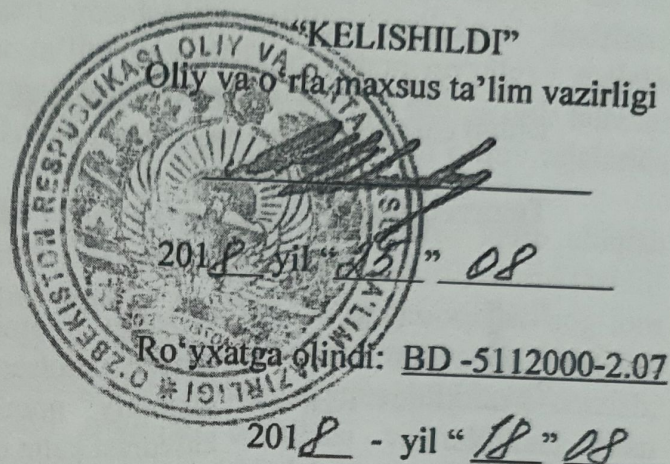
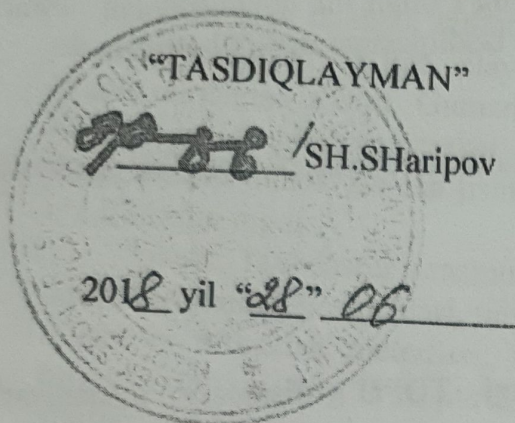


O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI  
OLIY VA O'RTA MAXSUS TA'LIM VAZIRLIGI

TOSHKENT DAVLAT PEDAGOGIKA UNIVERSITETI



SPORT VA HARAKATLI O'YINLARNI O'QITISH METODIKASI

FAN DASTURI

Bilim sohasi:	100000 – Gumanitar
Ta'lim sohasi:	110000 – Pedagogika
Ta'lim yo'nalishi:	5112000 – Jismoniy madaniyat

Toshkent – 2018



Fan dasturi Oliy va o'rta maxsus, kasb-hunar ta'limi yo'nalishlari bo'yicha O'quv-uslubiy birlashmalar faoliyatini Muvofiqlashtiruvchi Kengashning 2018-yil "18" 08 dagi 4-sonli bayonnomasi bilan ma'qullangan.

O'zbekiston Respublikasi Oliy va o'rta maxsus ta'lim vazirligining 2018-yil "25" 08 dagi 444-sonli buyrug'i bilan ma'qullangan fan dasturlarini tayanch oliy ta'lim muassasasi tomonidan tasdiqlashga rozilik berilgan.

Fan dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universitetida ishlab chiqildi.

#### Tuzuvchilar:

- Radjapov U.R. - Nizomiy nomidagi TDPU "Jismoniy madaniyat" kafedrası dotsenti
- Zayniddinov T.B. - Nizomiy nomidagi TDPU "Jismoniy madaniyat" kafedrası katta o'qituvchisi.
- Miraxmedov F.T. - Nizomiy nomidagi TDPU "Jismoniy madaniyat" kafedrası o'qituvchisi.

#### Taqrizchilar:

- Raximqulov K.D. - O'zbekiston Davlat jahon tillari universiteti "Jismoniy madaniyat va sport" kafedrası dotsenti.
- Mo'minov X.T. - Chilonzor pedagogika kolleji "Jismoniy tarbiya" kafedrası mudiri

Fan dasturi Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti Kengashida ko'rib chiqilgan va tavsiya qilingan (2018 yil 28 06 dagi 44-sonli bayonnoma).



## I. O'quv fanining dolzarbligi va oliy kasbiy ta'limdagi o'rni

Oliy ta'limning fundamentalligi real dunyodagi jarayonlar, ob'ektlar va hodisalar orasidagi munosabatlarni ajratib bila olishga yo'naltirilgan bo'lib, yuqori malakali mutaxassislarni tayyorlashda asos sifatida qabul qilingan. Malaka talablari tayyorlanayotgan kadrlarning ko'nikma va malakalariga yuqori talablarni qo'ymoqda. Shu talablar zamonaviy sharoitlardan bevosita kelib chiqqan bo'lib, ularning maqsadi ta'lim olayotgan yoshlardan milliy intellektual kadrlarni shakllantirishdan iborat. Gumanitar ta'lim yo'nalishlari uchun qo'yilgan malaka talablari ichida sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi faniga doir talablar alohida o'rin tutadi. Bu esa jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi o'quv rejalarida o'z ifodasini topdi.

Ushbu fan dastur mazmunida sport va harakatli o'yinlarni kelib chiqish tarixi, rivojlanish bosqichlari, turkumlari, tasnifi, o'yinlarning tahlili, ularni tashkil qilish va o'tkazish metodlari, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish haqida ma'lumot berish, talabalarni quvnoq startlar, estafetali o'yinlar va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish, sport o'yinlarini tashkil qilish, sport o'yinlari texnikasi va taktikasi bilan tanishtirish, ularni sport o'yinlari va musobaqalar o'tkazish, hakamlik qilishga oid amaliy ko'nikma va malakalar bilan qurollantirishdan iborat.

