

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



SPORT O'YINLARI VA UNI O'QITISH METODIKASI
O'QUV DASTURI

Bilim sohasi:	100000 – Ta'lim
Ta'lim sohasi:	110000 – Ta'lim
Ta'lim yo'nalishi:	60112200 – Jismoniy madaniyat

Fan/modul kodi SpO'M204	O'quv yillari 2024-2025 2025-2026	Semestrlar 3-4 5	Kreditlar 4-4 4
Fan/modul turi majburiy	Ta'lim tili O'zbek/rus	Haftadagi dars soatlari 4	
1.	Fan nomi	Auditoriya mashg'ulotlari (soat) 180	Mustaqil ta'lim (soat) 180
	Sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi		Jami yuklama (soat) 360
2.	I. Fanning mazmuni Fanni o'qitishdan maqsad – ta'lim muassasalarida o'tkaziladigan jismoniy tarbiya darslarida sport o'yinlarini tashkil qilish va o'tkazishga o'rgatish, sport o'yinlari, basketbol, voleybol, gandbol o'yinlarida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, findlar bilan amaliy tanishtirish, hakamlik qilish malakalarini shakllantirish, musobaqalar o'tkazish usullarini va nizomlarini tuzishga o'rgatish, bolalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash va barkamol avlodni Fanning vazifasi – jismoniy sifatlarni rivojlantirish va oshirish yo'llarini o'rgatish; - sport turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkazish uchun atroficha bilim berish; - sport o'yinlarni tashkil qilish, tahlil qilish, basketbol, voleybol, gandbol o'yinlarida harakatlanish va to'pni boshqarish texnikasi, hujum va himoya texnikasi hamda taktikasi bilan tanishtirish, o'yinlarda qo'llanadigan turli usullar, findlar 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. II. Nazariy qism (ma'ruza mashg'ulotlari) II.1. Fan tarkibiga quyidagi mavzular kiradi: 1-mavzu. Basketbolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Basketbol o'yini qoidalarini. 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 Evropa 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. O'zbekistonda basketbolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston basketbolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Basketbol o'yini qoidalarini, basketbol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 2-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 boshqarishning texnik usullari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 3-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. 4-mavzu. Voleybolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Basketbol o'yini qoidalarini. 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 Evropa 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. O'zbekistonda voleybolni rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston voleybolining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Voleybol o'yini qoidalarini, voleybol maydoni va jihozlarni o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 5-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	
--	--

