

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI
OLIY TA'LIM, FAN VA INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI
CHIRCHIQ DAVLAT PEDAGOGIK UNIVERSITETI



JISMONIY MADANIYAT NAZARIYASI VA METODIKASI
FANI BO'YICHA
SILLABUS

(Ta'lim shakli: kunduzgi 1-bosqich)

Bilim sohalari:	100 000 – Ta'lim
Ta'lim sohalari:	110 000 – Ta'lim
Ta'lim yo'nalishlari:	60112200 – Jismoniy madaniyat

Chirchiq – 2023 y.



FAN SILLABUSI

O'quv yili:	2023/2024
Fan nomi:	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi
Fan turi:	Majburiy
Fan kodi:	JMNMM110
Yil:	3
Ta'lim shakli:	Kunduzgi
Ta'lim turi	Bakalavriat
Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:	
Ma'ruza	Jami 300 1-semestr 60 2-semestr 60
Amaliy mashg'ulotlar	40 20 20
Laboratoriya mashg'ulotlari	30 16 14
Seminar	50 24 26
Mustaqil ta'lim	180 90 90
Kredit miqdori:	10 5 5
Baholash shakli:	O.N.I yozma/test yozma/test
Fan uchun mas'ul kafedra:	Yakuniy nazorat yozma/test
	"Jismoniy madaniyat nazariyasi"

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

Mualif (lar):	Tursunov Abdumomin Erdiqulovich. Abdunabiyev Bekmurod Akbar o'g'li.
E-mail:	Tursunovabdumomin26@gmail.com. Abdunabiyevbekmurod909@gmail.com.
Telefon raqami	(99) 841-54-22, (94) 930-16-55
Tashkilot:	Chirchiq davlat pedagogika universiteti, "Jismoniy madaniyat nazariyasi" kafedrası
Taqrizchilar:	U.R.Radjabov – Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti "Jismoniy tarbiya va sport" kafedrası mudiri, professor. T.S.Achilov – Chirchiq davlat pedagogika universiteti "Sport va chaqiriqqacha harbiy ta'lim" fakulteti dekani, dotsent.

Fan maqsadi (FM)	
FM1	Bo'lajak kadrlarga jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi bo'yicha atroflicha va chuqur kasbiy bilimlar berish orqali, kelajakdagi ish faoliyatlarida kasbiy-amaliy ahamiyat kasb etuvchi jismoniy madaniyat bo'yicha kasbiy bilimlar, ko'nikma va malakalarga ega qilish qatorida pedagogik texnologiyalardan foydalana olish kabi amaliy ko'nikmalar bilan qurollantirishni ko'zda tutadi.
Fanni o'zlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar	
1.	Jismoniy madaniyat tarixi
2.	Jismoniy madaniyat nazariyasi
Ta'lim natijalari (TN)	
Bilimlar jihatidan:	
TN1	Jismoniy tarbiyaning tarixiy xususiyatlari jismoniy tarbiyaning yuzaga kelishi va rivojlanishi sabablarini: jismoniy madaniyat tizimi ma'lum ijtimoiy tashkilot sifatida shakllanishini;
TN2	Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi mazmun-mohiyatini; Qadimgi sharq davlatlarida jismoniy tarbiya va sport haqida nazariy ma'lumotlarni tahlil qilishni; Qadimgi zamonlardagi olimpiya o'yinlarini tashkil etilishi haqida nazariy ma'lumotlarga tahlil qilishni;
TN3	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportning rivojlanishi; O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki haqida nazariy ma'lumotlarni tahlil qilishni; Bo'lajak kadrlarga jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi bo'yicha atroflicha va chuqur kasbiy bilimlarini shakllanishi haqida nazariy ma'lumotlarni mazmun-mohiyatini;
TN4	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib borilayotgan tadqiqot usullari haqida nazariy ma'lumotlarga ega ekanligini aniqlash va baholashni; O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida" gi qonuni va unda belgilangan moddalar hamda ularning mazmunini anglatishni; Jamiyat taraqqiyoti va ijtimoiy-iqtisodiy ishlab chiqarish jarayonlarida jismoniy tarbiyaning mohiyati haqida nazariy ma'lumotlarga ega bolishi; Jismoniy tarbiya vositalarining o'rni va ahamiyatini bilishi kerak;
Ko'nikmalar jihatidan:	
TN5	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirishning umumiy tavsifi; O'zbekiston Respublikasi hukumati va jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati;

