

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI OLIY TA’LIM, FAN VA
INNOVATSIYALAR VAZIRLIGI**

**AJINIYOZ NOMIDAGI NUKUS DAVLAT PEDAGOGIKA
INSTITUTI**

“Tasdiqlayman”

Ajiniyoz nomidagi NDPI o‘quv ishlari



bo‘yicha prorektor

M.Ibragimov

2025 y

**«BOLALAR KURASH ELEMENTLARIN O‘RGATISH» FANI
BO‘YICHA SILLABUS**

Bilim soxasi: 100000 - Gumanitar
Ta’lim soxasi: 110000 - Pedagogika
Ta’lim yunalishi: 60111900-Maktabgacha va boshlang‘ish
ta’limda jismoniy tarbiya va sport

Fan sillabusi
Jismoniy madaniyat fakul'teti
60111900-Maktabgacha va boshlang'ish ta'limda jismoniy tarbiya va sport

Fan nomi:	Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi
Fan turi:	majburiy
Fan kodi:	GTHOM13408
O'quv yili:	2025-2026
Semestr:	5
Ta'lim shakli:	kunduzgi
Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:	120
Ma'ruza	10
Amaliy mashg'ulotlar	40
Laboratoriya mashg'ulotlari	-
Seminar	10
Mustakil ta'lim	60
Kredit miqdori:	4
Baholash shakli:	amaliy
Fan tili:	o'zbek

Fan maqsadi (FM)

FM1 Fanni o'qitishdan maqsad - kurash fani talablariga kurashni o'qitish uslubi va nazariy bilimlarni o'rgatish, kurash texnikasi va usullari haqida nazariy bilim, amaliy harakat ko'nikma va malakalarini egallash, kurash bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish uslubiyotini o'rgatishga qaratilgan bo'lib, talabalarni vatanparvarlik ruhida tarbiyalash, hayotning turli jabhalarida kurash vositalaridan samarali foydalanib o'qitish va barkamol avlodni tarbiyalashga mos bilim, ko'nikma va malakalarini shakllantirishdan iborat.

Bir guruhdan boshqa guruhga o'tish isboti va kuzatish usullari. O'zini nazorat qilish qoidalariga oid bilim, ko'nikma va malakalarni shakllantirishga qaratilgan. Ma'ruza, seminar mashg'ulotlarida o'qitishning faol uslublaridan foydalangan holda nazariy bilim beriladi, laboratoriya va amaliy mashg'ulotlarda esa ma'ruza va seminar mashg'ulotlarida egallangan bilimlarni talabalar amaliy ko'rib bamosobakah orqali ko'nikma va malakalari shakllantiriladi.

Fanni uzlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar

1. Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi fanini o'zlashtirish jarayonida amalga oshiriladigan masalalar doirasida talaba:
 Jismoniy madaniyat yo'nalishi bo'yicha bakalavrlarni tayyorlashda "Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi" fani asosiy vosita hisoblanib, talabalarni sportda tarbiyalash, sog'lomlashtirish va jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida xizmat tizimi bilan tanishtirish, kasallik turlariga qarab kurashni urganish jismoniy mashqlarni tashkil qilish va uni o'tkazish, jismoniy holatini nazorat qilish va tarbiyalashda, nazariy va amaliy bilim, ko'nikma hamda malakalari *haqida malakalarga ega bo'lishi kerak.*

Ta'lim natijalari (TN)

TN1 Fanni o'zlashtirish natijasida talaba:
 -kurash turlari va uni o'qitish metodikasi fanning maqsadi hamda vazifalari;
 -kurash turlarining rivojlanish tarixi;
 -O'zbekiston Respublikasida kurash turlarining rivojlanish tarixi;
 -O'zbekiston Respublikasining jismoniy tarbiya tizimida kurash turlari;
 -kurash mashg'ulotlarida umumiy rivojlantiruvchi va maxsus mashklar;
 -kurash turlarida shikastlanishning oldini olish;
 -kurash turlari mashg'ulotlari uchun sport inshotlarini tanlash va ularning jihozlanishi *xaqida bilimlarga ega bo'lishi;*