amalgaga 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 xil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yunga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 6-mavzu. Voleybol o'yin texnika taktikasining 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 xil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yunga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 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. 7-mavzu. Gandbolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Gandbol o'yini qoidalarini. Gandbol o'yinini kelib chiqishi va rivojlanishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, gandbol o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Gandbol o'yinining Evropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. IGF ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi gandbol federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida gandbol bo'yicha musobaqalarning o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yini bo'yicha dastlabki Jahon, Evropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish. O'zbekistonda gandbol o'yinining rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston gandbol o'yinining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yini qoidalarini, gandbol sport turining maydoni va jihozlarini o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 8-mavzu. Gandbol o'yin texnikasining tasnifi Gandbol o'yini texnikasini tasnifi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Maydon o'yinchisining texnikasi bo'yicha nazariy bilimlarga ega	amalgaga 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 xil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yunga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 6-mavzu. Voleybol o'yin texnika taktikasining 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 xil usulda ya'ni tepadan, pastdan yondan va sakrab o'yunga kiritish usullarini bajarilishi bo'yicha nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 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. 7-mavzu. Gandbolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Gandbol o'yini qoidalarini. Gandbol o'yinini kelib chiqishi va rivojlanishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, gandbol o'yini bo'yicha dastlabki o'yinlar, uchrashuvlarni o'tkazilganligi haqida nazariy ma'lumotlar berish. Gandbol o'yinining Evropa davlatlariga tarqalishi, Olimpiada o'yinlari dasturiga kiritilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. IGF ni tashkil topishi, tuzilishi va faoliyati, uning tarkibidagi har bir qit'adagi gandbol federatsiyalarining tashkil topishi, faoliyati va ular rahbarligida gandbol bo'yicha musobaqalarning o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yini bo'yicha dastlabki Jahon, Evropa chempionatini o'tkazilishi haqida nazariy ma'lumotlar berish, olimpiada o'yinlari haqida ma'lumot berish. O'zbekistonda gandbol o'yinining rivojlanishi. Mustaqillikdan so'ng O'zbekiston gandbol o'yinining jahon arenalarida tutgan o'rni haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yini qoidalarini, gandbol sport turining maydoni va jihozlarini o'lchamlari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 8-mavzu. Gandbol o'yin texnikasining tasnifi Gandbol 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. Gandbol 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. Gandbol o'yinida darvozabon o'yin texnikasi, o'yin texnikasini bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 9-mavzu. Gandbol o'yin taktikasining tasnifi Gandbol o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Gandbol o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Gandbol o'yinida jamoaviy, guruhli hamda yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. III. Amaliy mashg'ulotlar bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar Amaliy mashg'ulotlar uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi: 1. Basketbol o'yinida holatlar va harakatlanishlar (yurish, yugurish, sakrash, to'xtash, burilish) texnikasini o'rgatish. 2. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni ilish va uzatish) texnikasini o'rgatish. 3. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va uzatish) texnikasini o'rgatish. 4. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va savatga tashlash) texnikasini o'rgatish. 5. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni urib chiqarish va shundan qaytgan to'p uchun kurash. Turli masofalardan to'pni savatga tashlash) texnikasini o'rgatish. 6. Basketbol o'yinida to'pni boshqarish (olib qo'yish va to'p bilan aldatchi harakatlar, jarima to'plarni tashlash) texnikasini o'rgatish. 7. Basketbol o'yinining asosiy texnik harakatlariga o'rgatish. 8. Basketbol o'yinida raqibni aldab o'tish va to'pni olib qo'yish texnikasiga o'rgatish. 9. Basketbol o'yinining taktikasiga o'rgatish. 10. Basketbol o'yinida guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 11. Guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 12. Basketbol o'yinida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasini o'rgatish. 13. Basketbol sport turida jismoniy tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish. 14. Basketbol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 15. Basketbol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash.	qilish. Darvozabon o'yin texnikasi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol 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. Gandbol o'yinida darvozabon o'yin texnikasi, o'yin texnikasini bo'limlardan guruhlariga bo'linishi haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. 9-mavzu. Gandbol o'yin taktikasining tasnifi Gandbol o'yin taktikasi haqida ma'lumot berish. Gandbol o'yin taktikasini bo'linishi himoya va hujum taktikalari to'g'risida ma'lumot berish. Gandbol o'yinida jamoaviy, guruhli hamda yakka holda hujum va himoya taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. Gandbol o'yinida hujumga qarshi tez himoya taktikalari, o'yinchilarni joylarini almashtirish, to'psiz harakat qilish taktikalari haqida nazariy ma'lumotlarga ega qilish. III. Amaliy mashg'ulotlar bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar Amaliy mashg'ulotlar uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi: 1. Basketbol o'yinida holatlar va harakatlanishlar (yurish, yugurish, sakrash, to'xtash, burilish) texnikasini o'rgatish. 2. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni ilish va uzatish) texnikasini o'rgatish. 3. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va uzatish) texnikasini o'rgatish. 4. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va savatga tashlash) texnikasini o'rgatish. 5. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni urib chiqarish va shundan qaytgan to'p uchun kurash. Turli masofalardan to'pni savatga tashlash) texnikasini o'rgatish. 6. Basketbol o'yinida to'pni boshqarish (olib qo'yish va to'p bilan aldatchi harakatlar, jarima to'plarni tashlash) texnikasini o'rgatish. 7. Basketbol o'yinining asosiy texnik harakatlariga o'rgatish. 8. Basketbol o'yinida raqibni aldab o'tish va to'pni olib qo'yish texnikasiga o'rgatish. 9. Basketbol o'yinining taktikasiga o'rgatish. 10. Basketbol o'yinida guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 11. Guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 12. Basketbol o'yinida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasini o'rgatish. 13. Basketbol sport turida jismoniy tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish. 14. Basketbol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 15. Basketbol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash.
---	---

