

**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

**SPORT O'YINLARI VA UNI O'QITISH
METODIKASI (GANDBOL) FANI BO'YICHA
SILLABUS
(3-kurslar)**

Bilim soxasi:	100000 - Gumanitar
Ta`lim soxasi:	110000 - Pedagogika
Ta`lim yunalishi:	60112200-Jismoniy madaniyat

Nukus – 2025

Modul/Fan sillabusi Jismoniy madaniyat fakul'teti

60111900-Maktabgacha va boshlang'ish ta'limda jismoniy tarbiya va sport

Fan nomi:	Sport va harakatli o'yinlar (gandbol)
Fan turi:	majburiy
Fan kodi:	SHHOOM11234520
O'quv yili:	2025-2026
Semestr:	5-6
Ta'lim shakli:	kunduzgi
Mashg'ulotlar shakli va semestrga ajratilgan soatlar:	120
Ma'ruza	6
Amaliy mashg'ulotlar	48
Laboratoriya mashg'ulotlari	
Seminar	6
Mustaqil ta'lim	60
Kredit miqdori:	4
Baxolash shakli:	Imtixon (normativ)
Fan tili:	o'zbek

Fan maksadi (FM)

FM1	<p>Talabalarga - sport va harakatli uyinlar fani bo'yicha talabalarni o'quv-uslubiy, ilmiy-uslubiy ishlarni, ma'naviy-ma'rifiy jarayonlarni amalga oshirish hamda, ilmiy-pedagogik mutaxassislarni tayyorlash va malakasini shakllantirishdan iborat. Sport bayramlari va turli sanalarga mo'ljallangan musobaqalar o'tkazish.</p> <p>-gandbol tarixi, gandbol vositalari, uslubiyoti, tamoyillari, mashg'ulotlar va musobaqalarni tashkil qilish va o'tkazish, gandbol texnikasi va taktikasiga o'rgatish, jismoniy tayyorgarligini oshirish va rivojlantirish vositalari, sport mashg'uloti asoslari bo'yicha, va nazariy va amaliy bilimlarini o'rgatishdan iborat.</p>
------------	--

Fanni uzlashtirish uchun zarur boshlang'ich bilimlar

1	Gandbol o'yinining vujudga kelishi rivojlanish tarixi
2	Gandbol o'yini qoidalari

Ta'lim natijalari (TN)

TN1	Sog'lom turmush tarzini shakllantirishda sportning o'rni va ahamiyatini bilishi, gandbol o'yinining tarixi o'yin qoidalari hamda mashqlar texnikasini va taktikasini o'rgatish;
TN2	Yakka va jamoaviy xarakatlarni o'rgatish va rivojlantiruvchi mashqlarni o'rgatish haqida bilimlarga ega bo'lishi kerak;
	Bilimlar jixatidan:
TN3	Gandbol o'yinida to'psiz xarakatlar, to'p bilan harakatlar, oddiy sakrashlar, erkin mashqlar, o'yin qoidalari, haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.
TN4	Gandbolda mashqlar texnikasi va taktikasini, mashg'ulotlarni joyda va harakat davomida bajariladigan umumiy rivojlantiruvchi hamda maxsus mashqlarni o'rgatish asoslari haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.
TN5	Sport va harakatli o'yinlarning harakatlanish texnikasini o'rgatish, to'pni olib yurish texnikasi, o'yin davomida harakat va holatlarga o'rgatish, yiqilish texnikasi, to'pni xar xil uzatish va qabul qilish texnikasini o'rgatish haqida ko'nikmalarga ega bo'lishi kerak.

Fan mazmuni

Mashgulotlar shakli: ma`ruza (M)

M1	Gandbol o'yinining texnikasi
M2	Gandbol o'yinining taktikasi
M3	Gandbol o'yinida musobaqalar tashkillashtirish va o'tkazish

Mashgulotlar shakli: amaliy mashgulog (A)

A1	Gandbol o'yinida to'psiz xarakatlarni o'rgatish.
A2	Gandbol o'yinida to'psiz va to'p bilan xarakatlarni o'rgatish.
A3	To'g'ri traektoriyada to'p uzatish. to'pni yerga urib sapchitib uzatish.
A4	To'pni uzatish texnikasi
A5	To'pni kaft bilan ushlagan holda uzatish. Sakrab burilib to'pni uzatish.
A6	To'siqlar qarshiligida to'pni uzatish.
A7	Gandbol o'yinida to'pni boshqarishni o'rgatish.
A8	To'pni uzatish va qabul qilish.
A9	Bir va ikkinchi qo'lda to'pni gavda atrofida aylantirib yerga urib olib yurish.
A10	Faol himoyachilar qarshiligida to'pni yerga urib olib yurish.
A11	Oldinga to'pni tashlab so'ng uni ilib yerga urib olib yurish.
A12	To'pni har-xil joyda turib yerga urib olib yurish.
A13	Ko'p marta to'pni yerga urib joyda turish.
A14	To'pni yuqori va past yerga urib sapchirib olib yurish.
A15	Joydan yuqoridan to'pni siltab otish. Oddiy qadamlardan so'ng tayyangan holda to'pni otish.
A16	Gandbol o'yini qoidalari.
A17	Gandbol o'yini qoidalari.
A18	Gandbol o'yini hujum va ximoya texnikasi
A19	Gandbol o'yini hujum va ximoya taktikasi
A20	7x7 o'yin qoidasi. Darvozobon oyin qoidasi
A21	7x7 o'yin qoidasi. Darvozobon oyin qoidasi
A22	Maydon o'yinchilari qoidalari.
A23	Gandbol o'yinida guruhlarda taktik harakatlar
A24	Gandbolda jamoaviy taktik harakatlar. Обьяснение: Евразийский национальный университет им. Л. Н. Гумилева Направление: Физическая культура и спорт Профил подготовки: Методика тренировочной деятельности в волейболе и Гандболе 1. Групповые тактические действия в гандболе. 2. Командные тактические действия в гандболе.