TN2	<ul style="list-style-type: none"> -kurashning mo'ayan turi texnikasi va qoidalarini o'rgatish; -kurash turlari texnikasi va usullarini urgatish; -kurash turlari usullarini amalda qullay olish; -kurash turlari texnikasini bajara olish; -bolalar va o'smirlar bilan kurashi turlari bo'yicha mashg'ulotlarni o'tkaza olishi haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi;
	Bilimlar jixatidan:
TN3	<ul style="list-style-type: none"> -kurash turlari bo'yicha mashg'ulotlarni tashkil qilish va o'tkazish metodikasi; -bolalar sportida kurash turlarining o'rni; -kurash turlari texnikasi va usullarini o'rgatish metodikasi; -kurash turlari usullarini amalda kullay olishni o'rgatish metodikasi -kurash tulari texnikasini bajara olishni o'rgatish metodikasi; -kurash turlari mashg'ulotlarining ayrim xususiyatlari <i>tug'risida malakalarga ega bo'lishi kerak.</i>
Fan mazmuni	
Mashg'ulotlar shakli: ma'ruza (M)	
M1	Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari
M2	Kurash turlarining rivojlanish tarixi
M3	Kurash turlarining umumiy qoydalari
M4	Sport kurashining asosiy atamalari
M5	Kurash turlarining texnikasini va taktikasini urgatish
Mashg'ulotlar shakli: amaliy mashg'ulot (A)	
A1	Kurash turlarida yiqilishlarni urgatish.
A2	Kurash turlarida yiqilishlarni takomillashtirish
A3	Kurash turlari buyicha usillarni urgatish
A4	Kurash turlarining texnikasini urgatish <u><i>Sportning asosiy jihatlari mashg'ulotlar. Texnik tayyorgarlik. Taktik tayyorgarlik</i></u>
A5	Kurash turlarining taktikasini urgatish <u><i>Sportning asosiy jihatlari mashg'ulotlar. Texnik tayyorgarlik. Taktik tayyorgarlik</i></u>
A6	Harakat xatoliklarni aniqlash
A7	Sambo kurashidagi oshirib tashlashlar
A8	Orqadan,elkadan hamda bilak bilan bug'ish
A9	Egilgan holda elkadan oshirib tashlashlar
A10	Sambo kurashidagi bug'ish usullarni urgatish.
A11	Xarakat xatoliklarni takomillashtirish
A12	Sambo kurashidagi og'riq beruvchi usullar.
A13	Oyoq bilan chalish usullarini urgatish
A14	Kurash turlari usullarini ochiq maydonchada bajarish
A15	Tosh hamda gantellar bilan ishlash
A16	Kurash turlari boyicha musobaqalar utkazishni urgatish
A17	Kurash turlari boyicha hakamlik kilishni urgatish
A18	Dzyudo usullarini urgatish
A19	Dzyudo kurashida og'riq beruvchi usullarni urgatish
A20	Belbog'li kurash usullarini urgatish
<p><i>Объяснение: Евразийский национальный университет им. Л. Н. Гумилева</i> <i>Направление: Физическая культура и спорт</i> <i>Профил подготовки: Теория и методика избранного вида спорта</i> <i>1.Основные стороны спортивной тренировки. Теоретическая подготовка.</i> <i>Физическая подготовка.</i></p>	

	2. Основные стороны спортивной тренировки. Психическая подготовка. Интегральная подготовка.	
	Mashgulotlar shakli: Seminar mashgulot (S)	
S1	Kurash turlari va uni o'qitish metodikasi fanining maqsadi hamda vazifalari	
S2	Kurash turlarining rivojlanish tarixi	
S3	Kurash turlarining umumiy qoydalari	
S4	Sport kurashining asosiy atamalari	
S5	Kurash turlarining texnikasini va taktikasini urgatish	
	Jami:	
	Mustaqil ta'lim (MT)	
MT1	Seminar va amaliy mashg'ulotlarga tayyorgarlik, uy vazifalari.	30
MT2	Muammoli vazifalarni yarating (keys-stadi)	5
MT3	Mavzu bo'yicha manbalarni to'plash va tarjima qilish	5
MT4	Mavzu bo'yicha insho yozing	5
MT5	Konferentsiya uchun tezislarni tayyorlang	5
MT6	Mavzular bo'yicha mustaqil referat ishlarini bajarish.	10

Talabanning fan bo'yicha o'zlashtirish ko'rsatkichini nazorat qilishda quyidagi mezonlar tavsiya etiladi:

a) 5 baxo olish uchun talabanning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:

- fanning mohiyati va mazmunini to'liq yoritishga erishilgan bo'lsa;
- fanning mavzularini bayon qilishda ilmiylik va mantiqiylik saqlanib, ilmiy xatolik va chalkashliklarga yo'l qo'yilmasa;
- fan bo'yicha mavzu materiallarining nazariy yoki amaliy ahamiyati haqida aniq tasavvurga ega bo'lsa;
- fan doirasida mustaqil erkin fikrlash qobiliyatini namoyon etgan bo'lsa;
- berilgan savollarga aniq va lo'nda javob berilgan bo'lsa;
- konspektga puxta tayyorlangan bo'lsa;
- mustaqil topshiriqlarni to'liq va aniq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa meyoriy-xuquqiy hujjatlarni to'liq o'zlashtirgan bo'lsa;
- fanga tegishli mavzulardan biri bo'yicha ilmiy maqola chop ettirgan bo'lsa;
- tarixiy jarayonlarni sharhlay bilsa;

b) 4 baxo olish uchun talabanning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:

