.6.12
218	26.2.12	245	23.6.12	259	1.7.12
219	27.2.12	246	24.6.12	260	2.7.12
220	28.2.12	247	25.6.12	261	3.7.12</