Jismoniy madaniyat ta'lim yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda harakatli o'yinlar va sport o'yinlari asosiy vosita hisoblanib, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash, fanning nazariy hamda amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalarini mustahkamlashda muhim ahamiyat kasb etadi.

Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fani asosiy umumkasbiy fan hisoblanib amaldagi o'quv reja asosida 1-6 semestrlarda o'qitiladi. Dasturni amalga oshirish o'quv rejasida rejalashtirilgan umumiy psixologiya, umumiy pedagogika, jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi, jismoniy tarbiya gigiyenasi va sportning tibbiy-fiziologik asoslari, gimnastika va uni o'qitish metodikasi, yengil atletika va uni o'qitish metodikasi, kurash turlari va uni o'qitish metodikasi, suzish va uni o'qitish metodikasi, sport mahoratini oshirish, sport turlari bo'yicha musobaqalar o'tkazish va hakamlik qilish kabi fanlardan etarli bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlikni talab etadi.

## II. O'quv fanining maqsadi va vazifasi

Fanni o'qitishdan maqsad – fan bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, uning estetik jihatlari, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini shakllantirish, jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari badminton, stol tennisi, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni



vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir. Ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida o'qitishning faol uslublaridan foydalangan holda nazariy bilim beriladi, amaliy mashg'ulotlarda esa ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida egallangan bilimlarni amalda bajarib, ko'nikma va malakalari shakllantiriladi.

Fanning vazifasi – harakatli o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, harakatli o'yinlarni bolalarning yoshiga mos holda tanlashni amaliy tanishtirish, harakatli o'yinlarda hakamlik qilish o'yinning estetik xususiyatlari anglash, o'yinlar orqali sog'lom turmush tarzini targ'ib toptirish malakalarini shakllantirish, sport bayramlari va turli sanalarga bag'ishlangan musobaqalar o'tkazish usullarini va senariylarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish, sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'tkazish bo'lajak mutaxassislariga talabalarda sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroflicha bilim berish, sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, badminton, stol tennisi, futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, fintlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullari va nizomlarini tuzishga o'rgatish, jismoniy sifatlarni rivojlantirish va tarbiyalash yo'llarini o'rgatishdan iborat.

Fan bo'yicha talabalarning bilim, ko'nikma va malakasiga quyidagi talablar qo'yiladi. **Talaba:**

- 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 metodikasi; harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi; sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish, - sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ahamiyatini bilishi; sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; sport o'yinlari (badminton, stol tennisi, futbol, basketbol, voleybol, qo'l to'pi) ni kelib chiqishi va rivojlanish tarixi; O'zbekistonda rivojlanishi; o'yin texnikasi tasnifi; o'yin taktikasi tasnifi; maydon o'lchamlari, jihozlari va o'yin qoidalari *haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak.*

- harakatli o'yinlarni darsning asosiy qismiga mos holda tanlash va tahlil qilish; kichik, o'rta va katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish; estafetali harakatli o'yinlar, nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlar, suvda o'ynaladigan harakatli o'yinlar, darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlar, harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini, jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlar, sog'lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish *haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.*

- harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish; sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi xalq o'yinlaridan foydalanish *haqida malakalarga ega bo'lishi kerak.*

- badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish;



badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish; badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda volanni qaytarish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- stol tennis o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish; stol tennis to'pchasini o'yinga kiritish, zarba berish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- stol tennis o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish; stol tennis to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida to'pchaga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- futbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni uzatish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- futbol o'yinida to'pga zarba berish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida to'pni to'xtatish texnikasini o'rgatish; futbol o'yinida darvozaga zarba berish texnikasi va hujum taktikasini o'rgatish; futbol o'yinida jarima va erkin to'pga zarba berishni o'rgatish va himoya taktikasi; futbol o'yinida darvozabonni o'yin texnikasini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- basketbol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; basketbol o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; basketbol o'yinida to'pni uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- basketbol o'yinida to'pni yaqin va o'rta masofalardan savatga tashlash texnikasini o'rgatish; basketbol o'yinida jarima to'pni savatga tashlash texnikasini va o'yin taktikasini o'rgatish; basketbol o'yinida uzoq masofadan to'pni savatga tashlash texnikasini va o'yin taktikasini o'rgatish; basketbol o'yinida harakatda uzoq masofadan to'pni savatga tashlashni o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- voleybol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; voleybol o'yinida to'g'ri yiqilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni yuqoridan uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'pni pastdan uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**

- voleybol o'yinida to'pni o'yinga kiritish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida sakrab to'pga zarba berish texnikasini o'rgatish; voleybol o'yinida to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; voleybol o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; voleybol o'yinida libero o'yinchisining vazifalarini o'rgatish **malakalariga ega bo'lishi kerak.**

- qo'l to'pi o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pni uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni **haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.**



- qo'l to'pi o'yinida to'pni darvozaga uloqtirish texnikasini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida jarima va erkin to'plarni otishni o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida to'pga to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; qo'l to'pi o'yinida darvozabonni o'yin texnikasini o'rgatish *malakalariga ega bo'lishi kerak.*

### III. Asosiy nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari)

#### 1-modul. Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi faniga kirish, harakatli o'yinlarni tarixi, turkumlari va pedagogik ahamiyati

**1-mavzu. Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.**

Harakatli o'yinlar bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida sport va harakatli o'yinlarni tashkil qilish hamda o'tkazishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir.