16. Basketbol sport turida chaqqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 17. Basketbol sport turida chidamlilik jismoniy sifatini tarbiyalash. 18. Basketbol sport turida egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 19. Basketbol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash. 20. Basketbol bo'yicha guruh o'rtasida musobaqalarni tashkil etish. 21. Voleybol o'yinida holatlar va harakatlanishlar (turish, siljish, sakrash, to'xtash, burilish) texnikasini o'rgatish. 22. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (to'pni uzatish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin. 23. Voleybol o'yinida himoya texnikasi (to'pni qabul qilish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin. 24. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (hujum zarbasi texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin. 25. Voleybol o'yinida himoya texnikasi (hujum zarbasiga to'siq qo'yish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin. 26. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (to'pni o'yinga kiritish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin. 27. Voleybol o'yinida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasini o'rgatish. 28. Voleybol o'yin mashqlar texnikasi va taktikasi usullarini o'rgatish. 29. Voleybol o'yinida guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 30. Voleybol o'yinida individual taktik harakatlarga o'rgatish. 31. Voleybol o'yinida jamoviy taktik harakatlarga o'rgatish. 32. Voleybol sport turida jismoniy tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish. 33. Voleybol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 34. Voleybol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash. 35. Voleybol sport turida chaqqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 36. Voleybol sport turida chidamlilik jismoniy sifatini tarbiyalash. 37. Voleybol sport turida egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 38. Voleybol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash. 39. Voleybol o'yinining asosiy texnik-taktik harakatlarga o'rgatish. 40. Voleybol bo'yicha guruh o'rtasida musobaqalarni tashkil etish. 41. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida harakatlanish (yugurish, to'xtash, sakrash) texnikasini o'rgatish. 42. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida harakatlanish (sakrahs) texnikasini o'rgatish. 43. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni ilib olish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 44. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni uzatish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 45. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni	
--	--

yerga urib olib yurish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 46. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni yerga urib olib yurish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 47. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni darvozaga otish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 48. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida himoya texnikasi qarshilikda to'pni egallash (to'sish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 49. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida himoya texnikasi qarshilikda to'pni egallash (urib qaytarish, olib qo'yish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 50. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida raqibni aldab o'tish texnikasiga o'rgatish. 51. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida turli masofalardan darvozaga zarba berish texnikasiga o'rgatish. 52. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida standart vaziyatlarda texnik harakatlarni bajarishga o'rgatish. 53. Gandbol o'yinida guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 54. Gandbol o'yinida jamoviy taktik harakatlarga o'rgatish. 55. Gandbol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 56. Gandbol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash. 57. Gandbol sport turida chaqqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 58. Gandbol sport turida chidamlilik va egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 59. Gandbol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash. 60. Gandbol bo'yicha guruh o'rtasida musobaqalarni tashkil etish.	IV. Seminar mashg'ulotlari bo'yicha ko'rsatma va tavsiyalar Seminar mashg'ulotlari uchun quyidagi mavzular tavsiya etiladi: 1-mavzu. Basketbolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Basketbol o'yini qoidalari. 2-mavzu. Basketbol o'yin texnikasining tasnifi 3-mavzu. Basketbol o'yin taktikasining tasnifi 4-mavzu. Voleybolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Basketbol o'yini qoidalari. 5-mavzu. Voleybol o'yin texnikasining tasnifi 6-mavzu. Voleybol o'yin texnika taktikasining tasnifi 7-mavzu. Gandbolni vujudga kelishi, uni jahonda va O'zbekistonda rivojlanishi. Gandbol o'yini qoidalari. 8-mavzu. Gandbol o'yin texnikasining tasnifi
---	---