TN6	Bakalavriatning mos yo'nalishi bo'yicha raqobatbardosh umumkasbiy tayyorgarlikka ega bo'lishni jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifalari va shakllari; jismoniy mashqlar; tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigienik omillar; jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida qo'llaniladigan jismoniy tarbiya metodlari; harakatlarga o'rgatish bosqichlari; jismoniy tarbiya darslarining vazifalari; maktabgacha ta'lim tashkilotlarida jismoniy tarbiya; umumta'lim maktablarida jismoniy tarbiya; professional ta'limda jismoniy tarbiya darslari;
TN7	Jismoniy tarbiya darslarida pedagogik nazorat: pedagogik tahlil, xronometraj, pulsometriya o'tkazish uslubiyoti; sinfdan tashqari olib boriladigan jismoniy tarbiya ishlari tavsifi; o'quvchilarning "Alpomish" va "Barchinoy" maxsus testlari orqali jismoniy tayyorgarlini aniqlash;
TN8	Kuch qobiliyatini tarbiyalash; tezkorlik qobiliyatini tarbiyalash; chaqqonlik qobiliyatini tarbiyalash; egiluvchanlikni tarbiyalash; chidamlilikni tarbiyalash; jismoniy tarbiyaning didaktik tamoyillari; harakat malakalarining tashkil etish qonuniyatlari haqida bilishi kerak

Fan mazmuni		
Mashg'ulotlar shakli: Ma'ruza (M)		
1-yarim yillik		
M1	Jismoniy madaniyat tarixi fanining maqsadi hamda vazifalari, xususiyatlari.	2
M2	Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi va qadimgi olimpiya o'yinlari.	2
M3	O'rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiyasi va buyuk gumanistlar ta'limoti.	2
M4	Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya va Xalq qo'shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi.	2
M5	Xalqaro sport harakatining rivojlanishi va xalqaro olimpiya qo'mitasining tashkil topishi.	2
M6	Milliy olimpiya qo'mitasining tashkil topishi va O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki.	2
M7	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportning rivojlanishi.	2
M8	Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanining maqsadi hamda vazifalari.	2
M9	O'z-o'zini boshqaruv tashkilotlarida jismoniy madaniyatni tashkil etish fanining maqsadi, vazifalari va boshqa fanlar bilan aloqadorligi.	2
M10	O'zbekiston Respublikasining Mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati. O'zbekiston Respublikasi Milliy	2

Olimpiya qo'mitasi.		Jami	20
		2-yarim yillik	
M1	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi faniga kirish.		2
M2	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari.		2
M3	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining ilmiy va o'quv fani sifatida tutgan o'rni.		2
M4	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot uslublari.		2
M5	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirishning umumiy tavsifi.		2
M6	O'zbekiston Respublikasi hukumatining jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati.		2
M7	Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifalari va shakllari.		2
M8	Jamiyat taraqqiyoti va ijtimoiy-iqtisodiy ishlab chiqarish jarayonlarida jismoniy tarbiyaning mohiyati.		2
M9	Jismoniy mashqlar.		2
M10	Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar.		2
		Jami	20
Mashg'ulotlar shakli: Amaliy (A)			
1-yarim yillik			
A1	Jismoniy madaniyat tarixi fanining maqsadi hamda vazifalari, xususiyatlari.		2
A2	Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi va qadimgi olimpiya o'yinlari.		2
A3	Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya va Xalq qo'shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi.		2
A4	Xalqaro sport harakatining rivojlanishi va xalqaro olimpiya qo'mitasining tashkil topishi.		2
A5	Milliy olimpiya qo'mitasining tashkil topishi va O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki.		2
A6	Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanining maqsadi hamda vazifalari.		2
A7	O'z-o'zini boshqaruv tashkilotlarida jismoniy madaniyatni tashkil etish fanining maqsadi, vazifalari va boshqa fanlar bilan aloqadorligi.		2
A8	O'zbekiston Respublikasining Mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati. O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi.		2
		Jami	16
2-yarim yillik			
A1	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi		2