**2-mavzu. Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi.**

Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi, rivojlanishi va tushunchasi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Harakatli o'yinlarning milliy qadriyatlarimizdagi o'rnini anglatish. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda bolalarni yosh xususiyatlarini hisobga olish haqida nazariy ma'lumotlar berish.

**3-mavzu. Harakatli o'yinlarni rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati.**

Talabalarga harakatli o'yinlar mazmunini tushuntirish, o'yinlarni tavsifi, rivojlanish bosqichlari va harakatli o'yinlarni tarbiyaviy sog'lomlantiruvchi va bilim berish ahamiyatlarini anglatish. Har bir o'yinni tarbiyaviy pedagogik ahamiyati haqida ma'lumotlarga ega qilish.

**4-mavzu. Harakatli o'yinlarni turkumlari.**

Harakatli o'yinlarni turkumlari: umumta'lim maktab, akademik-litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik me'yordagi harakatlarga o'yinlar mazmuni, tavsifi, rivojlanish bosqichlari va har bir o'yinni tarbiyaviy ahamiyati haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### 2-modul. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish

**1-mavzu. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish.**

Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish, ya'ni umumta'lim maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini va jinsini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik



me'yordagi harakatlarga taalluqli o'yinlar mazmuni, tavsifi, tahlil qilish va o'tkazish metodlari. O'yinni o'tkazish joylarini tanlash, tashkil qilish va shart-sharoitlarini tayyorlash hamda o'yinga yordamchilar tayinlash bo'yicha nazariy ma'lumotlar berish.

Kichik, o'rta va katta maktab yoshidagi o'quvchilarga o'tkaziladigan harakatli o'yinlar haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish.**

Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Umumta'lim maktab, akademik-litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarining yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda o'yinlarni me'yorlash va o'tkazish uslubiyatlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. O'yinga rahbarlik qilish, o'yinni boshlanishi, o'yinchilarni harakatini tashkil etish va ijodiy tashabbuskorligini rivojlantirish, o'yinchilarni hulqini va o'yinni borishini kuzatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. O'yinga hakamlik qilish bo'yicha nazariy ma'lumotlar berish. Harakatli o'yinlarda yuklamani tartibga solish usullari, o'yinni davom etish vaqti, o'yinni tugashi, o'yin natijalarini aniqlash va yakunlash haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **3-modul. Badminton o'yinining tarixi, qoidalari, rivojlanishi, texnikasi va taktikasi tasnifi**

#### **1-mavzu. Badminton o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Badminton o'yinini kelib chiqishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, badminton o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Badmintonning Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi, BWFning tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi badminton federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida badminton musobaqalarining o'tkazilishi, dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi, olimpiada o'yinlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **2-mavzu. Badminton o'yin qoidalari.**

Badminton o'yin qoidalari, badminton maydoni va jihozlarini o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **3-mavzu. O'zbekistonda badminton o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda badminton o'yinini rivojlanishi va O'zbekistonda badmintonni rivojlantirish to'g'risidagi hukumat qarorlari va ularning ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **4-mavzu. Badminton o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.**

Badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish, badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda volanni qaytarish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.



#### **4-modul. Stol tennis o'yinining tarixi, qoidalari, rivojlanishi, texnikasi va taktikasi tasnifi**

##### **1-mavzu. Stol tennis o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Stol tennis o'yinini kelib chiqishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, stol tennis o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Stol tennisining Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi, ITTFning tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi stol tennis federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida stol tennis musobaqalarining o'tkazilishi, dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi, olimpiada o'yinlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

##### **2-mavzu. Stol tennis o'yin qoidalari.**

Stol tennis o'yin qoidalari, stol tennis stolining va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

##### **3-mavzu. O'zbekistonda stol tennis o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda stol tennis o'yinini rivojlanishi va O'zbekistonda stol tennisini rivojlantirish to'g'risidagi hukumat qarorlari va ularning ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

##### **4-mavzu. Stol tennis o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.**

Stol tennis o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish; stol tennis to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida to'pchaga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **5-modul. Futbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanish tarixi**

##### **1-mavzu. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Futbol o'yinini kelib chiqishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, futbol o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Futbolning Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. FIFA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi futbol federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida futbol musobaqalarining o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Futbol bo'yicha dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish.

##### **2-mavzu. Futbol o'yin qoidalari.**

Futbol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Futbol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

##### **3-mavzu. 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 ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega qilish.