9-mavzu. Gandbol o'yin taktikasining tasnifi

V. Mustaqil ta'lim va mustaqil ishlar

Mustaqil ta'limni baholash – bu talabalarning jamoaviy tartibda va yakka tartibda berilgan amaliy loyihalarni bajarishlari orqali amalga oshiriladi. Bunda har bir talabaga bitta jamoaviy loyiha va ikkita yakka tartibda bajariladigan loyiha beriladi. Talaba berilgan loyihaning maqsad va vazifalarini, mohiyatini tushungan holda qo'yilgan masalani o'rganib, izlanishlar olib boradi. Olingan natijalarni tahlil qilib, hulosalari bilan taqdimotlar tayyorlab himoya qiladi. Ishchi fan dasturida loyihalarning soni, mavzusi, mazmuni bajarish usullari va topshirish muddatlari to'liq ochib beriladi.

Mustaqil ta'lim uchun tavsiya etiladigan mavzular:

1. Basketbol o'yinida holatlar va harakatlanishlar (yurish, yugurish, sakrash, to'xtash, buriilish) texnikasini o'rgatish.
2. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni ilish va uzatish) texnikasini o'rgatish.
3. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va uzatish) texnikasini o'rgatish.
4. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni yerga urib yurish va savatga tashlash) texnikasini o'rgatish.
5. Basketbol o'yinida to'p bilan bajariladigan harakatlar (to'pni urib chiqarish va shiddan qaytgan to'p uchun kurash. Turli masofalardan to'pni savatga tashlash) texnikasini o'rgatish.
6. Basketbol o'yinida to'pni boshqarish (olib qo'yish va to'p bilan aldanchi harakatlar, jarima to'plarni tashlash) texnikasini o'rgatish.
7. Basketbol o'yinining asosiy texnik harakatlariga o'rgatish.
8. Basketbol o'yinida raqibni aldab o'tish va to'pni olib qo'yish texnikasiga o'rgatish.
9. Basketbol o'yinining taktikasiga o'rgatish.
10. Basketbol o'yinida guruhli taktik harakatlariga o'rgatish.
11. Guruhli taktik harakatlariga o'rgatish.
12. Basketbol o'yinida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasini o'rgatish.
13. Basketbol sport turida jismoniy tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish.
14. Basketbol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash.
15. Basketbol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash.
16. Basketbol sport turida chaqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash.
17. Basketbol sport turida chidamlilik jismoniy sifatini tarbiyalash.
18. Basketbol sport turida egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash.
19. Basketbol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash.

20. Basketbol bo'yicha musobaqalarni tashkil etish.

21. Voleybol o'yinida holatlar va harakatlanishlar (turish, siljish, sakrash, to'xtash, buriilish) texnikasini o'rgatish.

22. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (to'pni uzatish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin.

23. Voleybol o'yinida himoya texnikasi (to'pni qabul qilish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin.

24. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (hujum zarbasini texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin.

25. Voleybol o'yinida himoya texnikasi (hujum zarbasiga to'siq qo'yish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin.

26. Voleybol o'yinida hujum texnikasi (to'pni o'yinga kiritish texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama o'yin.

27. Voleybol o'yinida hujum va himoya texnikasi hamda taktikasini o'rgatish.

28. Voleybol o'yin mashqlar texnikasi va taktikasi usullarini o'rgatish.

29. Voleybol o'yinida guruhli taktik harakatlariga o'rgatish.

30. Voleybol o'yinida individual taktik harakatlariga o'rgatish.

31. Voleybol o'yinida jamoaviy taktik harakatlariga o'rgatish.

32. Voleybol sport turida jismoniy tayyorgarlik bo'yicha o'quv-mashg'ulotlarni tashkil etish.

33. Voleybol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash.

34. Voleybol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash.

35. Voleybol sport turida chaqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash.

36. Voleybol sport turida chidamlilik jismoniy sifatini tarbiyalash.

37. Voleybol sport turida egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash.

38. Voleybol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash.

39. Voleybol o'yinining asosiy texnik-taktik harakatlariga o'rgatish.

40. Voleybol bo'yicha musobaqalarni tashkil etish.

41. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida harakatlanish (yugurish, to'xtash, sakrash) texnikasini o'rgatish.

42. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida harakatlanish (sakrash) texnikasini o'rgatish.

43. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni ilib olish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini.

44. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni uzatish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini.

45. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni yerga urib olib yurish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini.

46. Gandbol (qo'l to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni yerga urib olib yurish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini.

47. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida hujum texnikasi to'pni egallash (to'pni darvozaga o'tish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 48. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida himoya texnikasi qarshilikda to'pni egallash (to'sish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 49. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida himoya texnikasi qarshilikda to'pni egallash (urib qaytarish, olib qo'yish) texnikasiga o'rgatish. Ikki tomonlama gandbol o'yini. 50. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida raqibni aldab o'tish texnikasiga o'rgatish. 51. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida turli masofalardan darvozaga zarba berish texnikasiga o'rgatish. 52. Gandbol (qo'1 to'pi) o'yinida standart vaziyatlarda texnik harakatlarni bajarishga o'rgatish. 53. Gandbol o'yinida guruhli taktik harakatlarga o'rgatish. 54. Gandbol o'yinida jamoaviy taktik harakatlarga o'rgatish. 55. Gandbol sport turida tezkorlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 56. Gandbol sport turida kuch jismoniy sifatini tarbiyalash. 57. Gandbol sport turida chaqqonlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 58. Gandbol sport turida chidamlilik va egiluvchanlik jismoniy sifatini tarbiyalash. 59. Gandbol sport turida texnik-taktik va jismoniy tayyorgarlik mashg'ulotlarini mustaxkamlash. 60. Gandbol bo'yicha musobaqalarni tashkil etish.	3. VI. Ta'lim natijalari (shakllanadigan kompetensiyalar) Fanni o'zlashtirish natijasida talaba: - sport o'yinlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari; - sog'lom turnush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ahamiyatini bilishi; sport o'yinlari (basketbol, gandbol, voleybol) ni kelib chiqishi va rivojlanish tarixi; O'zbekistonda rivojlanishi; o'yin texnikasi tasnifi; o'yin taktikasi tasnifi; maydon o'lchamlari, jihozlari va o'yin qoidalarini, ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarida sport o'yinlaridan foydalanish haqida tasavvur va bilimga ega bo'lishi; (bilim) - 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; - gandbol o'yinida holat va harakatlarga o'rgatish; gandbol o'yinida to'pni olib yurish texnikasini o'rgatish; gandbol o'yinida to'pni uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatishni; - 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'rgatish, ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarida sport o'yinlaridan foydalanish haqida bilishi va ulardan foydalana olishi; (ko'nikma). - 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; - gandbol o'yinida to'pni darvozaga ulotqirish texnikasini o'rgatish; gandbol o'yinida jarima va erkin to'plarni o'tishni o'rgatish; gandbol o'yinida himoya va hujumning texnik-taktik harakatlarini o'rgatish; gandbol o'yinida to'pga to'siq qo'yish usullarini o'rgatish; gandbol o'yinida darvozabonni o'yin texnikasini o'rgatish; - 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, ta'lim muassasalaridagi jismoniy tarbiya darslari va sport mashg'ulotlarida sport o'yinlaridan foydalanish, sport o'yinlarini maktab jismoniy tarbiya o'quv dasturiga mos holda yillik reja va choraklik taqvim mavzularni tuzish hamda ularga soatlarni taqsimlash malakalariga ega bo'lishi kerak.
4.	VII. Ta'lim texnologiyalari va metodlari ma'ruza; keys-stadi; individual loyihalar; taqdimotlar qilish; guruhlarda ishlash; jamoa bo'lib ishlash va himoya qilish; "BBB", "Tarozi", "SWOT-tahlil", "Sinkveyn", "FSMU", o'yin, musobaqa, aylanma trenirovka, takroriy mashq, o'zgaruvchan mashq, qat'iy tartiblashgan mashqlar.
5.	VIII. Kreditlarni olish uchun talablar Fanga oid nazariy va uslubiy tushunchalarni to'la o'zlashtirish, tahlil natijalarini to'g'ri aks ettira olish, o'rganilayotgan jarayonlar va tushunchalar haqida mustaqil mushohada yuritish va joriy, oraliq nazorat shakllarida berilgan vazifa va topshiriqlarni bajarish, yakuniy nazorat bo'yicha variantlar asosida amaliy va og'zaki topshiriqlarni bajarishi zarur.