- fanning mohiyati va mazmunini tushungan, fanning mavzularini bayon qilishda ilmiy va mantiqiy chalkashliklarga yo'l qo'yilmasa;
- fanning mazmunini amaliy ahamiyatini tushungan bo'lsa;
- fan bo'yicha berilgan vazifa va topshiriqlarni o'quv dasturi doirasida bajarsa;
- fan bo'yicha berilgan savollarga to'g'ri javob berilgan bo'lsa;
- fan bo'yicha konspektini puxta shakllantirgan bo'lsa;
- fan bo'yicha mustaqil topshiriqlarni to'liq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa meyoriy hujjatlarni o'zlashtirgan bo'lsa.

v) 3 baxo olish uchun talabanning bilim darajasi quyidagilarga javob berishi lozim:

- fan haqida umumiy tushunchaga ega bo'lsa;
- fandagi mavzularni tor doirada yoritib, bayon qilishda ayrim chalkashliklarga yo'l qo'yilmasa;
- bayon qilish ravon bo'lmasa;
- fan bo'yicha savollarga mujmal va chalkash javoblar olinsa;
- fan bo'yicha matn puxta shakllantirilmagan bo'lsa.

g) quyidagi hollarda talabning bilim darajasi qoniqarsiz 2 baxo bilan baholanishi mumkin:

- fan bo'yicha mashg'ulotlarga tayorgarlik ko'rilmagan bo'lsa;
- fan bo'yicha mashg'ulotlarga doir hech qanday tasavvurga ega bo'lmasa;
- fan bo'yicha matnlarni boshqalardan ko'chirib olganligi sezilib tursa;
- fan bo'yicha matnda jiddiy xato va chalkashliklarga yo'l qo'yilgan bo'lsa;
- fanga doir berilgan savollarga javob olinmasa;
- fanni bilmasa.

Asosiy adabiyotlar

1. B.X.Xujomov. Kurash turlari va uni o'qitish. Toshkent – 2021 y.
2. F.A.Kerimov Sport kurash nazariyasi va uslubiyati. Toshkent – 2008 y.
3. N.A.Tastanov. kurash turlari va nazariyasi va uslubiyoti. Sano nashriyoti. T, 2017 y.
4. Sh.Mirzaqulov. Belbog'li kurashi nazariyasi va uslubiyati. Toshkent, 2013 y.
5. Sh.Arslonov, A.Tangriev. kurash turlarining musobaqa qoidalari. 2016 y.
6. K.Yusupov. kurash xalqaro qoidalari, texnikasi va taktikasi. Toshkent, 2005 y.
7. Sh.Tursunov. Yunon rim kurashi nazariyasi va uslubiyoti. 2018 y, Sanov nashriyoti

Qo'shimcha adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent "O'zbekiston" – 2017 y.
2. Sh.Mirziyoev Erkin va farovon demokratik O'zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. "O'zbekiston" NMIU, 2016 y.
3. Sh.Mirziyoev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta'minlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. "O'zbekiston" NMIU, 2016y.
4. Sh.Mirziyoev. Tanqidiy tahlil, qat'iy tartib-intizom va shaxsiy javobgarlik – har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo'lishi kerak. T, O'zbekiston, 2017 y.
5. 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.
6. Salomov R.S. Sport mashg'ulotining nazariy asoslari - Toshkent., O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti, 2005 yil - 238 b.
7. Goncharova O.V. Yosh sportchilarning jismoniy kobilyatlarini rivojlantirish Toshkent., O'zbekiston Davlat jismoniy tarbiya instituti 2005
8. Теория и методика избранного вида спорта (легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры): учеб. пособие / Т.А. Завьялова, А.А. Кылосов, Г.А. Павлов, А.Л. Подосенков, Ю.П. Шарков, С.Е. Шивринская; под общ. ред. С.Е. Шивринской. – Череповец: ЧГУ, 2013. – 257 с. ISBN 978-5-85341-539-3

Internet saytlari

1. www.ziyonet.uz
2. www.google.co.uz
3. www.google.ru
4. www.biotexnolog.ru
5. <https://www.enu.kz/kz>

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

Muallif:	Xojabay Kuniyazov
E-mail:	<u>xojabaykuniyazov@gmail.com</u>
Tashkilot:	Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti
Takrizchilar:	Berdaq nomidagi QDU N.Kaypov
	UDJTvaSUNF direktori B.Erimbetov

Mazkur Sillabus Ajiniyoz nomidagi NDPIning o'quv-uslubiy Kengashining 2025 yil « » 28.06 № 11 sonli yig'ilish bayoni bilan tasdiqlangan.





Mazkur Sillabus Ajiniyoz nomidagi NDPIning Jismoniy tarbiya nazariyasi va uslubiyati kafedrasining 2025 yil « » 28.06 № 11 sonli yig'ilish bayoni bilan ma'qullangan.

O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i v.v.b:

Fakul'tet dekani:

Kafedra mudiri:

Tuzuvchi:

A. Abdiev

A. Utepbergenov

A. Niyazov

X.Kuniyazov