

НЕМАТОВ СОХИБ ТЕШАЕВИЧ

**«ГИМНАСТИКА И
МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ»**

**МИНИСТЕРСТВО ВЫСШЕГО И СРЕДНЕГО
СПЕЦИАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ
УЗБЕКИСТАН
БУХАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

НЕМАТОВ СОХИБ ТЕШАЕВИЧ

**«ГИМНАСТИКА И МЕТОДИКА
ПРЕПОДАВАНИЯ»**

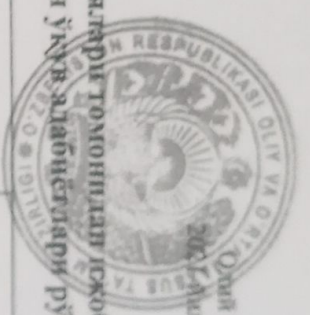
**Учебное пособие для студентов физической культуры в
высших учебных заведениях направление 5112000- Физическая
культура**

СОДЕРЖАНИЕ

Введение		
Модул 1. История развития гимнастики и место в системе физического воспитания		
1.1.	Возникновение гимнастики.	
1.2.	Гимнастика у древних народов.	
1.3.	Гимнастика в Средневековье.	
1.4.	Гимнастика в эпоху Возрождения.	
1.5.	Гимнастика в Новое время.	
1.6.	Возникновение национальных систем гимнастики.	
1.7.	Системы индивидуальной гимнастики Эбера, Мюллера, Сандова и др.	
1.8.	Развитие современных видов гимнастики.	
1.9.	Проведение первых соревнований по гимнастике.	
1.10.	Массовые гимнастические выступления.	
1.11.	Гимнастика в дореволюционной России. Педагогическая система гимнастики П.Ф. Лесгафта. Развитие гимнастики в дореволюционной России и при Петре I.	
1.12.	Внедрение гимнастики в физическую подготовку войск передовыми полководцами России.	
1.13.	Педагогическая система гимнастики П. Ф. Лесгафта.	
1.14.	Развитие гимнастики после 1917 г.	
1.15.	Развитие гимнастики в Узбекистане	
1.16.	Развитие гимнастики в Узбекистане в первой половине XX века.	
1.17.	Первые результативные шаги Узбекских гимнастов.	
Модул 2. Гимнастика в системе физического воспитания		
2.1.	Задачи, средства и методические особенности гимнастики	
2.2.	Классификация видов гимнастики	

2.3.	Оздоровительные виды гимнастики	
2.4.	Спортивные виды гимнастики	
Модул 3. Методика обучения гимнастическим упражнениям		
3.1.	Строевые упражнения	
3.2.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	
3.3.	Разновидности ходьбы, бега и прыжков	
3.4.	Упражнения на внимание, игры и эстафеты	
3.5.	Лазание	
3.6.	Упражнения на гимнастических снарядах	
3.6.1.	Брусья // (параллельные)	
3.6.2.	Перекладина	
3.6.3.	Кольца	
3.6.4.	Бревно	
3.6.5.	Прыжок боком	
3.6.7.	Акробатические упражнения	
3.6.8.	Брусья разной высоты	
Модул 4. Занятия гимнастикой в школе		
4.1.	Типы и структура урока гимнастики в школе. Уроки гимнастики	
4.2.	Задачи, средства, методические положения урока	
4.3.	Общая и моторная плотность урока	
4.4.	Подготовка и проведение урока	
Рекомендуемая литература		

Мувофиқлаштирувчи кенгашнинг ўқув-услубий бирлашма ва комиссиялари томонидан исқобий ҳулюса берилган
 олий ва ўрта махсус таълим муассасалари учун вратилган ўқув адабистлари рўйхати



Ўзбекистон Республикаси
 Олий ва ўрта махсус таълим вазирлигининг
 2023 йил 27
 бўйруғига 7-қисми

ГУМАНИТАР СОҲА

“Математика фанлари” ўқув-услубий бирлашмаси

Т/р	Муаллиф(лар)	Ўқув адабистининг номи	Ўқув адабист тури	Адабистни тақлим этган ОТМ номи	Йўналдиш ёки мутахассислик коди ва номи	Ўқув режадаги фаннинг номи	Қўлёзма ҳажми (бет)	Тахминий баҳо	Мўлажалаш тиричи маблағлари
1.	Ш.Ш.Бобоқжанов, С.Ю.Башуи	Высшая математика / Математика для экономистов (часть 3) Теория вероятностей и математическая статистика	даврлик	ТМИ	1-25-01-04 – Молия ва кредит	Олий математика, Iqisodchilar uchun matematika	249	50	ОТМ ichki imkoniyati
2.	F.Dosimov, M.Dosimova	Boshlang'ich matematika kursi pazargyasi Matematikadan mustaqil- pazorgat ishlari to'plami (1-qism)	o'quv qo'llanma	BuxDU	51177000 – Boshlang'ich ta'lim, sport- tarbiyaviy ish	Boshlang'ich matematika kursi pazargyasi	110	100	ОТМ ichki imkoniyati
3.	M.I.Axmedov, R.X.Kadirov	Oliy matematika	o'quv qo'llanma	YODLU	“Arxitektura va shaharsozlik” “Qurilish” va “Mudofoi energetika”	Matematika	428	50	ОТМ ichki imkoniyati
4.	M.I.Пугачова	Конспект лекций по теории вероятностей и математической статистике	o'quv qo'llanma	BuxMТИ	3200000 – Ishlab chiqarish texnologiyalar sohalarining barcha yo'nalishlari uchun	Oliy matematika	195	100	ОТМ ichki imkoniyati
5.	A.Atkhbayev, I.Xalilov	Tekislikda to'g'ri geometriya	o'quv qo'llanma	JizDP1	Pedagogika oliy o'quv yurtlari talabalari uchun	Geometriya	149	50	ОТМ ichki imkoniyati
6.	Ю.В.Садонинский, Р.Б.Евстигьев, Т.Ф.Журавя	Топология	o'quv qo'llanma	O'zMU	5130100 – Matematika	Differensial geometriya va topologiya	106	50	ОТМ ichki imkoniyati
7.	Ю.О. Мухитпадиев, З.Р.Рахмонов	Математика ва informatika o'qitish metodikasi	o'quv qo'llanma	O'zMU	5130200 – Amaliy matematika 5330200 – Axborot tizimlari va texnologiyalari (fannoqlar va sohalar bo'yicha)	Matematika va informatika o'qitish metodikasi	205	50	ОТМ ichki imkoniyati