6.	IX. Asosiy adabiyotlar: 1. J.M. Shukurllayev. «Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi»(Voleybol) o'quv qo'llanma "YANGI CHIRCHIQ BOOK" nashriyoti Toshkent 2022 y. 2. J.M. Shukurllayev. «Sport mahoratini oshirish»(Voleybol) darslik "YANGI CHIRCHIQ BOOK" nashriyoti Toshkent 2023 y 3. S.X. Xabibullayev. «Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi»(Gandbol) o'quv qo'llanma "YANGI CHIRCHIQ BOOK" nashriyoti Toshkent 2023 y. 4. R.S. Mamatqulov. «Sport va harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi»(Basketbol) o'quv qo'llanma "YANGI CHIRCHIQ BOOK" nashriyoti Toshkent 2022 y. X.Qo'shimcha adabiyotlar: 1. 2017-2021 yillarda O'zbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yo'nalishi bo'yicha Harakatlar strategiyasi. O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni. 2. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y. 3. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y. 4. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y. 5. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jaev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y. 6. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qadddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y. 7. Xo'jaev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" CHo'ipon nashriyoti T.: 2010 y. 8. 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. 9. Raximqulov K.D. "Milliy harakatli o'yinlari". O'quv qo'llanma "Tafakkur bo'stoni" nashriyoti Toshkent 2012 y. 10. Rasulov O.T. "Basketbol" Darslik. Toshkent 1998 y. 11. Pavlov SH., Abduraxmanov F., Akromov J. "Gandbol" darslik. T, O'zDJTI 2005 y. 12. Ayrapetyans L.R., Pulatov A.A. "Voleybol nazariyasi va uslubiyati" darslik-"Fan va texnologiya" nashriyoti Toshkent-2012 y. 13. 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.
----	---

	14. A.A.Pulatov, F.V.Ganieva, B.M.Miradilov, D.T.Xusanova, F.A.Pulatov "Basketbol nazariyasi va uslubiyati" darslik: Sano-standard nashriyoti Toshkent-2017 y. 15. Miraxmedov F.T., Ibragimov A.T. "Voleybol" uslubiy qo'llanma TDPU nashriyoti Toshkent 2017 y. 16. SH.K.Pavlov, O.X.Abdalimov, Z.YUsupov "Gandbol nazariyasi va uslubiyati" darslik-"Fan va texnologiya" nashriyoti Toshkent-2017 y. 17. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year. 18. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year. 19. Arjan EgGES, Arno Kamphuis, Mark Overmars "Motion in Games" First International Workshop, Utrecht, MIG 2008. 236 s. XI.Axborot manbalari: 1. www.cspi.uz 2. www.tdpu.uz 3. www.pedagog.uz 4. www.edu.uz 5. www.natlib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK) 6. www.ziynet.uz - Ziynet axborot-ta'lim resurslari portal 7. www.ihf.info
7.	Chirchiq davlat pedagogika universiteti tomonidan ishlab chiqilgan va universitet Kengashining 2023 yil "29" avgustdagi qarori bilan tasdiqlangan
8.	Fan/modul uchun ma'sullar: S.X.Xabibullayev - Chirchiq davlat pedagogika universiteti "Jismoniy madaniyat nazariyasi" kafedrasida katta o'qituvchisi. B.A.Abdunabiyev- Chirchiq davlat pedagogika universiteti "Jismoniy madaniyat nazariyasi" kafedrasida o'qituvchisi.
9.	Taqrizchilar: U.R.Radjabov – Nizomiy nomidagi Toshkent davlat pedagogika universiteti "Jismoniy tarbiya va sport" kafedrasida mudiri, professor. T. S. Achilov - Chirchiq davlat pedagogika universiteti "Sport va ChHT" fakulteti dekani, dotsent.