Mashgulotlar shakli: Seminar mashgulog (S)

S1	Gandbol o'yinining texnikasi
S2	Gandbol o'yinining taktikasi
S3	Gandbol o'yinida musobaqalar tashkillashtirish va o'tkazish

Mustaqil ta`lim(MT)

1	Seminar va amaliy mashg'ulotlarga tayyorgarlik ko'rish va uy ishlarini bajarish	30 soat
2	Vaziyatli masalalar (keys-stadi) tuzish	8 soat
3	Mavzular bo'yicha manbalar yig'ish ma tarjima qilish	4 soat
4	Fan mavzulariga oid esse yozish	4 soat
5	Konfrenciyalarga tezis tayyorlash	6 soat
6	Mavzular bo'yicha mustaqil referat ishini bajarish	

Asosiy va qo`shimcha adabiyotlar
Asosiy adabiyotlar

1. A. Niyazov Sport ham harakatli o'yinlardi o'qitish metodikasi Sabaqliq 2019 j
2. Kazakov A.R. Sport va harakatli o'yinlar o'qitish metodikasi (Voleybol) o'quv qo'llanma 2021 j
3. Pavlov SH., Abduraxmanov F., Akromov J. "Gandbol" darslik. T, O'zDJTI 2005 y.
4. 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.
5. Janibekov Shuxrat Sport va harakatli uyinlar (volleybol) 2023 j

Qo`shimcha adabiyotlar

1. Mirziyoev Sh.M. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz. Toshkent "Wzbekiston" – 2017 y.

2. Sh.Mirziyoev Erkin va farovon demokratik Wzbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz. "O'zbekiston" NMIU, 2016 y.

3. Sh.Mirziyoev Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini taminlash – yurt taraqqiyoti va xalq faravonligining garovi. "Wzbekiston" NMIU, 2016y.

4. 2017-2021 yillarda Wzbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor ywnalishi bwyicha Harakatlar strategiyasi. Wzbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.

5. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001y.

6. Xo'jaev F, Murodov M, Mirsolixov.S. Xalq milliy o'yinlari 1-qism. Toshkent - 2001 y.

7. Normurodov A.N. O'zbek milliy o'yinlari T.: - 1999 y.

8. Rahimqulov K.D., Usmonxo'jayev T.S. Jismoniy tarbiyadan bolalar va o'smirlar uchun 1000 mashq hamda harakatli o'yinlar. 2001y.

9. Raximqulov K.D. «Kichik yoshdagi bolalarning qaddi qomatini rivojlantirishga mo'ljallangan mashqlar va harakatli o'yinlar» 2001 y.

10. Xojayev P, Raximqulov K.D, Nigmanov B.B. "Harakatli o'yinlar va uni o'qitish metodikasi" Cho'lpon nashriyoti T.: 2010 y.

11. Active schools. Kori ki te Kura. Games sport New Zealand 2012 year.

12. A Hand Book For Teaching Sports 1958-2008 year.

13. Harko Brown. Traditional Maori Games. - Copyright © 2006 year.

14. Adam Goodes. Yulunga: Traditional Indigenous Games. - Sydney 2009 year.

Internet saytlari

15. Портных Ю.И. Спортивные игры - М.: Физкультура и спорт, 2016.

Портных Ю.И.

27. www.tdpu.uz

28. www.pedagog.uz

29. www.edu.uz

30. www.nadlib.uz (A.Navoiy nomidagi O'z.MK)

31. <http://ziyonet.uz> — Ziyonet axborot-ta'lim resurslari portal

<https://www.enu.kz/kz>

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

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

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

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

- fanning mohiyati va mazmunini tushungan, fandagi mavzularni bayon qilishda ilmiy va mantiqiy chalkashliklarga yo'l qo'ymas;
- 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 bera olsa;
- fan bo'yicha konspektini puxta shakllantirgan bo'lsa;
- fan bo'yicha mustaqil topshiriqlarni to'liq bajargan bo'lsa;
- fanga tegishli qonunlar va boshqa meyoriy xujjatlarni o'zlashtirgan bo'lsa.

v) 3 baxo olish uchun talabaning 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'yilmas;
- 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 talabaning 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.

Muallif:	Fan o'qituvchisi to'g'risida ma'lumot K.Najimov
E-mail:	k.najimov@mail.com
Tashkilot:	Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti
Takrznchilar:	QDU – ning Jismoniy madaniyat fakul'teti dekani, p.f.n. dots. N.Kaypov

Mazkur Sillabus Ajiniyoz nomidagi NDPI-ning o'quv-uslubiy Kengashining 2025 yil
« » 28.06 № 11 sonli yigilish bayoni bilan tasdikdangan.

Mazkur Sillabus Ajiniyoz nomidagi NDPI-ning Sport fanlari kafedrasining 2025 yil
« » 26.06 № 11 sonli yigilish bayoni bilan ma'qullangan.

O'quv-uslubiy boshqarma boshlig'i:

Fakul'tet dekani:

Kafedra mudiri:

Tuzuvchi:

A.Abdiev

A.Utepbergenov

A.Niyazov

K.Najimov