	hamda vazifalari.	
A2	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining ilmiy va o'quv fani sifatida tutgan o'rni.	2
A3	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirishining umumiy tavsifi.	2
A4	O'zbekiston Respublikasi hukumatining jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati.	2
A5	Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifalari va shakllari.	2
A6	Jismoniy tarbiya vositalari.	2
A7	Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar.	2
	Jami	14
Mashg'ulotlar shakli: Seminar (S)		
1-yarim yillik		
S1	Jismoniy madaniyat tarixi fanining maqsadi hamda vazifalari, xususiyatlari.	2
S2	Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi va qadimgi olimpiya o'yinlari.	2
S3	O'rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiyasi va xususiyatlari.	2
S4	Buyuk gumanistlar ta'limoti.	2
S5	Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya va Xalq qo'shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi.	2
S6	Xalqaro sport harakatining rivojlanishi va xalqaro olimpiya qo'mitasining tashkil topishi.	2
S7	Milliy olimpiya qo'mitasining tashkil topishi va O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki.	2
S8	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportning rivojlanishi.	2
S9	Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanining maqsadi hamda vazifalari.	2
S10	O'z-o'zini boshqaruv tashkilotlarida jismoniy madaniyatni tashkil etish fanining maqsadi, vazifalari va boshqa fanlar bilan aloqadorligi.	2
S11	O'zbekiston Respublikasining Mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati.	2
S12	O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi.	2
	Jami	24
2-yarim yillik		
S1	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi faniga kirish.	2
S2	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi.	2
S3	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining vazifalari.	2
S4	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining ilmiy va o'quv fani sifatida tutgan o'rni.	2
S5	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot	2

	uslublari.	
S6	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirishining umumiy tavsifi.	2
S7	O'zbekiston Respublikasi hukumatining jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati.	2
S8	Jismoniy madaniyatning jamiyatdagi vazifalari va shakllari.	2
S9	Jamiyat taraqqiyoti va ijtimoiy-iqtisodiy ishlab chiqarish jarayonlarida jismoniy tarbiyaning mohiyati.	2
S10	Jismoniy mashqlar.	2
S11	Tabiatning sog'lomlashtiruvchi kuchlari va gigiyenik omillar.	2
S12	Jismoniy tarbiyaning umumiy tamoyillari.	2
S13	Jismoniy tarbiyaning maxsus tamoyillari.	2
	Jami	26
Mustaqil ta'lim (MT)		
1-yarim yillik		
MT1	Jismoniy madaniyat tarixi haqida umumiy tushuncha.	4
MT2	Jismoniy madaniyat tarixi fanining maqsadi hamda vazifalari, xususiyatlari.	4
MT3	Jismoniy madaniyat tushunchalari, maqsadi va vazifalari.	4
MT4	Qadimgi dunyo xalqlarining jismoniy tarbiyasi.	4
MT5	Qadimgi yunonistonda Gomer davrida jismoniy tarbiya.	4
MT6	Qadimgi Rimda gladiatorial maktabi.	2
MT7	Qadimgi Rusda jismoniy tarbiya.	2
MT8	Qadimgi olimpiya o'yinlari.	2
MT9	O'rta asrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiyasi.	4
MT10	Buyuk gumanistlar ta'limoti.	2
MT11	Yangi va eng yangi davrlarda chet mamlakatlarda jismoniy tarbiya.	4
MT12	Xalq qo'shinlarining harbiy va jismoniy tayyorgarligi.	4
MT13	Xalqaro sport harakatining rivojlanishi.	2
MT14	Xalqaro olimpiya qo'mitasining tashkil topishi.	4
MT15	Milliy olimpiya qo'mitasining tashkil topishi.	4
MT16	O'zbekiston sportchilarining Osiyo, jahon va Olimpiya o'yinlaridagi ishtiroki.	4
MT17	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat va sportning rivojlanishi.	4
MT18	Jismoniy tarbiya va sportni boshqarish fanining maqsadi hamda vazifalari.	4
MT19	O'z-o'zini boshqaruv tashkilotlarida jismoniy madaniyatni tashkil etish fanining maqsadi, vazifalari.	4
MT20	O'z-o'zini boshqaruv tashkilotlarida jismoniy madaniyatni tashkil etish fanining boshqa fanlar bilan aloqadorligi.	4
MT21	Xorijiy mamlakatlarda jismoniy tarbiya va sport ishlarini boshqarilishini o'rgatish.	4