## **6-modul. Futbol o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi**

### **1-mavzu. Futbol o'yin texnikasining tasnifi.**

Futbol o'yini texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Maydon o'yinchisining texnikasi bo'yicha nazariy bilimlarga ega qilish. Darvozabon o'yin texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish, Futbol o'yin texnikasini 2 ta bo'limga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish, harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Futbol o'yinida darvozabon o'yin texnikasi va ularning bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Futbol o'yin taktikasining tasnifi.**

Futbol o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Futbol o'yin taktikasi haqida nazariy bilimlarga ega qilish. Futbol o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Futbol o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Futbol o'yinida hujumga qarshi tez hujum taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish texnika va taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **7-modul. Basketbol o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanishi tarixi**

### **1-mavzu. Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.**

Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Xalqaro basketbol ittifoqi FIBA ni tuzilishi va tashkil topishi to'g'risida nazariy ma'lumotlar berish.

Basketbol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Basketbol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Basketbol o'yin qoidalari.**

Basketbol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Basketbol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **3-mavzu. O'zbekistonda basketbol o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda basketbolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston basketbolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **8-modul. Basketbol o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi**

### **1-mavzu. Basketbol o'yin texnikasining tasnifi.**

Basketbol o'yin texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Basketbol o'yin texnikasini bo'linishi; harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.



## **2-mavzu. Basketbol o'yin taktikasining tasnifi.**

Basketbol o'yin taktikasi haqida tushuncha hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Basketbol o'yinida jamoa bo'lib, guruhli va yakka holda hujum va himoya qilish taktikalari haqida ma'lumot berish, o'yin kombinatsiyalari, to'psiz va to'p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **9-modul. Voleybol o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanishi tarixi**

### **1-mavzu. Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.**

Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Xalqaro voleybol ittifoqi FIVB ni tuzilishi va tashkil topishi to'g'risida nazariy ma'lumotlar berish. Voleybol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Voleybol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Voleybol o'yin qoidalari.**

Voleybol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Voleybol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **3-mavzu. O'zbekistonda voleybol o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston voleybolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **10-modul. Voleybol o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi**

### **1-mavzu. Voleybol o'yin texnikasining tasnifi.**

Voleybol o'yin texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

Voleybol o'yini texnikasini bo'limlarga bo'linishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Voleybol o'yinida harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Ya'ni harakatlanish texnikasidan yurish, yugurish, sakrash va burilish usullarini amalga oshirilishi bo'yicha ko'rsatmalar berish. Voleybol o'yinida to'pni boshqarish texnikasi, ya'ni to'pni tepadan, pastdan uzatish va qabul qilish texnikasi, to'pni har hil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yinga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Voleybol o'yin taktikasining tasnifi.**

Voleybol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni o'yin vaqtida joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.



## **11-modul. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi, qoidalari va rivojlanish tarixi**

### **1-mavzu. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Qo'l to'pi o'yinini kelib chiqishi va rivojlanishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Qo'l to'pi o'yinining Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. FIGA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi qo'l to'pi federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida qo'l to'pi bo'yicha musobaqalarning o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish.

### **2-mavzu. Qo'l to'pi o'yin qoidalari.**

Qo'l to'pi o'yini qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Qo'l to'pi sport turining maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **3-mavzu. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinining rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston qo'l to'pi o'yinining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **12-modul. Qo'l to'pi o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi**

### **1-mavzu. Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi.**

Qo'l to'pi o'yini texnikasini tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Maydon o'yinchisining texnikasi bo'yicha nazariy bilimlarga ega qilish, darvozabon o'yin texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Qo'l to'pi o'yin texnikasini 2 ta bo'limga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish, harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Qo'l to'pi o'yinida darvozabon o'yin texnikasi, o'yin texnikasini bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

### **2-mavzu. Qo'l to'pi o'yin taktikasining tasnifi.**

Qo'l to'pi o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Qo'l to'pi o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Qo'l to'pi o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

## **IV. Amaliy mashg'ulotlar bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar**

Amaliy mashg'ulotlarda talabalar harakatli o'yinlar bo'yicha o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni, o'yin elementlarini va texnik harakatlar amaliy o'rgatiladi



hamda baholanadi. Mashg'ulotlar va musobaqalarni tashkil qilish hamda o'tkazish bo'yicha ko'nikma hamda malakalarga ega bo'ladilar.

Amaliy mashg'ulotlar uchun quyidagi mavzular tavsifiya etiladi:

1. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish.
2. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish.
3. Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismida mos holda tanlash va tahlil qilish.
5. Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
6. O'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
7. Katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
8. Estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi
9. Nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
10. Suvda o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
11. Darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazish.
12. Harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini o'rgatish
13. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
14. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish.
15. Sog'lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
16. Harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish.
17. Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi xalq o'yinlaridan foydalanish.
18. Badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
19. Badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish.
20. Badminton o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish.
21. Badminton o'yinida volanni qaytarish usullarini o'rgatish.
22. Badminton o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
23. Stol tennis o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
24. Stol tennis to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish.
25. Stol tennis to'pchasiga zarba berish texnikasini o'rgatish.
26. Stol tennis o'yinida to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini o'rgatish.
27. Stol tennis o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
28. Futbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
29. Futbol o'yinida to'pni boshqarish texnikasini o'rgatish.
30. Futbol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
31. Voleybol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
32. Voleybol o'yinida to'pni boshqarishning texnik usullarni o'rgatish.
33. Voleybol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
34. Basketbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
35. Basketbol o'yinida to'pni boshqarishning texnik usullarni o'rgatish.
36. Basketbol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
37. Qo'l to'pi o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
38. Qo'l to'pi o'yinida to'pni boshqarish texnikasini o'rgatish.
39. Qo'l to'pi o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.



