

**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 VA HARAKATLI O'YINLAR
(GANDBOL) FANI BO'YICHA SILLABUS
(3-kurslar)**

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

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 mashgulotlar	48
Laboratoriya mashgulotlari	
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`yining 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`yining 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 kelip chiqishi va rivojlanish tarixi. Uzbekistonga kirib kelishi va rivojlanish tarixi.
M2	Gandbol o'yini qoidalari.
M3	Gandbol o'yinining texnikasi va taktikasi
M4	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	7x7 o`yin qoidasi. Darvozobon oyin qoidasi
A19	7x7 o`yin qoidasi. Darvozobon oyin qoidasi
A20	Maydon o`yinchilari qoidalari.
A21	<u>Gandbol o`yinida guruhlarda taktik harakatlar</u>
A22	<u>Gandbolda jamoaviy taktik harakatlar.</u> <u>Объяснение: Евразийский национальный университет им. Л. Н. Гумилева</u> <u>Направление: Физическая культура и спорт</u> <u>Профил подготовки: Методика тренировочной деятельности в волейболе и Гандболе</u> <u>1. Групповые тактические действия в гандболе.</u> <u>2. Командные тактические действия в гандболе.</u>
Mashgulotlar shakli: Seminar mashgulog (S)	
S1	Gandbol o'yinining kelip chiqishi va rivojlanish tarixi. Uzbekistonga kirib kelishi va rivojlanish tarixi.
S2	Gandbol o'yini qoidalari.
S3	Gandbol o'yinining texnikasi va taktikasi
S4	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	8 soat
4	Fan mavzulariga oid esse yozish	4 soat
5	Konfrensiyalarga tezis tayyorlash	4 soat
6	Mavzular bo`yicha mustaqil referat ishini bajarish	6 soat

Asosiy va qo`shimcha adabiyotlar Asosiy adabiyotlar

1. A. Niyazov Sport ham harakatli o'yinlarni 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 o'yinlar (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, 2016 y.
4. 2017-2021 yillarda Wzbekiston Respublikasini rivojlantirishning beshta ustuvor yunalishi b'ycha Harakatlar strategiyasi. Wzbekiston Respublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli Farmoni.
5. Raximqulov K.D. Harakatli o'yinlar (ma'ruzalar matni) 2001 y.
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. 2001 y.
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.
15. *Былеева Л.В., Травин Н.И. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 2016.*

Internet saytlari

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
32. <https://www.enk.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 yoritgan bo'lsa;
- fanning 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 etgan bo'lsa;
- berilgan savollarga aniq va lo'nda javob bergan bo'lsa;
- 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, fanning mavzularni bayon qilishda ilmiy va mantiqiy chalkashliklarga yo'l qo'ymas;
- fanning mazmunini amaliy ahamiyatini tushingan bo'lsa;
- fan bo'yicha berilgan vazifa va topshiriqlarni o'quv dasturi doirasida bajarsa;
- fan bo'yicha berilgan savollarga to'g'ri javob bergan 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 xujjatlarni o'zlashtirgan bo'lsa.

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

- fan haqida umumiy tushunchaga ega bo'lsa;
- fanning 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 olinmas;
- fan bo'yicha matn puxta shakllantirilmagan bo'lsa.

g) quyidagi hollarda talabaning bilim darajasi qoniqsiz 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.

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

Muallif:	K.Najimov
E-mail:	k.najimov@mail.com
Tashkilot:	Ajiniyoz nomidagi Nukus davlat pedagogika instituti
Takrunchilar:	QDU – ning Jismoniy madaniyat fakul`tetini 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