MT22	O'zbekiston Respublikasida mustaqillik davrida jismoniy tarbiya va sportning ijtimoiy ahamiyati.	4
MT23	O'zbekiston Respublikasi Milliy Olimpiya qo'mitasi.	4
MT24	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirish umumiy tavsifi.	4
MT25	O'zbekiston Respublikasi hukumati jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati.	4
Jami		90
2-yarim yillik		
MT1	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi faniga kirish.	4
MT2	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining maqsadi.	4
MT3	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining vazifalari.	4
MT4	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining ilmiy va o'quv fani sifatida tutgan o'rni.	4
MT5	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT6	O'zbekiston Respublikasida jismoniy madaniyat tizimini rivojlantirish umumiy tavsifi.	4
MT7	O'zbekiston Respublikasi hukumati jismoniy madaniyat va sport bo'yicha qabul qilgan hujjatlarining ahamiyati.	4
MT8	Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi fanining ilmiy va o'quv fani sifatida tutgan o'rni.	2
MT9	Jismoniy madaniyat nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT10	Jismoniy madaniyat nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT11	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT12	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	2
MT13	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	2
MT14	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	2
MT15	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT16	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT17	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT18	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT19	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT20	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT21	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT22	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT23	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	2
MT24	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
MT25	Jismoniy tarbiya nazariyasi bo'yicha olib boriladigan tadqiqot usullari.	4
Jami		90

VIII. Kreditlarni olish uchun talablar:		
Fanga oid nazariy va amaliy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar haqida mustaqil mushohada yuritish, ijod qilish va joriy, oraliq nazorat shakllarida yozma yoki og'zaki berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha testlarni topshirish.		
IX. Fan bo'yicha talabalar bilimni baholash va nazorat qilish mezonlari		
Talabalar tomonidan ta'lim natijalari buyicha ballarni konvertatsiya qilish YeCTS (European Credit Transfer System) tizimi asosida amalga oshiriladi.		
Ta'lim natijalarini baholash uchun ballar quyidagi tartibda belgilanadi:		
Auditoriya mashg'ulotida berilgan topshiriqlarni bajarilganligi uchun – joriy baholash(JB); Mustaqil ta'lim topshiriqlarini bajarilganligi uchun mustaqil ishini baholash (MIB);	Oraliq nazorat vaqtida javob berganligi uchun – oraliq nazorat bali(ONB);	Yakuniy nazorat vaq-tida javob berganligi uchun- berganligi uchun- yakuniy nazorat bali (YNB)
Joriy nazoratning maksimal bali 15+15=30 ball: ΣJN = JB + MIB	Oraliq nazoratning maksimal bali 20 ball: ΣON = ONB + MIB	Yakuniy nazoratning maksimal bali(YNB) 50 ball.
ΣJN + ΣON > 30 ball bo'lgan talaba yakuniy nazorat topshirishga ruxsat beriladi.		
Modul(fan)dan o'zlashtirish ko'rsatkichi(O'K): ΣO'K = ΣJN + ΣON + YNB		
ΣO'K ≥ 60 ball bo'lganda modul(fan) o'zlashtirilgan hisoblanadi.		
Talabalarining ta'lim natijalarini baholash mezonlari:		
Daraja	5 ballik tizim (baho)	O'zlashtirish foizda
O'quv boshqarma uchun	Professor-o'qituvchi uchun	Baholash mezonlari
A+	4,51 – 5	91 - 100
Talaba materialni mustaqil ravishda tez o'zlashtiradi: xatolarga yo'l qo'ymaydi; mashg'ulotlarda faol ishtirok etadi; savollarga to'liq va aniq javob beradi.		