Amaliy mashg'ulotlarni tashkil etish bo'yicha kafedra professor o'qituvchilari tomonidan ko'rsatma va tavsiyalar ishlab chiqildi. Unda talabalar asosiy ma'ruza mavzulari bo'yicha olgan bilim va ko'nikmalarini amaliy mashg'ulotlar orqali yanada boyitadilar. Shuningdek, darslik va o'quv qo'llanmalar asosida talabalar bilimlarni mustahkamlashga erishish, tarqatma materiallardan foydalanish, sport musobaqalarida qatnashib, o'yinlarni tashkil qilish, hakamlilik qilish, ilmiy maqolalar va tezislarni chop etish orqali talabalarning bilimini oshirish, mavzular bo'yicha ko'rgazmali qurollar tayyorlash va boshqalar tavsiya etiladi.

#### **V. Seminar mashg'ulotlar bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar**

Seminar mashg'ulotlarida talabalar sport va harakatli o'yinlar bo'yicha o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazishni, o'yin elementlarini, texnik harakatlarni nazariy o'rganganligi, mashg'ulotlar va musobaqalarni tashkil qilish hamda o'tkazish bo'yicha nazariy bilim, ko'nikma hamda malakalarga ega ekanliklari aniqlanadi. Seminar mashg'ulotlarida talabalar ma'ruza mashg'ulotlaridagi mavzular bo'yicha berilgan ma'lumotlarni qay darajada o'zlashtirganligi aniqlanadi, baholanadi hamda ularni bilimlari yanada mustahkamlanadi.

Seminar mashg'ulotlar uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi:

#### **1-mavzu. Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.**

Harakatli o'yinlar bo'yicha ota bobolarimiz o'ynab kelgan o'yinlarni tiklash, ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida sport va harakatli o'yinlarni tashkil qilish hamda o'tkazishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdir.

#### **2-mavzu. Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi va tushunchasi.**

Harakatli o'yinlarni qisqacha tarixi, rivojlanishi va tushunchasi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Harakatli o'yinlarning milliy qadriyatlarimizdagi o'rnini anglatish. Harakatli o'yinlarni o'tkazishda bolalarni yosh xususiyatlarini hisobga olish haqida nazariy ma'lumotlar berish.

#### **3-mavzu. Harakatli o'yinlarni rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati.**

Talabalarga harakatli o'yinlar mazmunini tushuntirish, o'yinlarni tavsifi, rivojlanish bosqichlari va harakatli o'yinlarni tarbiyaviy sog'lomlantiruvchi va bilim berish ahamiyatlarini anglatish. Har bir o'yinni tarbiyaviy pedagogik ahamiyati haqida ma'lumotlarga ega qilish.

#### **4-mavzu. Harakatli o'yinlarni turkumlari.**

Harakatli o'yinlarni turkumlari: umumta'lim maktab, akademik-litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik me'yordagi harakatlarga o'yinlar mazmuni, tavsifi, rivojlanish bosqichlari va har bir o'yinni tarbiyaviy ahamiyati haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **5-mavzu. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish.**



Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash va o'tkazish, ya'ni umumta'lim maktab, akademik litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarning yosh xususiyatlarini va jinsini hisobga olgan holda katta, o'rta va kichik me'yordagi harakatlarga taalluqli o'yinlar mazmuni, tavsifi, tahlil qilish va o'tkazish metodlari. O'yinni o'tkazish joylarini tanlash, tashkil qilish va shart-sharoitlarini tayyorlash hamda o'yinga yordamchilar tayinlash bo'yicha nazariy ma'lumotlar berish.

Kichik, o'rta va katta maktab yoshidagi o'quvchilarga o'tkaziladigan harakatli o'yinlar haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **6-mavzu. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish.**

Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Umumta'lim maktab, akademik-litsey va kasb-hunar kollejlari o'quvchilarining yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda o'yinlarni me'yorlash va o'tkazish uslubiyatlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. O'yinga rahbarlik qilish, o'yinni boshlanishi, o'yinchilarni harakatini tashkil etish va ijodiy tashabbuskorligini rivojlantirish, o'yinchilarni hulqini va o'yinni borishini kuzatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. O'yinga hakamlik qilish bo'yicha nazariy ma'lumotlar berish. Harakatli o'yinlarda yuklamani tartibga solish usullari, o'yinni davom etish vaqti, o'yinni tugashi, o'yin natijalarini aniqlash va yakunlash haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **7-mavzu. Badminton o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Badminton o'yinini kelib chiqishi, badminton o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi, badmintonning Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi, BWFning tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi badminton federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida badminton musobaqalarining o'tkazilishi, dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi, olimpiada o'yinlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **8-mavzu. Badminton o'yin qoidalari.**

Badminton o'yin qoidalari, badminton maydoni va jihozlarini o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **9-mavzu. O'zbekistonda badminton o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda badminton o'yinini rivojlanishi va O'zbekistonda badmintonni rivojlantirish to'g'risidagi hukumat qarorlari va ularning ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **10-mavzu. Badminton o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.**

Badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish, badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda volanni qaytarish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **11-mavzu. Stol tennisi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**



Stol tennis o'yinini kelib chiqishi, stol tennis o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi, stol tennisning Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi, ITTFning tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi stol tennis federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida stol tennis musobaqalarining o'tkazilishi, dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi, olimpiada o'yinlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **12-mavzu. Stol tennis o'yin qoidalari.**

Stol tennis o'yin qoidalari, stol tennis stolining va jihozlarini o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **13-mavzu. O'zbekistonda stol tennis o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda stol tennis o'yinini rivojlanishi va O'zbekistonda stol tennisini rivojlantirish to'g'risidagi hukumat qarorlari va ularning ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **14-mavzu. Stol tennis o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.**

Stol tennis o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish; stol tennis to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish, o'yin jarayonida to'pchaga zarba berish texnikasini o'rgatish, o'yinda to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini, himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholash.

#### **15-mavzu. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Futbol o'yinini kelib chiqishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, futbol o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Futbolning Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. FIFA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi futbol federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida futbol musobaqalarining o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Futbol bo'yicha dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish.

#### **16-mavzu. Futbol o'yin qoidalari.**

Futbol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Futbol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **17-mavzu. 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 ahamiyatlarini anglatish hamda nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **18-mavzu. Futbol o'yin texnikasining tasnifi.**

Futbol o'yini texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Maydon o'yinchisining texnikasi bo'yicha haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Darvozabon o'yin texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.,



Futbol o'yin texnikasini 2 ta bo'limga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi., harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Futbol o'yinida darvozabon o'yin texnikasi va ularning bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **19-mavzu. Futbol o'yin taktikasining tasnifi.**

Futbol o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Futbol o'yin taktikasi haqida haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Futbol o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Futbol o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Futbol o'yinida hujumga qarshi tez hujum taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish texnika va taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **20-mavzu. Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.**

Basketbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Xalqaro basketbol ittifoqi FIBA ni tuzilishi va tashkil topishi to'g'risida nazariy ma'lumotlar berish.

Basketbol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Basketbol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **21-mavzu. Basketbol o'yin qoidalari.**

Basketbol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Basketbol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **22-mavzu. O'zbekistonda basketbol o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda basketbolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston basketbolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **23-mavzu. Basketbol o'yin texnikasining tasnifi.**

Basketbol o'yin texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Basketbol o'yin texnikasini bo'linishi; harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **24-mavzu. Basketbol o'yin taktikasining tasnifi.**

Basketbol o'yin taktikasi haqida tushuncha hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Basketbol o'yinida jamoa bo'lib, guruhli va yakka holda hujum va himoya qilish taktikalari haqida ma'lumot berish, o'yin kombinatsiyalari, to'psiz va to'p bilan harakatlanayotgan raqibga qarshi hujum qilish usullari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **25-mavzu. Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi tarixi.**



Voleybol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish bosqichlari, dastlabki musobaqalarni o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Xalqaro voleybol ittifoqi FIVB ni tuzilishi va tashkil topishi to'g'risida nazariy ma'lumotlar berish. Voleybol o'yini bo'yicha birinchi Jahon va Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Voleybol o'yinining Olimpiada o'yinlari (erkaklar va ayollar) dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **26-mavzu. Voleybol o'yin qoidalari.**

Voleybol o'yin qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Voleybol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **27-mavzu. O'zbekistonda voleybol o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston voleybolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **28-mavzu. Voleybol o'yin texnikasining tasnifi.**

Voleybol o'yin texnikasi tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

Voleybol o'yini texnikasini bo'limlarga bo'linishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Voleybol o'yinida harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Ya'ni harakatlanish texnikasidan yurish, yugurish, sakrash va burilish usullarini amalga oshirilishi bo'yicha ko'rsatmalar berish. Voleybol o'yinida to'pni boshqarish texnikasi, ya'ni to'pni tepadan, pastdan uzatish va qabul qilish texnikasi, to'pni har hil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yinga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish.

#### **29-mavzu. Voleybol o'yin taktikasining tasnifi.**

Voleybol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni o'yin vaqtida joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

#### **30-mavzu. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.**

Qo'l to'pi o'yinini kelib chiqishi va rivojlanishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Qo'l to'pi o'yinining Yevropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. FIGA ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi qo'l to'pi federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida qo'l to'pi bo'yicha musobaqalarning o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Qo'l to'pi o'yini bo'yicha dastlabki Jahon, Yevropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish.

#### **31-mavzu. Qo'l to'pi o'yin qoidalari.**



Qo'l to'pi o'yini qoidalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Qo'l to'pi sport turining maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

### **32-mavzu. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinini rivojlanishi.**

O'zbekistonda qo'l to'pi o'yinining rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston qo'l to'pi o'yinining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

### **33-mavzu. Qo'l to'pi o'yin texnikasining tasnifi.**

Qo'l to'pi o'yini texnikasini tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Maydon o'yinchisining texnikasi bo'yicha haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi., darvozabon o'yin texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Qo'l to'pi o'yin texnikasini 2 ta bo'limga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi., harakatlanish texnikasi va to'pni boshqarish texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Qo'l to'pi o'yinida darvozabon o'yin texnikasi, o'yin texnikasini bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

### **34-mavzu. Qo'l to'pi o'yin taktikasining tasnifi.**

Qo'l to'pi o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Qo'l to'pi o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Qo'l to'pi o'yinida jamoaviy, guruhli va yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi. Qo'l to'pi o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligi aniqlanadi va baholanadi.