T/r	Муаллим(лар)	Ўқув адабиётининг номи	Ўқув адабиёт тури	Адабиётни танқид этиш ОТМ номи	Йўналиш ёки мутахассислик коди ва номи	Ўқув режасидаги фаннинг номи	Қўлзма ҳажми (бет)	Тахминий адади	Молиялаш тириш манбалари
209.	N. T. To'xtaboyev	Yengil atletikani o'rgatish metodikasi	darslik	ЎТБМЎМТҚ ТМО маркази	5610500 – Sport faoliyati	Yengil atletikani o'rgatish metodikasi	473	100	ОТМ ichki imkoniyati
210.	M. J. Abdullayev	Letkay atletika va metodika o'g'ri prepodavaniya	o'quv qo'llanma	BuxDU	5112000 – Jismoniy madaniyat	Yengil atletika va uni o'qitish metodikasi	288	100	ОТМ ichki imkoniyati
211.	F. V. Sadullayev	Country study (Uzbekistan)	darslik	BuxDU	5111400 – Xorijiy til va adabiyot (tillar bo'yicha), 5112200 – Maktabgacha va boshlang'ich ta'limda xorijiy til (tillar bo'yicha)	O'lkashunoslik	209	100	ОТМ ichki imkoniyati
212.	D. I. Davronov	Ona tili o'qitish metodikasi (Amaliy mashg'ulot ishlamas)	o'quv qo'llanma	BuxDU	5111700 – Boshlang'ich ta'lim va sport- tarbiyaviy ish	Ona tili o'qitish metodikasi	178	100	ОТМ ichki imkoniyati
213.	M. M. Юлдашева, M. G. Садуллоева	Методика преподавания родного языка	o'quv qo'llanma	BuxDU	5111700 – Boshlang'ich ta'lim va sport- tarbiyaviy ish	Ona tili o'qitish metodikasi	176	100	ОТМ ichki imkoniyati
214.	Z. D. Hasanova	Boshqaruv psixologiyasi	darslik	BuxMTI	Barcha ta'lim yo'nalishlari uchun	Boshqaruv psixologiyasi	219	100	ОТМ ichki imkoniyati
215.	J. T. Yo'ldoshev	Masalalar yechish bo'yicha praktikum	o'quv qo'llanma	QarDU	5111700 – Boshlang'ich ta'lim va sport-tarbiyaviy ish	Masalalar yechish bo'yicha praktikum	106	100	ОТМ ichki imkoniyati
216.	M. K. Ergasheva	Landshtafshunoslik. Buyuk siymolar (1-qism)	o'quv qo'llanma	BuxDU	5140600 – Geografiya	Landshtafshunoslik	68	100	ОТМ ichki imkoniyati
217.	M. Y. Ergashov	Organik kimyodan masala, mashq va testlar	o'quv qo'llanma	BuxDU	5440400 – Kimyo	Organik kimyo	442	100	ОТМ ichki imkoniyati
218.	V. B. Ma'murov, I. E. Davronov	Pedagogik kompetentlik	darslik	BuxDU	5A5111701 – Ta'lim va tarbiya nazariyasi va metodikasi (boshlang'ich ta'lim)	Pedagogik kompetentlik	231	100	ОТМ ichki imkoniyati
219.	R. Sayfullayeva, M. Abuzalova, N. G'aybullayeva	Tilshunoslik nazariyasi	o'quv qo'llanma	BuxDU	5 120100 – Filologiya va tillarni o'qitish(o'zbek tili)	Tilshunoslik nazariyasi	150	100	ОТМ ichki imkoniyati
220.	V. Xodjayev, M. Buzorova, Z. Murodova, S. Norboeva	Pedagogik tadqiqotlarni modellashitish	o'quv qo'llanma	QarDU	5A110901 – Pedagogika nazariyasi va tarixi	Pedagogik tadqiqotlarni modellashitish	216	100	ОТМ ichki imkoniyati
221.	S. T. Nematov	Гимнастика и методика преподавания	o'quv qo'llanma	BuxDU	5112000 – Jismoniy madaniyat	Gimnastika va uni o'qitish metodikasi	190	100	ОТМ ichki imkoniyati