A	4,26 – 4,5	86 – 90	talaba materiallarni mustaqil ravishda o'zlashtiradi: xatolarga yo'l qo'ymaydi; savollarga to'liq va aniq javob beradi.
B+	4,01 – 4,25	81 – 85	Yaxshi talaba materiallarni yaxshi o'zlashtirgan, uni mantiqiy ifoda eta oladi; mashg'ulotlarda faol ishtirok etadi; savollarga to'liq va aniq javob beradi, biroq uncha jiddiy bo'lmagan xatolarga yo'l qo'yadi.
B	3,51 – 4,0	71 – 80	talaba materiallarni yaxshi o'zlashtirgan, savollarga to'liq va aniq javob beradi, biroq uncha jiddiy bo'lmagan xatolarga yo'l qo'yadi.
C+	3,26 – 3,5	66 – 70	Qoniqarli asosiy materiallarni biladi, biroq aniq ifoda etishga qiyinaladi; savollarga javob berishda aniqlik va to'liqlik etishmaydi; materiallarni taqdim etishda ayrim xatoliklarga yo'l qo'yadi; kommunikatsiya jarayonida qiyinchilik sezadi.
C	3,0 – 3,25	60 – 65	asosiy materiallarni biladi, biroq aniq ifoda etishga qiyinaladi; savollarga javob berishda aniqlik va to'liqlik etishmaydi; materiallarni taqdim etishda ayrim xatoliklarga yo'l qo'yadi;
F	3,0 dan kam	59 dan past	Qoniqarsiz materiallarni o'zlashtirmagan; savollarga javob bera olmaydi; mashg'ulotlarda ishtirok etmaydi

Asosiy va qo'shimcha o'quv adabiyotlar hamda axborot manbaalari

Asosiy adabiyotlar	
1.	Abdullayev A. "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" (1-jild)/ Darslik. Toshkent/Navro'z nashriyoti, 2017 y.
2.	Mahkamdjanov K.M. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi Toshkent., darslik "Iqtisod-moliya" 2008 y.
3.	Nurmatov F.A. Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi o'quv qo'llanma

Toshkent 2022 y.	
4.	Abdullayev A., Xonkeldiev Sh. Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubi. o'quv qo'llanma Toshkent., O'zDJTI, 2005 yil - 300 b.
5.	Maxkamdjanov K., Tulenova X.B. Maktabgacha ta'lim muassasalari uchun umumiy va kengaytirilgan "Jismoniy tarbiya" dasturi. Ilm-ziyo Toshkent., 2006 y
Qo'shimcha adabiyotlar	
1.	"Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida" gi O'zbekiston Respublikasi qonuni Yangi tahriri O'RQ – 394 sonli 2015 yil 4 sentabr
2.	O'zbekiston Respublikasi Prezidentining Farmoni. "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sportni yanada takomillashtirish va ommalashtirish chora-tadbirlari to'g'risida". 24.01.2020 yildagi PF-5924-son
3.	Abdullayev A. "Jismoniy madaniyat nazariyasi va metodikasi" (2-jild)/ Darslik. Toshkent/Navro'z nashriyoti, 2018 y.
4.	Xoldorov T., Tulenova X.B. Jismoniy madaniyat, jismoniy tarbiya, sport, turizm, xalq milliy o'yinlarining nazariy va amaliy asoslari. TDTU bosmaxonasi, 2007 y.
5.	Матвеев Л.Р. Теория и методика физического воспитания. Учебник. Москва. "Физкультура и спорт" 2005 г.
6.	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания. Москва. Академия. 2003 г. 480 стр.
Internet saytlar	
1.	www.cspi.uz Chirchiq davlat pedagogika universiteti
2.	www.tdpu.uz Toshkent davlat pedagogika universiteti
3.	www.natilib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)
4.	http://www.olympic.uz O'zbekiston Milliy Olimpia qo'mitasi
5.	https://lex.uz O'zbekiston Respublikasi qonunchilik ma'lumotlari milliy bazasi
6.	www.ziyounet.uz – O'zbekiston Respublikasi axborot ta'lim tarmog'i
7.	www.edu.uz – O'zbekiston Respublikasi Oliy ta'lim, fan va innovatsiyalar vazirligi rasmiy veb sayti

Mazkur Sillabus "Jismoniy madaniyat nazariyasi" kafedrasining 2023-yil ___ - ___ dagi ___-sonli yig'ilish bayoni bilan ma'qullangan.

Mazkur Sillabus "Sport va chaqiriqqa harbiy ta'lim" fakulterining 2023-yil ___ - ___ dagi ___-sonli yig'ilish bayoni bilan ma'qullangan

Mazkur Sillabus Chirchiq davlat pedagogika universiteti Kengashining 2023 yil - ___ dagi ___-sonli yig'ilish bayoni bilan tasdiqlangan.

O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i

M. Boltayev

Fakultet dekani

T.S. Achilov

Kafedra mudiri

F.A. Nurmatov

Tuzuvchilar

A.E. Tursunov

B.A. Abdunabiyev