## **VI. Kurs ishi bo'yicha uslubiy ko'rsatmalar**

Talaba kurs ishini tayyorlashda muayyan fanning xususiyatlari hisobga olgan holda quyidagi shakl va usullardan foydalanish tavsiya etiladi.

- kurs ishlarining tarkibiy tuzilishi quyidagicha bo'lishi maqsadga muvofiqdir ya'ni titul varag'i, reja, kirish, asosiy qism, xulosa va foydalanilgan adabiyotlar ro'yxati keltiriladi;

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

- mashqlar chizmasini chizish va mashq variantlarini ishlab chiqish hamda amaliy mashg'ulotlarda foydalanish;

- maxsus adabiyotlar bo'yicha mavzular ustida ishlash;

- talabanning o'quv, ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fanlar bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;

- faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;

Tavsiya etiladigan kurs ishlarining mavzularidan namunalar:

1. O'zbekiston Respublikasi mustaqillik davrida xalq o'yinlarining rivojlanishi.



2. Akademik liseylarda harakatli o'yinlar darsi jarayonida "Aylanma trenirovka" metodidan foydalanish xususiyatlari.
4. Qizlar bilan jismoniy tarbiya darsida harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
5. Sinf dan tashqari o'tkaziladigan jismoniy tarbiya ishlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi (quvnoq startlar, estafetalar, sport bayramlari).
6. O'quvchilarni sportga tanlash usullari, metodlari va ular bilan mashg'ulot o'tkazish metodikasi.
7. Sport bayramlarini o'tkazishda milliy va harakatli o'yinlardan foydalanish metodikasi.
8. O'quvchilarni katta sportga yo'naltirishda harakatli o'yinlarni ahamiyati.
9. O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda harakatli o'yinlarni tanlash va o'tkazish metodikasi.
10. O'quv muassasalarida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarida harakatli o'yinlar vositasi sifatida.
11. Badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
12. Badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish.
13. Badminton o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish.
14. Badminton o'yinida volanni qaytarish usullarini o'rgatish.
15. Badminton o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
16. Stol tennisi o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
17. Stol tennisi to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish.
18. Stol tennisi to'pchasiga zarba berish texnikasini o'rgatish.
19. Stol tennisi o'yinida to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini o'rgatish.
20. Stol tennisi o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
21. O'zbekiston Respublikasi mustaqillik davrida voleybol spor turining rivojlanishi.
22. O'zbekiston Respublikasi mustaqillik davrida futbol sport turining rivojlanishi.
23. Akademik litseylarda voleybol darsi jarayonida «Aylanma trenirovka» metodidan foydalanish xususiyatlari.
24. Qizlar bilan jismoniy tarbiya darsida basketbol o'yinini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
25. Sinf dan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya ishlarini tashkil qilish va o'tkazish metodikasi (futbol, voleybol, basketbol, qo'l to'pi to'garagi).
26. Voleybol sport to'garagiga o'quvchilarni tanlash usullari, metodlari va ular bilan mashg'ulot o'tkazish metodikasi.
27. Sport bayramlarini o'tkazishda sport o'yinlaridan foydalanish metodikasi.
28. O'quvchilarni katta sportga yo'naltirishda sport o'yinlarini ahamiyati.
29. O'quvchilarni yosh xususiyatlarini hisobga olgan holda mashqlarni tanlash va o'tkazish metodikasi.
30. Basketbolchilarga to'pni boshqarish texnikasini o'rgatish metodikasini takomillashtirish.
31. O'quv muassasalarida ommaviy sport-sog'lomlashtirish ishlarida basketbol o'yini vositasi sifatida.



32. Yosh gandbolchilarni tanlab saralash metodikasini ilmiy asoslash.  
33. Futbolchilarda tezkor kuch sifatlarini rivojlantirishda qo'llaniladigan vosita va metodlarini takomillashtirish.

## VII. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

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

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

- tarqatma materiallar ma'ruzalar qismini o'zlashtirish;

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

- maxsus adabiyotlar bo'yicha mavzular ustida ishlash;

- o'yinda ishlatiladigan sport anjomlarini o'rganish;

- talabaning o'quv, ilmiy-tadqiqot ishlarini bajarish bilan bog'liq bo'lgan fanlar bo'limlari va mavzularini chuqur o'rganish;

- faol va muammoli o'qitish uslubidan foydalaniladigan o'quv mashg'ulotlari;

- masofaviy ta'lim.

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:

1. Sport va harakatli o'yinlarni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.
2. Harakatli o'yinlar tarixi va qisqacha tushuncha, turkumlari, rivojlanish bosqichlari va pedagogik ahamiyati.
3. Harakatli o'yinlarni bolani yoshiga mos holda tanlash, tahlil qilish va o'tkazish metodikasi.
4. Harakatli o'yinlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi.
5. Harakatli o'yinlarni darsni asosiy qismida mos holda tanlash va tahlil qilish.
6. Kichik yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
7. O'rta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
8. Katta yoshdagi bolalarga beriladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
9. Estafetali harakatli o'yinlarni o'tkazish metodikasi.
10. Nutqni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
11. Suvda o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'rgatish.
12. Darsdan tashqari o'ynaladigan harakatli o'yinlarni o'tkazish.
13. Harakatli o'yinlar orqali sport o'yinlari elementlarini o'rgatish.
14. Jismoniy sifatlarni rivojlantiruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
15. Sport bayramlarini o'tkazishda harakatli o'yinlardan foydalanish.
16. Sog'lomlashtiruvchi hamda hordiq chiqaruvchi harakatli o'yinlarni o'rgatish.
17. Harakatli o'yinlarni rejalashtirish va nazorat qilish, harakatli o'yinlar jarayonida sport anjomlari va inshootlaridan foydalanish.
18. Sinfdan tashqari, kuni uzaytirilgan guruhlarda va sport bayramlari tadbirlarini o'tkazish jarayonidagi xalq o'yinlaridan foydalanish.
19. Badminton o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.



20. Badminton o'yin qoidalari.
21. O'zbekistonda badminton o'yinini rivojlanishi.
22. Badminton o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.
23. Badminton o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
24. Badminton o'yinida volanni o'yinga kiritish va qaytarish texnikasini o'rgatish.
25. Badminton o'yin jarayonida sakrab volanga zarba berish texnikasini o'rgatish.
26. Badminton o'yinida volanni qaytarish usullarini o'rgatish.
27. Badminton o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
28. Stol tennisi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.
29. Stol tennisi o'yin qoidalari.
30. O'zbekistonda stol tennisi o'yinini rivojlanishi.
31. Stol tennisi o'yin texnikasi va taktikasining tasnifi.
32. Stol tennisi o'yinida uchraydigan holat va harakatlarga o'rgatish.
33. Stol tennisi to'pchasini o'yinga kiritish usullarini va qaytarish texnikasini o'rgatish.
34. Stol tennisi to'pchasiga zarba berish texnikasini o'rgatish.
35. Stol tennisi o'yinida to'pchani qaytarish va zarba berish usullarini o'rgatish.
36. Stol tennisi o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik usullarini o'rgatish.
37. Futbol o'yinining kelib chiqishi va rivojlanish tarixi.
38. Futbol o'yin texnikasi va taktikasini tasnifi.
39. Basketbol o'yinini rivojlanishi tarixi va rivojlanish bosqichlari.
40. Basketbol o'yin texnika va taktikasini tasnifi.
41. Voleybol o'yinining vujudga kelishi va rivojlanishi.
42. Voleybol o'yini texnikasi va taktikasini tasnifi.
43. Qo'l to'pi o'yinining kelib chiqishi va rivojlanishi.
44. Qo'l to'pi o'yini texnikasi va taktikasini tasnifi.
45. Futbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
46. Futbol o'yinida to'pni boshqarish texnikasini o'rgatish.
47. Futbol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
48. Voleybol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
49. Voleybol o'yinida to'pni boshqarishning texnik usullarni o'rgatish.
50. Voleybol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
51. Basketbol o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
52. Basketbol o'yinida to'pni boshqarishning texnik usullarni o'rgatish.
53. Basketbol o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.
54. Qo'l to'pi o'yinida harakatlanish texnikasini o'rgatish.
55. Qo'l to'pi o'yinida to'pni boshqarish texnikasini o'rgatish.
56. Qo'l to'pi o'yin texnikasi va taktikasini o'rgatish.



## VIII. Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbaalari

### 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.
- 70 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. 30
- 60 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. Жуков М.Н. — М.: Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. Издателский центр «Академия» 2000. - 160 с.
- 50 8. Nurimov R.I. "Futbol" darslik T, O'zDJTI 2005 y.
9. Айропетянц Л.Р. "Волейбол" Учебник. Т, УзГосИФК 2006 г.
- 70 10. Rasulov O.T. "Basketbol" Darslik. Toshkent 1998 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

13. Мирзиёев Ш.М. Буюк келажакимизни мард ва олийжаноб халқимиз билан бирга курамиз. Тошкент "Ўзбекистон" – 2017 й.
14. Ш.Мирзиёев Эркин ва фаровон демократик Ўзбекистон давлатини биргаликда барпо этамиз. "Ўзбекистон" НМИУ, 2016 й.
15. Ш.Мирзиёев Қонун устуворлиги ва инсон манфаатларини таъминлаш – юрт тараққиёти ва халқ фаровонлигининг гарови. "Ўзбекистон" НМИУ, 2016 й.
16. 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегияси. Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги ПФ-4947 сонли Фармони.
17. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y.
18. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.
19. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y.
20. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.
21. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y.



22. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" Cho'lpon nashriyoti T.: 2010 y.
23. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.
24. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.
25. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.
26. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

#### **Internet saytlari**

27. [www.tdpu.uz](http://www.tdpu.uz)
28. [www.pedagog.uz](http://www.pedagog.uz)
29. [www.edu.uz](http://www.edu.uz)
30. [www.nadlib.uz](http://www.nadlib.uz) (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)
31. <http://ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portali